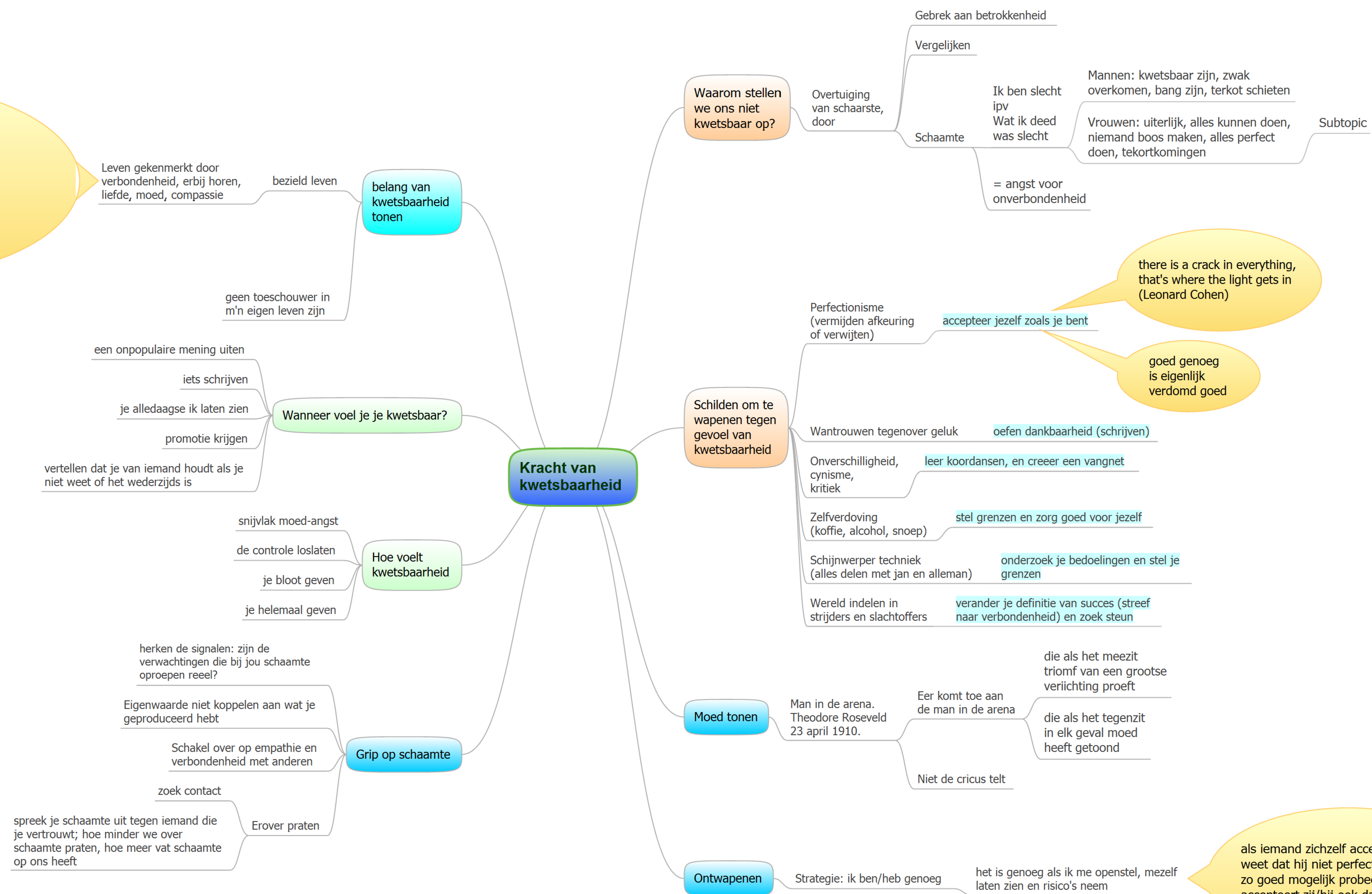


bezielde ouderschap:  
 -leef voor wat je wilt meegeven  
 -laat je eigen kwetsbaarheid zien  
 -stel geen voorwaarden aan je liefde/zorg  
 -stel grenzen en wees duidelijk  
 -laat merken dat de worstelingen van je kind normaal zijn  
 -geef kans om fouten te maken en daarvan te leren (veerkracht)



there is a crack in everything, that's where the light gets in (Leonard Cohen)

goed genoeg is eigenlijk verdomd goed

als iemand zichzelf accepteert, en weet dat hij niet perfect is maar het zo goed mogelijk probeert te doen, accepteert zij/hij ook dat een ander het anders doet dan zij/hij

[www.brenebrown.com](http://www.brenebrown.com) (oa manifesten)  
[www.zelfcompassie.nl](http://www.zelfcompassie.nl)  
 De moed van imperfectie (2013)