Ребёнок родился: всё поменялось

Каждый заполняет свой лист сам, не подглядывая. Пишите коротко, как придёт в голову первым. Потом положите листы рядом и поговорите. Расхождения — не приговор, а повестка для разговора.

Имя _____ **Дата** _____

01 НАШ ДЕНЬ ТЕПЕРЬ

Наш день теперь

1 Самый смешной момент этих недель для меня...

Мой ответ

Догадка: что допишет другой

☐ Пока не знаю ☐ Неактуально ☐ Пропущу

2 Дело с малышом, которое у меня получается лучше всего, — это...

Мой ответ

Догадка: что допишет другой

☐ Пока не знаю ☐ Неактуально ☐ Пропущу

ДЛЯ ЗАПИСЕЙ

3 Ночью мне удобно, чтобы мы делали так...

Мой ответ

Догадка: что допишет другой

☐ Пока не знаю ☐ Неактуально ☐ Пропущу

4 Домашнее дело, которое теперь можно делать реже, — это...

Мой ответ

Догадка: что допишет другой

☐ Пока не знаю ☐ Неактуально ☐ Пропущу

5 Когда ты берёшь малыша, мне больше всего хочется...

Мой ответ

Догадка: что допишет другой

☐ Пока не знаю ☐ Неактуально ☐ Пропущу

ДЛЯ ЗАПИСЕЙ

6 Утро выходного дня мне хочется устроить так...

Мой ответ

Догадка: что допишет другой

☐ Пока не знаю ☐ Неактуально ☐ Пропущу

ДЛЯ ЗАПИСЕЙ

Каждому из нас

7 Полчаса только для себя мне хочется провести так...

Мой ответ

Догадка: что допишет другой

☐ Пока не знаю ☐ Неактуально ☐ Пропущу

8 Отдых для меня сейчас выглядит так...

Мой ответ

Догадка: что допишет другой

☐ Пока не знаю ☐ Неактуально ☐ Пропущу

9 Мне приятно, когда ты замечаешь...

Мой ответ

Догадка: что допишет другой

☐ Пока не знаю ☐ Неактуально ☐ Пропущу

ДЛЯ ЗАПИСЕЙ

10 Попросить тебя о помощи мне проще, когда...

Мой ответ

Догадка: что допишет другой

☐ Пока не знаю ☐ Неактуально ☐ Пропущу

11 Если я устаю сильнее обычного, я скажу об этом так...

Мой ответ

Догадка: что допишет другой

☐ Пока не знаю ☐ Неактуально ☐ Пропущу

12 Встречи с друзьями мне хочется вернуть...

Мой ответ

Догадка: что допишет другой

☐ Пока не знаю ☐ Неактуально ☐ Пропущу

ДЛЯ ЗАПИСЕЙ

Мы и помощники

13 Вечер вдвоём сейчас для меня — это...

Мой ответ

Догадка: что допишет другой

☐ Пока не знаю ☐ Неактуально ☐ Пропущу

14 Гостей посмотреть на малыша мне удобно принимать...

Мой ответ

Догадка: что допишет другой

☐ Пока не знаю ☐ Неактуально ☐ Пропущу

15 Помощь бабушек и дедушек мне удобна, когда...

Мой ответ

Догадка: что допишет другой

☐ Пока не знаю ☐ Неактуально ☐ Пропущу

ДЛЯ ЗАПИСЕЙ

16 Советы о малыше мне легче слушать, если...

Мой ответ

Догадка: что допишет другой

☐ Пока не знаю ☐ Неактуально ☐ Пропущу

17 Покупки для малыша мне удобно решать...

Мой ответ

Догадка: что допишет другой

☐ Пока не знаю ☐ Неактуально ☐ Пропущу

18 Если наш новый порядок перестанет работать, я предложу...

Мой ответ

Догадка: что допишет другой

☐ Пока не знаю ☐ Неактуально ☐ Пропущу

ДЛЯ ЗАПИСЕЙ

Если вы о чём-то договорились

Запишите только то, с чем согласны все.

Мы договорились, что…

Кто что делает

Это пожелание · пробуем до … · договорились

Кроме случаев, когда…

Когда сверимся

Подтверждаем _____

ДЛЯ ЗАПИСЕЙ

Памятка для двоих, а не договор. Её можно менять. qcic.ru/t/blizhe/

ВСТРЕЧА НА ТЕЛЕФОНЕ

Те же вопросы — по очереди на одном телефоне. «Обсудим вслух». Чтобы превратить подразумеваемое в явное.

qcic.ru/t/blizhe

ДЛЯ ЗАПИСЕЙ

ЧТО ДАЛЬШЕ

Материалы раздела на сайте

qcic.ru/t/blizhe