

Ons relatiepatroon:

Naam Partner A:	Naam Partner B:
Identiteit of hechting?	Identiteit of hechting?
Ik heb behoefte aan:	Ik heb behoefte aan:
Mijn typische triggers:	Mijn typische triggereers:
Primaire reactie op een onvervulde behoefte:	Primaire reactie op een onvervulde behoefte:
Secundaire emotie die wordt geuit:	Secundaire emotie die wordt geuit:
Mijn reactie op de secundaire emotie van partner B:	Mijn reactie op de secundaire emotie van partner A:

Ons patroon:

Wanneer partner A de onvervulde behoefte ervaart aan
Maar in plaats daarvan een secundaire emotie uit van
Dat raakt de behoefte van partner B aan
Partner B laat vervolgens een secundaire emotie zien die
Wanneer partner B vanuit deze secundaire emotie reageert
Dat raakt opnieuw de behoefte van partner A aan
Die opnieuw een secundaire emotie uit van
Hierdoor ervaart partner A opnieuw een onvervulde behoefte aan