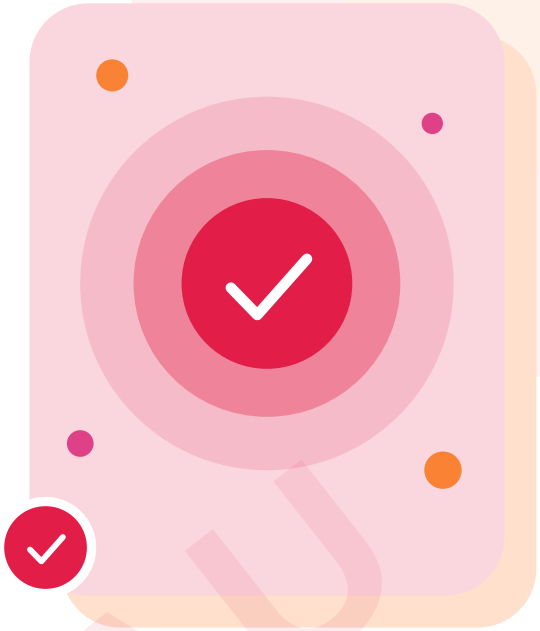
CHECKLIST · RELATIONSHIP

PRATINJAU GRATIS

Menjalani Perubahan dalam Hubungan

Momen transisi seperti tinggal bersama atau memiliki anak dapat menguji suatu hubungan. Gunakan panduan ini untuk menjalani setiap perubahan dengan lancar.



10 langkah · Siap cetak A4

NAMA	MULAI	TARGET SELESAI

1 Diskusikan Harapan Sejak Awal

Sampaikan apa yang ingin Anda capai atau rasakan selama masa transisi.

CONTOH *“Saya ingin kita membagi tugas rumah tangga secara adil saat tinggal bersama nanti.”*

2 Buat Rencana Perubahan

Susun langkah-langkah untuk mengelola masa transisi secara efektif.

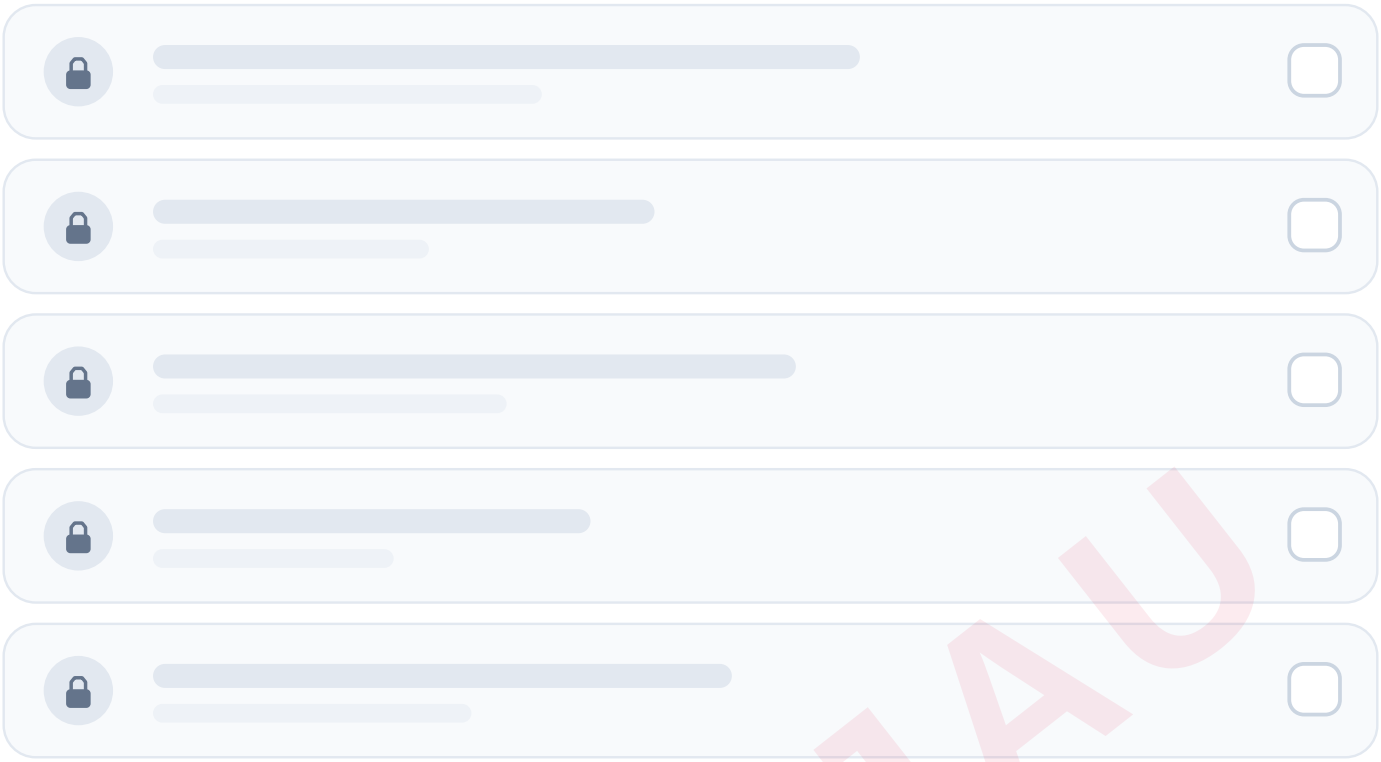
TIP *Gunakan lini masa atau daftar tugas agar semuanya tetap terencana.*

3 Pahami Perasaan Satu Sama Lain

Hargai dan pahami rasa senang, stres, atau rasa takut yang muncul akibat perubahan ini.

TIP *Katakan, “Aku paham ini terasa berat, dan aku ada di sini untuk mendukungmu.”*

PRATINJAU



Suka dengan desainnya?

Dapatkan versi lengkap: seluruh langkah dengan contoh dan tips, halaman refleksi, tanpa watermark.

Dapatkan versi lengkap

PRATINJAU