

John Gottman adviseert in zijn boek '[De zeven pijlers van een goede relatie](#)' om samen te bouwen aan een love map, waarin je alle kennis over elkaar in kaart brengt. Deze mentale liefdeskaart is altijd veranderlijk, en wordt idealiter na elk goed gesprek iets rijker. Hoe gedetailleerder deze love map is, hoe beter je als koppel bestand bent tegen conflicten, aldus Gottman. Want wanneer je elkaar de juiste vragen stelt, leer je de ander begrijpen.

---

- Wat zou je doen als geld geen rol speelde?
- Wat is volgens jou de definitie van een gezonde relatie?
- Denk je dat alles met een reden gebeurt of geloof je in toeval?
- Wat zou je iemand nooit kunnen vergeven?
- Stel: je wordt wakker zonder angst, wat zou je dan als eerste doen?
- Is er iets wat je ooit hebt gedaan, maar nooit meer opnieuw zou doen?
- Wat stel je altijd uit?
- Wat zoek je in een liefdesrelatie?
- Als je één jaar van je leven over zou kunnen doen, welke zou dat zijn? En waarom?
- Aan welke karaktereigenschap heb je een hekel?
- Krijg je energie als je tijd doorbrengt met anderen, of vind je dit juist vermoeiend?
- Als je een post-it zou kunnen sturen aan je jongere zelf, wat zou hier dan op staan?
- Wanneer ben je helemaal in het moment?
- Hoe ziet een perfecte dag eruit?
- Denk je dat social media onze band versterkt, of dat er juist afstand door ontstaat?
- Laat je je leiden door je hoofd, of door je hart als je een belangrijke beslissing maakt?
- Wanneer heb je voor het laatst gehuild? En waarom?
- Welke tegenslag bracht je uiteindelijk iets heel moois?