Je hebt alle namen opgeschreven van de mensen die jij kent.
Je hebt contact met deze mensen,
met de een meer dan de ander.
De een is dus belangrijker voor jou dan de ander.

Als iemand belangrijk voor je is,
dan wil je graag dat het contact goed is.
Bijvoorbeeld met vrienden of een begeleider.
De ander betekent veel voor jou.
Als er iets is, wil je helpen.
Als de ander verdriet heeft wil je troosten.
En je voelt je loyaal.

Loyaal is: Je steunt de ander door dik en dun.
De ander kan op jou bouwen.
Vaak voelt dat goed.

Maar soms is het moeilijk om loyaal te zijn.
Bijvoorbeeld jij wilt iets
en je ouders hebben een andere mening.
Herken jij dat?

Of als twee goede vrienden ruzie hebben.
Wie moet jij dan steunen?
Jij vindt ze allebei aardig.
Ze zijn allebei belangrijk voor jou.
Dan heb je een loyaliteits-conflict.
Je voelt je verscheurd van binnen.

Erover praten helpt.
Zoek dan iemand bij wie je geen last hebt van deze gevoelens.