



familylife FIVE

5 Minuten für deine Beziehung

DIE BEZIEHUNGSMINUTE

Eine Minute ist eine kurze Zeit. Mal verbringen wir diese kleinen Zeitabschnitte sinnvoller, mal weniger sinnvoll. Warten am Rotlicht. Zähne Putzen. Warten auf die Installation eines Computer-Updates. Durchschnittlich 69 Minuten verbringen wir laut Statistik täglich auf Social Media. Und 128 vor dem Fernseher.

Hier möchte ich dich ermutigen, täglich eine zusätzliche Minute in deine Beziehung zu investieren. Du brauchst nicht gleich 128 Minuten zu investieren, sondern nur eine einzige.

Diese Minute kannst du nutzen, um deiner Partnerin ein Kompliment zu machen. Oder um sie leidenschaftlich zu küssen. Oder um ihr eine kleine Liebesnotiz zu schreiben und sie irgendwo in der Wohnung zu deponieren. Oder um deinem Partner tief in die Augen zu sehen und ihm volle Aufmerksamkeit zu geben. Oder um ihm liebevoll über den Arm zu streichen. Oder um ihm ein kleines Mitbringsel zu besorgen. Oder um eine schöne gemeinsame Erinnerung kurz aufleben zu lassen.

Gute Beziehung leben nicht von den großen Gesten, sondern vielmehr von den häufigen kleinen Aufmerksamkeiten. Ich bin überzeugt, dass schon eine einzige zusätzliche Beziehungsminute deine Beziehung verbessern wird.

Weitere Artikel unter: familylife.de/five

NEXT LEVEL FÜR MEINE BEZIEHUNG:

Probiere es eine Woche aus. Wenn es nichts bringt, kannst du es wieder vergessen.

