



familylife FIVE

5 Minuten für deine Beziehung

WAS ERWARTEST DU VON DIR?

Ich sitze nach einem langen Tag in meinem Büro und denke zurück an unseren Urlaub. Im April hatten mein Mann und ich nämlich eine kleine feine Auszeit. Wir haben uns die Frage gestellt: "Was erwartest du von dir?" Ich muss dazusagen: Diese Frage stammt aus dem Buch "Kostpaarzeiten" von Georgia & Holger Mix.

Schon beim Lesen dieser Frage purzelten in meinen Gedanken alle meine Wünsche und Erwartungen an ihn auf. Ja, es ist oft viel einfacher zu wissen, was ich mir wünsche.

- Aber was bin ich bereit zu geben und zu investieren?
- Welche Erwartungen habe ich an mich selbst?
- Worauf darf sich mein Partner /meine Partnerin bei mir verlassen?

Dass „lieben“ ein Verb ist und somit einer Handlung bedarf und sich nicht nur aus einem Gefühl speist, ist bekannt. Doch wie sieht mein und dein „Lieben“ aktiv aus?

Es war auch schön zu sehen, was er als mein Mann von sich erwartet und für ihn auch schön zu sehen, was ich als seine Frau von mir erwarte.

Damit das Gespräch nicht nur ein flüchtiger Moment bleibt, sondern eingefangen wird und unsere Gedanken zu konkreten Zielen werden, haben wir uns am nächsten Tag etwas Zeit genommen und jeder hat für sich schriftlich diese Frage beantwortet.

Dazu möchte ich auch dich ermutigen. Probiere es doch einmal aus und halte schriftlich fest, was du geben möchtest.

NEXT LEVEL FÜR DEINE BEZIEHUNG

Was erwartest du von dir? Und was bist du dafür bereit zu geben?

Weitere Artikel:
familylife.de/five