



## familylife FIVE

5 Minuten für deine Beziehung

### MACH DIR SELBST EINE FREUDE

Das Jahr 2022 ist fast vorüber. Ich liebe es, am Ende eines Jahres Bilanz zu ziehen, Rückschau zu halten, wichtiges in Erinnerung zu rufen und Gott zu danken. Vor allem mache ich mir dadurch selbst eine große Freude. Ich kenne viele Menschen, die das tun. Ihr vielleicht auch.

Mit der heutigen letzten Folge gebe ich euch fünf Fragen mit, um Rückschau insbesondere auf eure Partnerschaft zu halten. Wir immer soll das wieder eure Beziehung stärken. Das dauert nicht länger als 10 Minuten. Diese Zeit wird garantiert Dankbarkeit auslösen und ihr könnt euch damit selbst eine Freude machen.

Nehmt euch individuell ca. 5 Minuten Zeit, um diese Fragen – am besten schriftlich - zu beantworten. Ich bin sicher, ihr werdet positive Antworten finden.

1. Was war für dich die schönste gemeinsame Unternehmung? Warum war sie so schön?
2. Für welche fünf Dinge bist du deinem Partner rückblickend dankbar?
3. Welches war der schönste gemeinsame intime Moment?
4. Was hast du Neues über deinen Partner erfahren oder gelernt?
5. Was hast du neu erkannt, wie du konkret zur Verbesserung eurer Beziehung beitragen kannst?

Übrigens ist es auch sehr erfreulich, am Jahresende einmal alles aufzuschreiben, was man in 12 Monaten dazugelernt hat. Ich mache das seit ein paar Jahren. Es kommt immer viel zusammen und das bestätigt die These, dass Menschen ein Leben lang lernfähig bleiben. Was für eine Bereicherung! Das gilt auch für Beziehungen. Was jetzt noch nicht so gut gelingt, hat Chancen besser zu werden.

### NEXT LEVEL FÜR DEINE BEZIEHUNG

*Beantwortet die fünf Fragen für euch allein. Tauscht euch dann darüber aus und dankt Gott im Gebet dafür.*

#### Constanze Gramsch

ist Mitarbeiterin bei FAMILYLIFE, verheiratet mit Achim und lebt in Gießen.