



## familylife TIME

Qualitätszeit für deine Beziehung

### Eine gute Geschenkidee

Stellst du dir auch manchmal die Frage, was du schenken sollst. Womit kannst du eine echte Freude machen? Vor einiger Zeit haben wir bei einer Jugendkonferenz drei Tage in der Küche gearbeitet. Währenddessen übernachteten wir bei Freunden. Was sollte ich als Gastgeschenk mitbringen? Zuerst dachte ich an etwas Materielles und ich liebe Selbstgemachtes – Honig von unseren Bienen, Holundersirup, Kräutersalz. Damit zeige ich gern meine Wertschätzung. Und beim Abschied haben wir unseren großzügigen Gastgebern noch gesagt, wie extrem wohl wir uns gefühlt haben.

Genau das ermutigt mich auch bei meinen Gästen: Manche hinterlassen eine kleine Notiz – „Danke für das gemütliche Zimmer, die Ruhe, eure Herzlichkeit.“ Das sind die größten Geschenke, die man mir als Gastgeberin machen kann. Worte der Ermutigung haben so viel Wert, auch wenn sie vielleicht banal erscheinen. Aber das sind sie keineswegs! Ich habe auch erlebt, wie Gäste sich beim Gehen nicht einmal verabschiedet oder bedankt haben – das hinterlässt einen anderen Eindruck.

Welche Bedeutung haben geschenkte Worte für euch? Wie viel Raum nehmen sie in eurer Beziehung ein? Verteilt ihr sie großzügig oder seid ihr eher zurückhaltend? Mein Mann und ich sind überzeugt, dass gegenseitige Ermutigung in der Ehe von unschätzbarem Wert ist – besonders, wenn man die Liebessprache der Anerkennung spricht.

Manchmal gelingt es mir gut, meinem Mann Ermutigung zu schenken, aber es bleibt ein Lernfeld. Heute Morgen wurde ich wieder daran erinnert, als ich in der Apostelgeschichte (Kapitel 20) über Paulus las: „Überall, wo er hinkam, nahm er sich Zeit, um mit den Christen zu sprechen und sie im Glauben zu ermutigen.“ Zeit ist definitiv eine Investition, die Ermutiger leisten müssen neben etwas Kreativität und einer bewussten Entscheidung. Vor vielen Jahren habe ich den Entschluss gefasst: Jeden Tag werde ich meinen Mann und meine Kinder ermutigen.

Nun möchte ich auch euch dazu motivieren. Hier einige Ideen:

- Hängt kleine Zettel mit Zuspruch oder Liebesbotschaften in der Wohnung auf.
- Steckt eine Notiz in die Geldbörse.
- Legt einen Brief auf den Fahrersitz des Autos.
- Macht auf kleine Fortschritte aufmerksam, die der andere vielleicht nicht bemerkt.
- Sagt „Du schaffst das!“ oder bietet eure Hilfe an, wenn jemand entmutigt ist.
- Zeigt Interesse an den Hobbys oder ehrenamtlichen Projekten des anderen.
- Sprecht aus, was ihr an ihm oder ihr bewundert – bloßes Denken reicht für Ermutigung nicht aus.

Probiert es aus, denn wie der amerikanische Philosoph Emerson sagte: „Du kannst nie wissen, wie weitreichend die Wirkung deiner Worte sein wird, wenn du einem anderen Menschen Mut machst.“

### NEXT LEVEL FÜR DEINE BEZIEHUNG

Seid verschwenderisch mit Geschenken der Ermutigung.

Constanze Gramsch, Mitarbeiterin von FAMILYLIFE , verheiratet mit Achim

Weitere Artikel: [familylife.de/time](https://familylife.de/time)