

vier Grundpfeiler einer lebendigen Beziehung

Um Ihre Beziehung lebendig zu erhalten, sind die folgenden vier Voraussetzungen notwendig:

Gemeinsame Ziele

Jede Beziehung braucht Ziele, die für beide Partner wertvoll und erstrebenswert sind, weil sie für die Beziehung Zukunft bedeuten. Durch die gemeinsamen Ziele legen beide Partner den Grundstein für eine Beziehung, die über eine längere Zeit existieren soll.

Einander aktiv unterstützen und zusammenarbeiten

Was eine Beziehung wert ist, misst sich nicht an den (schönen) Worten, sondern lässt sich letztlich nur an den „Früchten“ der Beziehung erkennen. Für einander einstehen, aus vollem Herzen geben und nicht nur konsumieren, nähren eine gute Beziehung.

Miteinander offen und ehrlich reden

Miteinander reden ist die Fähigkeit, Erfahrungen, Gefühle und Erwartungen auszutauschen. Es öffnet den Zugang zum Wesen des andern. Wir lernen dadurch gegenseitig uns und unsere Bedürfnisse besser kennen und damit auch richtig einzuschätzen.

Sich gegenseitig vertrauen

Keine Beziehung kann auf die Dauer ohne das solide Fundament des Vertrauens überleben. Vertrauen ist das unsichtbare Band, das jede Beziehung zusammenhält.

c.:Frédéric Hirschi / Werner Troxler
Begleitbüchlein Beziehungs Kiste