

Neuorientierung

Die äußeren Umstände der Beziehung haben sich geändert und/oder es ist ein Ereignis eingetreten, das eine Anpassung der Beziehung erfordert.

Im ersten Schritt nehmen Sie sich am besten selbst etwas Zeit für sich. So können Sie sich besser über Ihre inneren Vorgänge klar werden. Was gibt es für Befürchtungen? Was gibt es für Chancen? Was wünschen Sie sich? Lassen Sie sich Zeit mit den Antworten.

Suchen Sie dann den gemeinsamen Austausch mit Ihrem/r Partner*in. Wie geht es jedem jeweils? Was können Sie jeweils anbieten bzw. was wünschen Sie sich jeweils selbst?

Gehen Sie erst dann an die konkrete Umsetzung im außen.

Die Dinge langsam zu machen, hilft oft sehr viel. Ruhe und Klarheit sowie Verbindung miteinander unterstützen Sie hin zu einer guten Veränderung.

Martin Lehmann-Waldau, Beziehungsberater

www.anwaltsmediation-karlsruhe.de

0721 – 470 399 50