
Mit sieben Tipps im siebten Himmel

1.Reden

Treffen Sie klare Absprachen, zum Beispiel, wie viel Freiraum jeder braucht, was mit der Treue ist, dem Umgang mit Geld (gemeinsames Konto?) und Geheimnissen, der Kindererziehung und der Pflege von Freundschaften. Bleiben Sie miteinander im Gespräch, auch wenn Sie sich verletzt oder angegriffen fühlen. Sich schweigend oder schmolend zurückzuziehen, bringt nicht weiter.

2.Vertrauen

Vertrauen Sie der anderen Art des Partners oder der Partnerin. Jede/r macht es mit den Kindern auf die eigene Weise richtig und gut.

3.Verabreden

Machen Sie es wie früher, als Ihre Beziehung begann: Verabreden Sie sich. Egal ob für ein schönes Essen oder den Besuch zu einer Ausstellung – oder zum Sex.

4.Reisen

Fahren Sie ein bis zwei Mal im Jahr ein Wochenende ohne Kinder und Freunde weg. Nur Sie als Paar.

5.Würdigen

Das wirkt Wunder: Würdigen Sie, was Jeder von Ihnen für die Partnerschaft und die Familie tut. Sprechen Sie es aus und geben Sie der/dem Partner/in dafür Ihre Anerkennung.

6.Wünschen

Stehen Sie zu Ihren Bedürfnissen und formulieren Sie daraus einen Wunsch an Ihren Partner, denn viele Wünsche können meist nur erfüllt werden, wenn sie geäußert werden. Seien Sie sich aber darüber auch im Klaren, dass leider nicht alle Bedürfnisse gestillt werden können.

7.Zuhören

„Willst Du Recht haben oder glücklich sein“? Rechthaberei führt immer zur Konfrontation und weg vom Anderen. Jede/r hat natürlich auf seine Weise Recht. Hören Sie also lieber zu.