

## **Miteinander reden - dem anderen zuhören - Coaching für Paare**

Ein älteres Ehepaar feiert nach langen Jahren seine goldene Hochzeit.

Während sie am Frühstückstisch saßen, dachte die Frau: "Schon seit 50 Jahren nehme ich immer Rücksicht auf meinen Mann und gebe ihm den knusprigen Teil des Brötchens. Heute möchte ich endlich auch einmal diese Delikatesse genießen".

Sie strich auf den oberen Teil des Brötchens Butter und gab die untere Hälfte ihrem Mann.

Entgegen all ihren Erwartungen war er sehr erfreut, küsste ihre Hand und sagte: "Mein Schatz, du hast mir gerade die größte Freude dieses Tages gemacht. Schon 50 Jahre lang habe ich die untere Hälfte eines Brötchens nicht mehr gegessen, obwohl ich sie am liebsten mag. Ich dachte immer, dass du sie haben darfst, weil du sie so gerne isst".

### **Miteinander reden - dem anderen zuhören**

Wenn zwei Menschen sich kennenlernen und eine Partnerschaft eingehen, ist alles noch neu und spannend. Man möchte am liebsten alles vom Partner wissen, oft bis ins kleinste Detail. Man möchte erfahren, wie er/sie fühlt, denkt, welche Ziele er/sie verfolgt, Träume, Wünsche usw.

In der Phase der Verliebtheit sieht man den Partner oft durch eine "rosa" Brille, sieht über Schwächen hinweg, im Glauben, dass die Liebe schon alles richten wird.

Doch Menschen - auch in Partnerschaften - verändern sich. Sie entwickeln sich weiter. Durch unsere Umwelt, neue Kontakte, sei es im Beruf oder in der Freizeit, bekommen wir ständig neue Impulse, Informationen und Anregungen. Das kann unsere einstigen Ansichten zu gewissen Themen verändern, unseren Geschmack usw.

Doch oft wird genau über diese kleinen Veränderungen (die teilweise unbewusst auch ein wenig Angst machen) nicht kommuniziert. Oder nur durch die "Blume" und es ist gut möglich, dass der andere diese neuen und wichtigen Hinweise gänzlich überhört oder falsch deutet.

Das nicht miteinander reden (und hier ist nicht die Kommunikation gemeint, wer den Müll raus bringt oder zum nächsten Elternabend geht) führt schleichend zu einer Entfremdung. Wenn dann noch andere Herausforderungen von außen auf uns hinein strömen, dann kann es sein, dass wir uns im Alltäglichen verlieren und sich die einstigen großen Gefühle füreinander verflüchtigen. Die Liebe entschwindet...

Wie oft hört man den Satz von Paaren: "wir haben uns auseinander gelebt!"

Partnerschaft - ein Teil unseres Lebens - ist wie das gesamte Leben ein Entwicklungs- und Wachstumsprozess. Und das vom ersten Atemzug an bis zu unserem letzten.

Damit Partnerschaft gelingen kann, wir ein gutes und lebendiges Miteinander haben, gemeinsam in die Zukunft blicken und gehen können, sollten wir uns alle mehr mit diesen existentiellen Fragen beschäftigen.

Auch wenn Ihre Partnerschaft - nach Ihrem Empfinden- gut läuft, sollten Sie hin und wieder sich die Zeit nehmen, dem anderen zuzuhören, Wünsche und Ziele abgleichen, den anderen ernst nehmen, Respekt entgegenbringen.

Dies umfasst alle Themen: Beruf, Wohnort, die Kinderfrage, Träume, Erwartungen...

Nutzen Sie die Gelegenheit in einem geschützten Raum mit professioneller Unterstützung all diese Themen anzusprechen. Lassen Sie ihren Partner nicht im Dunkeln, sondern sprechen Sie über ihre Erwartungen, Ängste, Sorgen, Träume, Wünsche, Ziele... hören Sie bewusst zu, was Ihr Partner Ihnen mitteilt.

Es ist ratsam von Zeit zu Zeit eine Bestandsaufnahme zu machen... gemeinsam die Weichen neu zu stellen...

Was ist Ihnen Ihre Partnerschaft wert?

Ich unterstütze Sie mit einem prall gefüllten Methodenkoffer.

Ich leite Sie an, einen Blick auf Ihre Partnerschaft zu werfen....begleite Sie ein Stück Ihres Weges...

Auch für eine gute Partnerschaft muss man etwas tun.

Sie allein bestimmen die Zahl der möglichen Termine.

Investieren Sie in Ihre Partnerschaft - in Ihr Glück!

Setzen Sie ein Zeichen für Ihren Partner - für sich!

Denken Sie daran: das Leben ist zu kurz um unglücklich zu sein!

Oder: "Wer nicht redet, der wird auch nicht gehört!"

Vereinbaren Sie noch heute einen Termin.

Oder verschenken Sie ein Paar-Blitzcoaching!

Für weitere Fragen stehe ich Ihnen gern zur Verfügung.