



Liebesbeweise

© 2018 www.partnerschaft-beziehung.de

Wir sehnen uns nach einem Partner, weil wir uns von ihm Geborgenheit, Liebe, Unterstützung und vieles mehr wünschen. In einer Partnerschaft wollen wir, dass es uns besser geht als alleine. Hierzu müssen beide Partner ihren Beitrag leisten. Es ist auch notwendig, dass wir das schätzen, was unser Partner uns schenkt. Immer einmal wieder müssen wir auch ein update für unsere Wünsche und Bedürfnisse machen. Kopiere diese Liste und gib eine davon deinem Partner, damit er sie für sich ausfüllt.

1. Notiere, was dein Partner in der Vergangenheit getan hat, dass du dich geliebt und umsorgt gefühlt hast. Welche Bedürfnisse und Wünsche hat er dir erfüllt? Kleine wie große Gesten und Taten zählen.

- 1 _____
- 2 _____
- 3 _____

2. Notiere, was dein Partner heute tut, dass du dich geliebt und umsorgt fühlst. Welche Bedürfnisse und Wünsche erfüllt er dir? Kleine wie große Gesten und Taten zählen.

- 1 _____
- 2 _____
- 3 _____

3. Notiere, was du dir von deinem Partner in Zukunft wünschst, dass du dich geliebt und umsorgt fühlst. Welche Wünsche und Bedürfnisse hast du?

- 1 _____
- 2 _____
- 3 _____

Nun gib deine Liste deinem Partner und schau dir die Liste deines Partners an. Lies, welches deiner Verhaltensweisen dein Partner mit deiner Liebe und Fürsorge verbindet und besonders schätzt.

Beantwortet beide zum Abschluss diese Frage:

4. Was ich in Zukunft für meinen Partner tun möchte, damit er sich von mir geliebt und umsorgt fühlt.

-
-
-