

# Goodbye Rosenkrieg – damit es endlich gut weitergeht!

## 8 Tipps für die Beendigung Ihres Rosenkriegs:

1. Ein Rosenkrieg bedient die offenen Rechnungen nie, stattdessen kommen neue dazu und der Preis für die eigene Person ist immer zu groß.
2. Sie können sich entscheiden, ob und welchen Preis Sie für die Weiterführung des Rosenkriegs bereit sind zu zahlen. Es zahlt niemals nur einer...
3. Der Grad des Hasses und der Heimtücke ist Ausdruck der Tiefe der Kränkung/Verletzung und hält die Beziehung lebendig und aufrecht.
4. Verletzungen und Kränkungen sind durch einen negativen Ausgleich nicht gutzumachen - Rache ist nicht wirklich süß, sondern bitter - auch in der Rückwirkung auf den, der sie ausübt.
5. Werten Sie nicht alles ab, was gut war – das hieße, Sie hätten sich in der Wahl des Partners, der Partnerin total getäuscht und Ihre Kinder wären nur zur Hälfte gelungen (weil die andere Hälfte offenkundig ja nicht brauchbar ist...)
6. Das Beste für die Kinder ist, den anderen Elternteil in ihnen zu achten (die Kinder kommen auch von dort), damit sie einen guten Selbstwert entwickeln können und sich nicht eines Tages gegen Sie wenden.
7. Entlassen/vertreiben Sie nicht den anderen Elternteil aus seiner Verantwortung, sondern sehen Sie ihn als Ressource die den Kindern und Ihnen zukünftig nützen wird.
8. Wenden Sie sich dem, was zu Ende gegangen ist, nochmals zu, um es unwiderruflich und endgültig zu verabschieden. Dies ist ein Akt der Selbstermächtigung, damit der andere keine Macht mehr über Sie hat.



Autor: DLB Gottfried Kühbauer ©  
Anti-Rosenkrieg-Beratung  
Mail: [gottfried@kuehbauer.at](mailto:gottfried@kuehbauer.at)  
Internet: [www.kuehbauer.at](http://www.kuehbauer.at)