

LIEBES-PAKT

für Paare, damit es gut weitergeht!



Foto: istock_MarilynNieves

1. Jeder von uns hat das gleiche Recht auf Nichtveränderung.
2. Unsere vereinbarte Werte-Hierarchie ist Grundlage für wichtige Entscheidungen.
3. Wir sind wegen der Liebe zusammengekommen und nicht wegen der Elternschaft.
4. Als Eltern gönnen wir uns Paar-Zeit-Inseln, auch wenn es schwierig ist. Wir wollen Paar bleiben.
5. Jeder von uns soll die gleiche Chance auf Weiterentwicklung haben. Wir unterstützen uns gegenseitig und sind Entwicklungs-Gefährten.
6. Unser Grundsatz heißt: „Beides - darf sein! - Individualität *und* gemeinsame Schnittmenge.“
7. Wir unterscheiden zwischen Partnerschaft (=Tauschmodus - alles ist verhandelbar) und Liebesbeziehung (=Geschenkmodus - nichts ist verhandelbar).
8. Der längerfristige Ausgleich zwischen „Nehmen“ und „Geben“, ist uns wichtig. Unzufriedenheit wird besprochen, statt diese heimlich auf ein inneres Minus-Konto zu buchen.
9. Die uns so wichtige seelisch-geistige Intimität und Nähe, nähren wir durch regelmäßige Kommunikation. Die Intimität ist auch dauerhaftes Fundament für Begehren und Verbindlichkeit.
10. Wir geben uns nicht mit dem kleinsten gemeinsamen erotischen Nenner zufrieden. Wir wollen es uns als sexuelle Wesen gut gehen lassen, auch wenn wir schon lange zusammen sind.
11. Treue und Affäre: Der Haken liegt *auch* im Modell. Wir bejahen die widersprüchlichen Wünsche nach Bindung und lebenslangem Begehren des anderen, und gehen damit bewusst um.
12. Jeder von uns übernimmt Verantwortung für sein eigenes Tun und Denken. Es geht (meistens) ums „Wollen“ und nicht ums „Können“ - nichts *muss* sein, außer einer von uns will es.
13. Wir pathologisieren uns nicht gegenseitig, wenn einer nicht so tut, wie der andere will. Wir haben bisweilen unterschiedliche Bedürfnisse – weil wir zwei verschiedenen Menschen sind.
14. Wir sehen uns als ebenbürtig, ebenso unsere Herkunft und Vergangenheit. Auf die Geburtslotterie hatten wir keinen Einfluss.
15. Wir verzichten darauf, einander in unserer Eigenart verändern zu wollen. Dies ist ein Zeichen unserer Liebe.

Aus "LIEBE TROTZ PARTNERSCHAFT" - Damit es, egal wie es ausgeht, gut weitergeht!
Verlag Edition Summerhill

www.kuehbauer.at

