

## CHECKLISTE: Glückliche Beziehung – Übung: Liebespaar bleiben

Sprecht darüber, was du tust und was dein Partner/deine Partnerin tut, um sich folgende Bedürfnisse zu befriedigen. Erklärt euch innerlich dazu bereit, eure gegenseitigen Strategien zu unterstützen.

👉 Drückt die Tabelle einfach aus und schreibt eure Strategien hier auf.

Bedürfnis	Meine Strategien	Strategien meines Partners
<b>Ruhe</b>		
<b>Entspannung</b>		
<b>Austausch</b>		

<b>Freiheit</b>		
<b>Selbstbestimmung</b>		
<b>Freie Zeit</b>		
<b>Unterstützung</b>		