

Unsere Paar-Vorsätze für das nächste Jahr

1. Schritt:

Beantworten Sie separat folgende Fragen:

Was ist uns letztes Jahr als Paar gut gelungen?

Welche Krise(n) haben wir gemeistert, welche Probleme haben wir gemeinsam bewältigt?

Wie haben wir das geschafft? Welche Fähigkeiten haben uns dabei besonders geholfen?

Was haben wir gemeinsam unternommen, und was hat uns besonders viel Spaß gemacht?

Was hat unsere Beziehung letztes Jahr gestärkt?

Name: _____

Unsere Paar-Vorsätze für das nächste Jahr

1. Schritt:

Beantworten Sie separat folgende Fragen:

Was ist uns letztes Jahr als Paar gut gelungen?

Welche Krise(n) haben wir gemeistert, welche Probleme haben wir gemeinsam bewältigt?

Wie haben wir das geschafft? Welche Fähigkeiten haben uns dabei besonders geholfen?

Was haben wir gemeinsam unternommen, und was hat uns besonders viel Spaß gemacht?

Was hat unsere Beziehung letztes Jahr gestärkt?

Name: _____

Unsere Paar-Vorsätze für das nächste Jahr

2. Schritt. Beantworten Sie gemeinsam folgende Fragen:

Was wollen wir als Paar nächstes Jahr genauso machen wie letztes?

Was soll so bleiben, wie es ist?

Wovon brauchen wir als Paar nächstes Jahr mehr?

Wie können wir dafür sorgen, dass wir davon mehr bekommen?

Wer übernimmt hierfür welche Aufgabe?

Woran könnten wir gemeinsam arbeiten, was könnten wir verbessern?

Welche Fähigkeiten können uns dabei helfen, diese Veränderungen in Gang zu setzen?

Wer oder was könnte uns dabei unterstützen, unsere gemeinsamen Ziele zu erreichen?

Unsere Paar-Vorsätze für das nächste Jahr

3. Schritt

Folgendes nehmen wir uns für nächstes Jahr vor:

So wollen wir das erreichen:

Folgende Termine wollen wir im nächsten Jahr für uns reservieren:

Unser nächster gemeinsamer Termin für ein Update ist am: