



Jesus.ch, 24.03.2019

## Investieren Sie in Ihre Beziehungen

*Das macht glücklich!*

*Studien haben es herausgefunden: Tiefe Beziehungen innerhalb der Familie machen Menschen glücklich. Wie man auch mit schwierigen Familienangehörigen umgehen kann und wann es sich lohnt, in Beziehungen zu investieren.*



Herzliche und echte Beziehungen machen glücklicher als ein gutes Einkommen, ein tolles Auto oder Erfolg. Umgekehrt belastet zwischenmenschlicher Stress um so mehr. Doch Unterschiede können Familien zerstören oder bereichern...

Unterschiede akzeptieren

Jeder Mensch ist einzigartig. Männer sind anders als Frauen. Generationen ticken unterschiedlich. Und selbst Geschwister sind meistens grundverschieden. Akzeptieren Sie, dass Ihre Familienangehörigen manchmal andere Bedürfnisse und unterschiedliche



Herangehensweisen haben. Versuchen Sie, für die Vielfalt in Ihrer Familie dankbar zu sein und sehen Sie die positiven Seiten, statt sich auf das Negative zu konzentrieren und sich darüber zu ärgern.

Entscheiden Sie sich, den anderen gegenüber grosszügig und gnädig zu sein, auch wenn sie eigenartig oder völlig konträr zu Ihrer eigenen Art sind. Selbst wenn jemand wirklich schwierig ist, seien Sie bereit, immer wieder zu vergeben. Niemand sagt, dass Beziehungen einfach sind, aber es lohnt sich, dran zu bleiben.

### An den eigenen Schwächen arbeiten

Was genau ist das, was Sie an Ihrer Schwester so reizt? Was Ihnen bei Ihrem Ehepartner so gegen den Strich geht? Offenbaren die Schwächen der anderen nicht auch Ihre eigenen Fehler? Sind Sie vielleicht in manchen Punkten ungeduldig? Gereizt? Unnachgiebig? Lieblos? Schauen Sie sich selbst in die Seele und achten Sie darauf, welche Ihrer Charaktereigenschaften besondere Aufmerksamkeit brauchen.

Bevor Sie sich nach einer neuen Familie umsehen, die vermeintlich besser zu Ihnen passt, beginnen Sie lieber, an Ihren eigenen Schwächen zu arbeiten. Bitten Sie Gott, dass er Ihre Fehler aufdeckt und Sie verändert. Vielleicht kann Ihnen hier ein Coach oder ein Seelsorger helfen?

### Beziehungen einschätzen

Nehmen Sie sich Zeit, Ihre Beziehungen genauer unter die Lupe zu nehmen. Schreiben Sie alle Menschen auf, mit denen Sie zu tun haben und fangen Sie mit Ihren engsten Vertrauten an: Ihr Ehepartner, Ihre Kinder, Eltern, Geschwister, Ihre Freunde, den Chef, Kollegen...

Notieren Sie: Was an diesen Freundschaften ist wertvoll und bereichert Sie? An welchen Punkten sollten Sie noch arbeiten? Welche Menschen saugen Sie aus, ohne dass es eine Aussicht auf ein gesundes Beziehungsgefüge gibt?

Auch hier kann es sein, dass Sie an Ihre Grenzen kommen. Gerade wenn es mit engen Familienangehörigen oder dem Partner schwer ist, suchen Sie Hilfe bei einem Seelsorger.



### Kräfte weise einsetzen

Manchmal investieren wir viel Zeit und Energie in Beziehungen, die eigentlich nicht ganz oben auf der Liste stehen, während wir unsere Familie für selbstverständlich nehmen. Teilen Sie Ihre emotionale Kraft so ein, dass Beziehungen in Ihrer Familie wachsen können. Nehmen Sie sich Zeit für Ihre Kinder – auch wenn sie schon erwachsen sind. Investieren Sie in Ihre Ehe. Knüpfen Sie an dem Freundschaftsband mit Ihren Geschwistern und Ihren Eltern.

Tiefe Beziehungen fordern heraus und kosten uns etwas. Aber sie machen unser Leben reich, glücklich und lebenswert.

Datum: 24.03.2019

Autor: Miriam Hinrichs

Quelle: Jesus.ch

[https://www.jesus.ch/magazin/beziehung/279459-investieren\\_sie\\_in\\_ihre\\_beziehungen.html](https://www.jesus.ch/magazin/beziehung/279459-investieren_sie_in_ihre_beziehungen.html)

---

*Die Inhalte aus zitierten Quellen geben nicht die Meinung von PROSKYNEO.org wieder, sondern dienen ausschließlich der Informationsvermittlung.*

 Artikel als PDF / Drucken