



1) Was stört mich in unserer Beziehung?

Was fehlt mir am meisten?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2) Was finde ich in unserer Beziehung toll?

Für was bin ich am meisten dankbar?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



Wie zufrieden bin ich auf einer Skala von

1 (völlig unzufrieden) bis10 (völlig zufrieden) ?

1) Mit **unserer Beziehung allgemein**: ____ und woran merke ich das?

.....
.....

2) Mit **unserer Kommunikation**: ____ und woran mache ich das fest?

.....
.....

3) Wie gut kann ich mich **auf meinen Partner verlassen**: ____ und woran merke ich das?

.....
.....

4) Wie **sicher und geborgen** fühle ich mich in unserer Beziehung: ____
und woran liegt das?

.....
.....

5) Wieviel **Wertschätzung** bekomme ich: ____ und woran sehe ich das?

.....
.....