

Schritt 3



Wie ihr miteinander sprecht, wie ihr euch dabei zuhört und begegnet – das ist der Herzschlag eurer Beziehung und einer der zentralen Schlüssel für euren gemeinsamen Erfolg.

In diesem Schritt nehmt ihr euch bewusst Zeit, um eure Kommunikation zu beleuchten: Welche Themen sprecht ihr offen an? Welche bleiben unausgesprochen? Wie fühlt es sich an, wenn ihr miteinander redet: echt, offen und sicher? Oder eher zurückhaltend, vorsichtig, vielleicht sogar angespannt?

Ihr reflektiert zunächst für euch allein, dann gemeinsam. Ihr teilt Erlebnisse, sprecht über konkrete Situationen, versucht, euch in die Perspektive des anderen hineinzusetzen. Dabei geht es nicht nur um Worte, sondern auch um das, was zwischen den Zeilen mitschwingt.

Schritt 3



Aus diesen Erkenntnissen entwickelt ihr gemeinsam erste Schritte: kleine, aber spürbare Veränderungen, die ihr sofort im Alltag ausprobieren könnt – mit ehrlichem Interesse, liebevoller Offenheit und der Bereitschaft, einander wirklich zuzuhören.

Nach einer gewissen Zeit schaut ihr gemeinsam zurück: Was hat sich verändert? Fühlt sich eure Kommunikation klarer, freier und verbundener an? Und was braucht es vielleicht noch, um euch wirklich auf Augenhöhe zu begegnen?

So entsteht – Schritt für Schritt – eine Kommunikationskultur, die euch nicht nur im Alltag stärkt, sondern auch in den Momenten trägt, in denen es herausfordernd wird.