

Gemeinsame Werte
stärken eure Beziehung.
Unterschiede können
sie bereichern.

7 WOCHEN
WERTVOLL

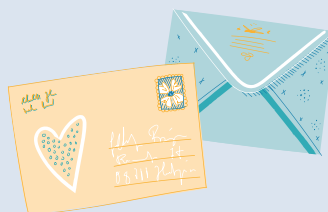


LIEBES PAAR.

schon bald ist Ostern. Mein Mann und ich lieben diese Zeit und gestalten sie gerne gemeinsam. Zum Osterfrühstück und zur gemeinsamen Ostereiersuche laden wir in diesem Jahr meinen Bruder samt Familie ein.

Doch mein Mann hat Sorge, dass der Trubel mit den vielen Kindern ihm über den Kopf wächst. Mir macht das nicht so viel aus – im Gegenteil, ich liebe es, wenn das Haus voller Leben ist. Gleichzeitig verstehe ich seine Bedenken und dass er, wenn ihm der Trubel zu viel wird, Ruhe braucht. Es ist okay, wenn er sich dann kurz zurückzieht – das ist ein Kompromiss, der unsere Liebe stärkt.

Unsere Freunde Raul und Sabine verbringen die Ostertage zu zweit. Sabine möchte in die Gottesdienste gehen, die für sie besonders berührend sind – am liebsten zusammen mit Raul, um diese Erlebnisse mit ihm zu teilen. Aber Raul fühlt sich in der Kirche fremd und möchte lieber daheim bleiben. Für Sabine ist das nicht so leicht, trotzdem schafft sie es, offen mit Raul darüber zu sprechen, warum er nicht mitkommen möchte.



So fällt es ihr leichter, seine Gründe zu verstehen und allein zu gehen. Letztlich ist ihr dieser Respekt wichtiger als ein Gleichklang. Das entlastet auch Raul und er bietet an, das Essen vorzubereiten, während Sabine in der Kirche ist. Ihre unterschiedlichen WERTE – ihre Art, den Glauben zu leben und seine pragmatische Haltung – verbinden sich durch gegenseitiges Verständnis.

Unterschiedliche Werte fordern heraus.

Mein Mann und ich teilen die Liebe zu Traditionen, doch er braucht Rückzugsmomente. Bei Raul und Sabine ist es ihre unterschiedliche Art und Weise den Glauben zu leben. Eine völlige Übereinstimmung bei allen WERTEN ist in einer Paarbeziehung weder nötig noch realistisch. Entscheidend ist, diese Unterschiede offen zu kommunizieren und zu respektieren.

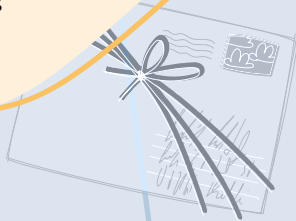
Brief 5 Paaredition

WERTVOLLE UNTERSCHIEDE





Eure Simone Krämer
Limburg



Brief 5

Paaredition



GEMEINSAME KERNWERTE

Und doch gibt es in jeder Beziehung so etwas wie Kernwerte – **WERTE**, die nicht verhandelbar sind im Gegensatz zu anderen, die durch Kompromisse ausgeglichen werden können. Diese gemeinsamen Wertvorstellungen sind wie ein Kompass für die Beziehung. Sie verbinden und geben Orientierung.

Kennt ihr eure gemeinsamen Kernwerte? Und wisst ihr, bei welchen **WERTEN** ihr bereit seid, Kompromisse einzugehen?

Nicht alle Unterschiede sind überbrückbar – sie können eine Beziehung auch überfordern. Doch Frieden in einer Beziehung bedeutet nicht, alles gleich zu sehen, sondern Raum für Unterschiedlichkeit zu schaffen.

Sprecht früh und offen über eure **WERTE**, identifiziert Gemeinsamkeiten und respektiert Unterschiede. Findet Kompromisse, die beide Perspektiven ehren, und seid bereit, euch gegenseitig zuzuhören. So wird eure Beziehung nicht nur stabiler, sondern auch reicher – denn ihr seid beide wertvoll, mit all euren Unterschieden und Gemeinsamkeiten.



Den Text als Audio hören:



Auf allen gängigen Podcast-Plattformen **oder** Direkt hier

AKTION

EIGENE WERTE ERKENNEN

Wähle aus der folgenden Liste die drei **WERTE aus, die dir besonders wichtig sind. Unterstreiche sie. Sprecht darüber miteinander.**

Abenteuer Abwechslung Achtsamkeit Akzeptanz Anerkennung Authentizität Balance Beharrlichkeit Beliebtheit Bescheidenheit Begeisterung Bewusstheit Dankbarkeit Disziplin Echtheit Ehrlichkeit Effizienz Empathie Engagement Entwicklung Erfolg Fantasie Flexibilität Freiheit Friedfertigkeit Fröhlichkeit Geduld Gelassenheit Genuss Gerechtigkeit Gesundheit Glaubwürdigkeit Großzügigkeit Harmonie Herzlichkeit Hilfsbereitschaft Humor Intuition Kompromissbereitschaft Konstruktivität Kreativität Kritikfähigkeit Leichtigkeit Leidenschaft Lernbereitschaft Liebe Loyalität Mitgefühl Mut Nachhaltigkeit Naturliebe Nähe Neugierde Offenheit Optimismus Ordnung Perfektion Rationalität Realismus Respekt Sanftmut Selbstbestimmung Selbstliebe Selbsterkenntnis Selbstständigkeit Sicherheit Sinn Solidarität Spaß Spiritualität Toleranz Tradition Transparenz Treue Unabhängigkeit Verantwortung Verbundenheit Vertrauen Weisheit Wertschätzung Wissen Wohlstand Zivilcourage Zufriedenheit Zugehörigkeit Zuverlässigkeit



Spirituell tiefer eintauchen?

Auf unserer Website werdet ihr fündig!
www.7wochenaktion.de/impulse



Wie gefällt euch die 7-Wochen-Aktion?

Um die Aktion zukünftig passgenauer anbieten zu können, freuen wir uns über die Teilnahme an unserer kurzen Umfrage. Vielen Dank!



info@akf-bonn.de | Herausgeberin: AKF e.V. | © 2026