

A man and a woman are shown in profile, facing each other in a dark, intimate setting. The man is on the left, and the woman is on the right. Their faces are softly lit, creating a dramatic and emotional atmosphere. The background is completely black, emphasizing the subjects.

Innere Freiheit

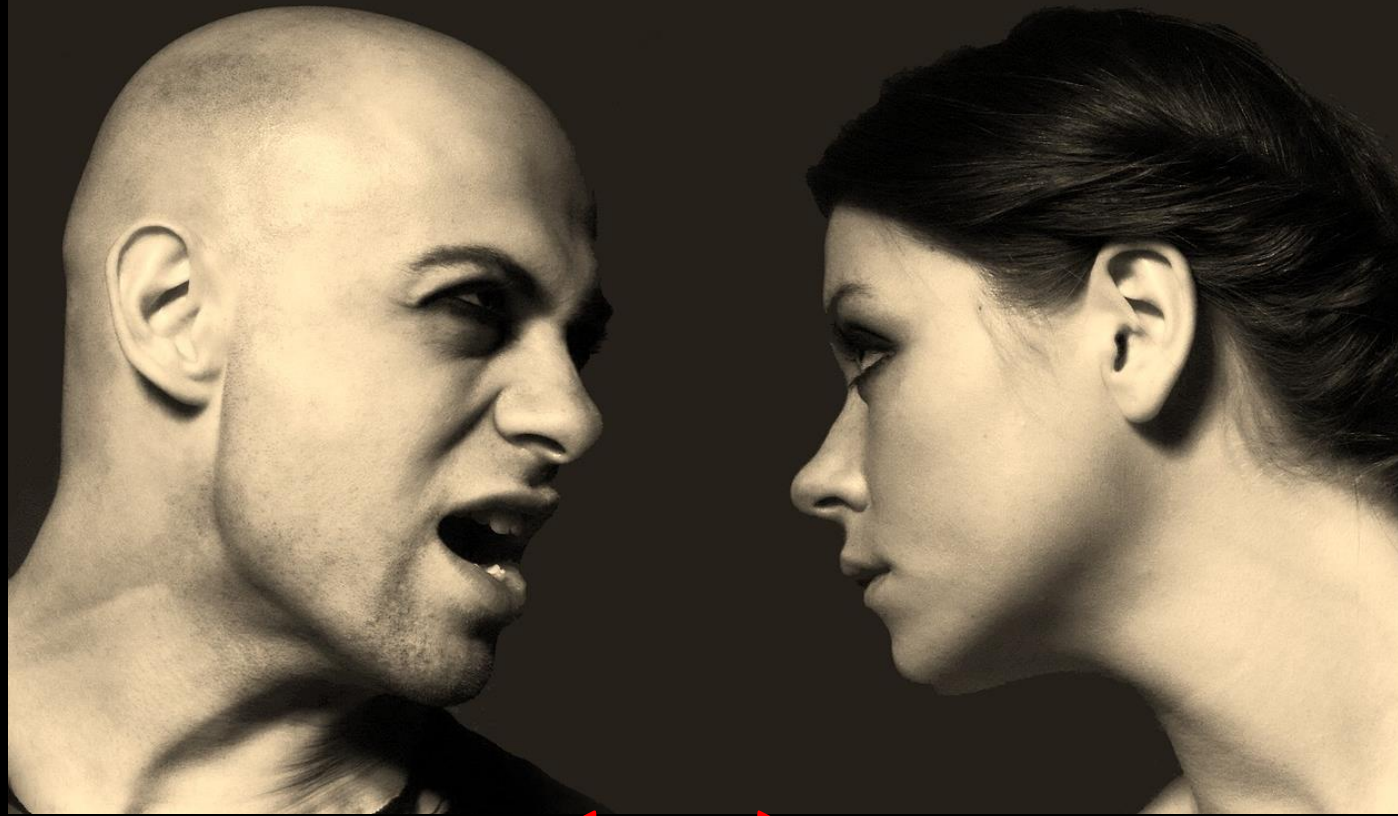
sich einlassen auf
Beziehung

Beziehung



Umgang mit
Emotionen
im Alltag

Beziehung




Wie kannst du nur ...
Ja aber, ...

Wut = Energie



> etwas anpacken



Wie kann man nur so
hemmungslos flirten > **Wut**

> **Kraft**

Bin ich nicht gut genug für
sie/ihn? > **Trauer**

> **loslassen**

Was ist los? Hat er/sie nur
Interesse an anderen? > **Angst**

> **Grenzen erkennen**

Schön, dass mein Partner so
kommunikativ ist.> **Freude**

Habe ich mich zu wenig um
meinen Partner gekümmert?
> **Scham**

> **Kraft der Demut**

Ein einfacher Ansatz

Fakten beschreiben

Es war nicht
aufgeräumt, als
ich nach Hause kam.
Das hat mich traurig
gemacht ...

