

Liebe und manchmal auch Streit



In jeder Beziehung gibt es manchmal Streit.
Das ist ganz normal.

Zum Beispiel streiten Paare:

- Eine Person macht etwas, was die andere **nicht** gut findet.
- Eine Person ist eifersüchtig.
- Eine Person hat Angst.
Vielleicht verliebt sich die andere in eine neue Person
- Das Paar verbringt viel gemeinsame Zeit wegen Corona.
Sie können sich **nicht** mit anderen Menschen treffen.

Vielleicht kennen Sie das:

Sie streiten und es wird immer lauter.

Manchmal passiert beim Streiten:

- Eine Person schreit.
- Eine Person weint.
- Eine Person sagt gemeine Dinge.
- Eine Person wirft mit Dingen.
Mit Dingen werfen ist nicht in Ordnung.
Das ist gefährlich!



Beim Streit haben Sie Stress:

Viele Personen können bei Stress **nicht** mehr klar denken.
Einige Personen sagen im Streit auch mal was Blödes.
Auch Worte können weh tun und verletzen.

Info-Brief Mai 2021, Teil 1

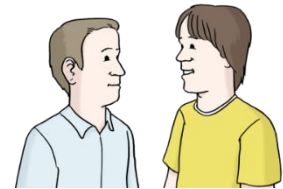
Sie denken nach dem Streit vielleicht:

- Wie konnte das passieren.
- Sie ärgern sich über sich selbst.
- Es tut Ihnen leid.
- Sie möchten sich entschuldigen.



Nach dem Streit ist deshalb wichtig:

- Jede Person beruhigt sich.
- Das Paar spricht miteinander.
- Sie sagen der anderen Person:
Es tut mir leid.
- Sie machen etwas Schönes zusammen.
- Sie haben wieder Spass.



Streiten ohne zu verletzen ist wichtig:

Personen haben verschiedene Meinungen und Wünsche.

Das ist ganz normal.

Durch den Streit lernen Sie sich besser kennen.

Zum Beispiel:

- Das ist mir wichtig.
- Das sind meine Wünsche.
- Das möchte ich und das möchte ich nicht.

Wenn Sie Hilfe brauchen:

Sie können bei der pro familia Paar-Beratung machen.

www.profamilia.de

Tel: 0160 23 59 125

team.liebeundsex@profamilia.de



Aktion
MENSCH