

Betreff: Freunde für's Leben

Von: simplify E-Brief <ebrief@info.orgenda.de>

Datum: Mon, 13 Apr 2009 10:02:33 +0200 (CEST)

An: mwimmer@promain-software.de



Freunde für's Leben



Lieber Herr Wimmer,

„Freunde zu haben bedeutet, reich zu sein“, sagt ein spanisches Sprichwort. Doch jede Freundschaft ist anders – und will anders geschätzt und gepflegt werden. In diesem E-Brief finden Sie Tipps für gelungene Freundschaften.

Wir wünschen Ihnen eine schöne Woche!

Ihr Redaktionsteam von *simplify your life*

[Beziehungen: Eines der 8 Geheimnisse der Lebenspyramide. Mehr ...](#)



*** Produkt der Woche ***: "simplify Wissen" – Deutschlands einzigartiger Wissensbrief



Anzeige

Überraschen Sie andere – mit Ihrem Hintergrund- und Allgemeinwissen! "simplify Wissen" ...

- trägt Wissenswertes und wichtige Informationen zu aktuellen Themen für Sie zusammen,
- komprimiert alle Informationen so stark wie möglich
- und füttert diese Informationen noch mit wenig bekanntem Hintergrundwissen, damit Sie
- auf einen Blick alles Wichtige erfahren und
- die Zusammenhänge sofort verstehen.

Und das alles in Form von komprimierten Wissens-Häppchen auf wenigen Seiten im DIN-A4-Format: kompakt, neutral, leicht verständlich, einprägsam, unterhaltsam und interessant aufbereitet!

Kurzum: "simplify Wissen" verschafft Ihnen mit minimalem Leseaufwand maximalen Wissens-Gewinn!

[Ja, ich möchte bei allen aktuellen Themen immer gut informiert mitreden! Mehr ...](#)



Ihr innerster Kreis



Richtig enge Freunde kann jeder Mensch nur wenige haben, das wusste schon der griechische Philosoph Aristoteles (384-322 v. Chr.): „Es empfiehlt sich, nicht möglichst viele Freunde zu erwerben, sondern nur so viele, als zum gemeinsamen Leben genügen. Es ist nicht möglich, mit vielen innig befreundet zu sein.“ So pflegen Sie Ihre wirklichen Freunde gut:

simplify-Tipps: Ihr Freund darf er selbst sein, Ihre Freundin sie selbst. Erwarten Sie nicht das, was Sie selbst geben könnten, sondern die speziellen Gaben des anderen – an Zeit, Emotionalität, praktischer Hilfe und Lebendigkeit. Seien Sie ehrlich miteinander. Eine gute Freundschaft verträgt auch ein „Nein“ oder eine wohlwollende Kritik. Wenn sich Lebensumstände wandeln (Partnerschaft, Familie, Beruf, Geld, Gesundheit), müssen sich auch Freundschaften mit verändern. Seien Sie offen für neue Aktivitäten, Rhythmen oder Themen.



Ihre Biografen

Bleiben Sie zumindest mit 1–2 Schulfreunden in Kontakt, auch wenn Sie inzwischen nicht mehr so viele Gemeinsamkeiten haben. Denn diese Freunde kennen Phasen Ihres Lebens, die weder Ihr Partner noch Ihre neuen Freunde mit Ihnen geteilt haben. Indem Sie mit ihnen über „alte Zeiten“ reden, führen Sie sich Ihre eigene frühe Biografie vor Augen. Das ist besonders dann hilfreich, wenn Sie keine Eltern mehr haben, mit denen Sie darüber sprechen könnten. Frühe Freunde konfrontieren Sie mit anderen Lebensperspektiven („Was ist aus deinen Träumen von damals geworden?“). Nutzen Sie diese Chance!

simplify-Tipp: In der Regel halten solche Freundschaften auch eine längere Funkstille aus, ohne dass die Vertrautheit Schaden nimmt. Laden Sie diese Freunde jedoch zu Festen ein, mit denen Sie Lebensabschnitte markieren (runde Geburtstage, silberne Hochzeit, Umzugsparty).



simplify Oster-Tipp!



Anzeige

Was Mitarbeiter wirklich motiviert!



Ihre Begleiter in der Not



In Krisenzeiten werden neben den guten Freunden oft Menschen wichtig, die vorher nur lockere Bekannte waren: Nachbarn, die bei einer schweren Krankheit hilfsbereit zur Stelle sind; eine Kollegin, der zur selben Zeit gekündigt wurde wie Ihnen; Eltern, die Sie in einer Selbsthilfegruppe antreffen. Nehmen Sie solche praktischen und seelischen Hilfen ruhig an. Seien Sie aber nicht enttäuscht, wenn mit dem Ende der Krise auch die Verbundenheit endet. Das gilt auch, wenn Sie selbst der Helfer in der Not sind.

simplify-Tipp: Geben Sie überholte Rituale aus der schwierigen Zeit auf (das „Arbeitslosenfrühstück am Montag“ mit der Freundin). Tun Sie das nicht stillschweigend, sondern

markieren Sie den Übergang von enger zu loser Beziehung mit einem Dankeszeichen für das gemeinsame Stück Weg.



Ihre Gemeinschaft

Menschen mit einem bewegten Leben (viele Ehrenämter und Freizeitaktivitäten, häufige Arbeitsplatzwechsel, Umzüge) haben oft viele einzelne Freunde aus den verschiedenen Bereichen, aber keinen eigentlichen Freundeskreis.

simplify-Tipp: Erklären Sie eine Ihrer vielen Gruppen zu Ihrem bevorzugten Freundeskreis. Wählen Sie eine Gruppe, die sich als Gemeinschaft versteht. Das kann ein Volkshochschulkurs mit seit Jahren gleich bleibenden Teilnehmern sein, eine Kirchengemeinde oder Pfarrei sowie Menschen, die sich jedes Jahr an einem bestimmten Urlaubsort wiedersehen. Solch eine Gemeinschaft kann Sie in schweren Zeiten in einer Art und Weise tragen, die einen Einzelnen überfordern würde.



Jetzt 3,8 % Zinsen für Ihr Geld: Geben Sie sich nicht mit weniger zufrieden!

Anzeige

3,8 % Zinsen, ab dem 1. Euro, kostenlose Kontoführung: Jetzt Konto bei der Bank of Scotland eröffnen und Top-Zinsen kassieren!

[Hier Konto eröffnen](#)



****Buchtipps** Dale Carnegie: Wie man Freunde gewinnt**



Die Kunst, beliebt und einflussreich zu werden.

Originaltitel: How to Win Friends and Influence People.

'Fischer Taschenbücher Allgemeine Reihe'.

Übersetzt von Hedi Häseler

Fischer Taschenbuch Vlg.

Mai 2006 - kartoniert - 302 Seiten

7,95 EUR

[Bestellen Sie gleich hier.....](#)



Mehr davon!

Möchten Sie noch mehr interessante E-Mail-Newsletter entdecken?

[Dann klicken Sie hier](#)

Dieser kostenlose simplify E-Brief ist ein Service von:

www.simplify.de simplify your life: Einfacher und glücklicher leben



Newsletter drucken:

[Klicken Sie hier um eine druckbare Version des Newsletters zu öffnen.](#)

Kontakt:

Haben Sie Fragen? Schreiben Sie uns eine E-Mail: info@simplify.de

Weiterempfehlen

simplify E-Brief [weiterempfehlen](#)



Adresse ändern

Ihre E-Mail-Adresse hat sich geändert? Dann klicken Sie bitte [hier](#).

Anmelden

Haben Sie diesen Newsletter von einem Freund bekommen?

Klicken Sie hier, um sich für den kostenlosen simplify E-Brief [anzumelden](#)

Abbestellen

Falls Ihnen unser Angebot nicht zusagt und Sie sich wieder abmelden möchten oder Sie unwissentlich von einem Dritten angemeldet worden sind, klicken Sie einfach den nachfolgenden Link an und Sie werden automatisch abgemeldet:

[abbestellen](#)

Sie erhalten diesen E-Mail-Newsletter an die Adresse mwimmer@promain-software.de.

Impressum

Dieser Newsletter ist ein kostenloser Service des

Orgenda Verlags für persönliche Weiterentwicklung

ein Unternehmensbereich der
VNR Verlag für die Deutsche Wirtschaft AG
Theodor-Heuss-Str. 2-4
D-53177 Bonn
Tel.: 02 28 - 95 50 140
Fax: 02 28 - 36 96 001

USt.-ID: DE812639372 | Amtsgericht Bonn, HRB 8165 | Vorstand: Helmut Graf

ISSN 1863-5261

© VNR Verlag für die Deutsche Wirtschaft AG