

Betreff: So beleben Sie Ihre Partnerschaft

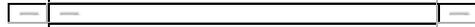
Von: simplify E-Brief <ebrief@info.orgenda.de>

Datum: Mon, 17 Aug 2009 10:02:53 +0200 (CEST)

An: mwimmer@promain-software.de



So beleben Sie Ihre Partnerschaft



Lieber Herr Wimmer,

nicht nur jeder Mensch, auch jedes Paar hat so seine Gewohnheiten. Solche Paar-Routinen stützen die Partnerschaft, sie können das Leben zu zweit aber auch langweilig machen oder gar belasten. In diesem E-Brief finden Sie einige Tipps, wie Sie erfolgreich dagegen angehen, indem Sie die eine oder andere Routine aufbrechen.

Wir wünschen Ihnen eine schöne Woche!

Ihr Redaktionsteam von *simplify your life*

[Entdecken Sie Partnerschaft als eines der 8 Geheimnisse der Lebenspyramide. Mehr ...](#)



Partnerschaft – Thema auch im neuen "simplify Jahrbuch 2009"!



Anzeige

Das neue ***simplify Jahrbuch 2009*** präsentiert Ihnen **über 1.000 simplify-Tipps** auf 192 Seiten – beispielsweise zum Thema "Partnerschaft":

- **Starke Partnerschaft:** Wie Sie mit der Kontaktmethode Ihre Beziehung auf Dauer stärken
- **Verborgene Wünsche aufdecken:** Ermitteln Sie mit dieser verblüffenden Methode die wahren Wünsche Ihres Partners
- **Schuldgefühle ade:** 4 Schritte gegen emotionale Erpressung in der Partnerschaft
- **Glücksgeheimnis Verhandeln:** Warum der Liebe ein bisschen Demokratie und Marktwirtschaft sehr gut tun

[Sichern Sie sich jetzt die besten simplify-Tipps für alle Lebenslagen!](#)



Machen Sie Schluss mit den Selbstverständlichkeiten



Die meisten Paare haben eine feste Arbeitsteilung. Das ist an sich praktisch, führt aber häufig dazu, dass die Erledigung der jeweiligen Aufgaben vom anderen als selbstverständlich erachtet und gegebenenfalls eingefordert wird („Wann bügelst du meine Hemden?“).

simplify-Tipp: Danken Sie Ihrem Partner/Ihrer Partnerin auch für das, was er/sie routinemäßig macht. Die dafür nötige Wertschätzung erhalten Sie sich, indem Sie die Aufgaben Ihres Partners/Ihrer Partnerin zwischendurch einmal selbst erledigen – wenn nötig mit seiner oder ihrer Hilfe.

Am besten tauschen Sie Gleichwertiges: lästig gegen lästig (Abfall entsorgen gegen Schuhe putzen) oder persönliche Herausforderung gegen persönliche Herausforderung (Steuererklärung gegen Organisation des Kindergeburtstags).



Dazwischendrängen verboten!

Intensive Gespräche sind selten geworden? Dass viele Abende ohne echte Zweisamkeit dahingehen, liegt oft an banalen Unterbrechungen. Die ärgsten angeblich unvermeidlichen Störenfriede: Telefon, Fernseher (der Punkt 21:45 für die Nachrichten angeschaltet werden muss) und Nachwuchs (der auf den letzten Drücker noch etwas braucht).

simplify-Tipp: Einigen Sie sich auf zumindest einen unterbrechungsfreien Abend pro Woche – ohne Telefon und Fernseher und mit der klaren Ansage an Ihren Nachwuchs, dass Sie nur bis 20 Uhr zur Verfügung stehen. Können Sie daheim nicht ungestört zusammensitzen, gehen Sie miteinander essen. Dazu tut es auch das Restaurant um die Ecke!



***** Empfehlung der Woche ***: simplify Selbstmanagement**



Anzeige

Sie sind, was Sie denken! Was Sie denken, wie Sie sich selbst beherrschen: Das entscheidet darüber, wie Ihr Tag morgen aussieht. Egal, was um Sie herum passiert. – Gehen Sie jetzt **den kürzesten Weg zu Ihrem persönlichen Glück:** Ihr

Training für mehr Selbstbewusstsein und mehr Selbstkontrolle!

Fordern Sie Ihr persönliches Programm zur inneren Zufriedenheit noch heute kostenlos zum Test an! Zögern Sie nicht – unser Gehirn liefert uns immer Auswege und Ausreden, Dinge nicht zu tun. Wenn Sie aber so bleiben wie Sie sind, wird auch alles so bleiben, wie es ist. Wenn Sie sich in Ihrem Leben von anderen „gelebt“ oder gar ausgenutzt fühlen, werden Sie nur etwas ändern, wenn Sie bei sich selbst etwas verändern.

[Ja, ich möchte mit jeder Krise im Leben zurecht kommen und Ihr "20-Minuten-Persönlichkeits-Training" zunächst 14 Tage GRATIS testen. Mehr ...](#)



Lernen Sie einander auf Partys neu kennen



Gespräche unter guten Freunden laufen oft nach festen Mustern ab, z. B.: Die Männer sprechen mit den Männern, die Frauen mit den Frauen. Oder: Mit Hubers wird politisiert, mit Meyers ratscht man über den Urlaub.

simplify-Tipp: Gehen Sie öfter zu zweit unter fremde Leute. Unterhalten Sie sich auf Festen gemeinsam mit Gästen, die Sie noch nicht kennen oder lange nicht mehr gesehen haben. Hören Sie Ihrem Partner zu, als hätten Sie ihn gerade erst auf diesem Fest kennen gelernt: Wie bringt er seine

Arbeit rüber, von welchen Interessen erzählt er? Würden Sie sich heute wieder in ihn/sie verlieben?



Schön, dass du da bist!

Die meisten Paare empfinden so, die wenigsten drücken es aus.

simplify-Tipp: Überraschen Sie einander nach der Arbeit mit einer netten Willkommensgeste, z. B.: Ziehen Sie etwas an, das Ihrem Partner/Ihrer Partnerin gut an Ihnen gefällt, oder schlagen Sie ihm/ihr ein Kleidungsstück vor („Ich sehe dich so gern darin“). Erfreuen Sie mit einem kleinen Extra für die gemeinsame Mahlzeit – kaufen Sie ihm seine Lieblingsbrötchen oder ihr ihre Lieblingsblumen als Tischschmuck. Verschönern Sie den Ort, an dem Sie sich zusammen aufhalten möchten: Räumen Sie die Chaise longue neben dem Sofa auf, stellen Sie zwei Gläser und ein Getränk auf den Balkontisch, oder beziehen Sie außer der Reihe die Betten neu, und legen Sie frische Schlafanzüge hinein.



Entdecken Sie das Geheimnis ewiger Liebe ...



Anzeige

Auch Partnerschaften laufen Gefahr, im Spannungsfeld alltäglicher Herausforderungen aufgegeben zu werden. Entkommen Sie den Alltagsroutinen, und verschaffen Sie Ihrem Partner und sich wieder lauter „frischverliebte Momente“. **Das kleine simplify Partnerschaftsbuch** unterstützt Sie dabei und hilft Ihnen, Ihre Liebe lebendig und Ihre Partnerschaft glücklich zu halten.

132 wertvolle Beziehungstipps und praktisch umsetzbare Ideen - kompakt auf nur 77 Seiten!

[Ja, ich möchte wieder Schmetterlinge im Bauch spüren und dem Alltagstrott entfliehen ...](#)



So beleben Sie Ihre Altersvorsorge!

Anzeige

Warum verschenken Sie eigentlich Geld für Ihre Altersvorsorge?

Nutzen Sie die Möglichkeiten, die Ihnen eine moderne Altersvorsorge bietet. Mit einer fondsgebundenen Rentenversicherung können Sie renditestark vorsorgen und sparen dabei Steuern, weil die Rente nur zu einem Bruchteil besteuert wird. Sichern Sie sich gleichzeitig eine leistungsstarke Berufsunfähigkeitsversicherung als Ergänzung für eine sichere Vorsorge!



[Jetzt einsteigen und optimal für das Alter vorsorgen!](#)



Mehr davon!

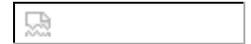
Möchten Sie noch mehr interessante E-Mail-Newsletter entdecken?

[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