

## Der größte Beziehungsfehler und wie Sie ihn umgehen

Geschrieben von: Sonja Volk

Dienstag, den 24. März 2015 um 14:53 Uhr

---

Vielleicht kennen Sie das auch? Sie sind frisch verliebt oder schon länger mit jemandem zusammen und immer wieder mal kommen ihnen Gedanken wie „er/sie soll mir gehören“, „er/sie soll sich nicht mit anderen treffen“ oder „ich will das nur mit ihm/ihr zusammen machen“?

Täglich erlebe ich in meinen Coachings, was in Beziehungen oft passiert. Es wird versucht zu kontrollieren, festzuhalten bis hin zum Klammern. Ja, ich weiß jetzt was sie jetzt denken: „Ich doch nicht“ oder „die Kontrolle ist doch begründet, ich habe so meine Erfahrungen gemacht“ oder „aber ich liebe ihn/sie doch und will ihn/sie nicht verlieren“.

Das mag sein, allerdings ist es meiner Meinung nach der größte Beziehungsfehler –egal ob im privaten partnerschaftlichen Bereich oder mit Geschäftspartnern- eine Art Besitzanspruch geltend machen zu wollen á la „er/sie soll mir gehören“ und dann mit verschiedensten Mitteln subtil bis offensiv zu klammern.

Was passiert, wenn sie einem kleinen Kind sagen „nicht auf die heiße Herdplatte fassen?“ Richtig! Es wird es immer versuchen auf genau diese heiße Herdplatte zu fassen, weil es der Reiz des Verbotenen ist.

Merken Sie also zu was dieses „du darfst nicht ohne mich rausgehen“, „ich will nicht, dass du xy tust“ führt? Genau! Dazu dass der Reiz genau das zu tun richtig angeheizt wird.

Es sagt also eine ganze Menge über uns selber und unseren blockierenden Glaubenssätze aus, wie wir auch mit dem Thema Partnerschaft und Freiraum umgehen.

Je mehr ein Partner anfängt „Verbote“ zu machen „ich möchte nicht, dass du dich mit der/dem triffst“, „nur wenn ich dabei bin“ ist ein Ausdruck fehlenden Vertrauens und somit Zeichen von Mangel. Eben mangelndes Vertrauen.

Das ist aber die falsche „Wellenlänge“, die falsche Frequenz, die Sie damit unbewusst ausstrahlen. Das führt dazu, dass sie noch mehr von solchen Situationen anziehen. Denn ihre

## Der größte Beziehungsfehler und wie Sie ihn umgehen

Geschrieben von: Sonja Volk

Dienstag, den 24. März 2015 um 14:53 Uhr

---

Erwartungshaltung bestimmt, was sie wahrnehmen und anziehen.

Stellen Sie sich eine Partnerschaft wie einen Bumerang vor. Wenn Sie loslassen kommt er von alleine zu ihnen zurück.

Jemand der das Gefühl hat nicht eingeeengt oder festgehalten zu werden fühlt sich wohl. Und jemand, der sich wohl fühlt, hat gar keinen Grund „abzuhauen“. Er bleibt FREIWILLIG bei Ihnen. Daher haben Sie den Mut jedem seinen Freiraum zu lassen und leben Sie mit Vertrauen. Und sollte dieses nicht gegeben sein, hilft ihnen auch keine Kontrolle oder panisches Festhalten.

Wenn Sie loslassen lernen, haben Sie beide Hände frei, um ihren –freiwillig immer zu Ihnen zurückkommenden- Partner in die Arme zu nehmen!

In diesem Sinne eine glückliche Woche!

Ihre Mentalcoach

Sonja Volk