



KEEP CALM & MARRY ON – TRAININGSEINHEIT NUMMER 2

MARRY ON – JA, ICH WILL, ABER WARUM EIGENTLICH?

Wenn die Ehe für euch in Frage kommt, überlegt euch getrennt voneinander, was eure Hoffnungen, Träume und Wünsche für eure eigene Ehe sind. Warum willst du heiraten? Was erwartest du dir von dem Versprechen auf Lebzeiten? Was noch? Sei so konkret wie möglich?

Wie stehst du zu folgenden Aussagen? Welche dieser Aussagen treffen auf dich zu?

Ich erwarte / hoffe / wünsche / glaube, dass...	Trifft zu!	Trifft nicht zu!
... mein/e Partner/in alle meine Wünsche nach Gemeinschaft erfüllt		
... die Zeit unsere Probleme lösen wird		
... mein/e Partner/in mir alle Wünsche von den Augen abliest		
... unsere Ehe ohne größere Probleme abläuft und wie so gut wie nie streiten		
... wir einfach nur glücklich sind und das bis ans Ende unserer Tage		
... mein/e Partner/in mich nie enttäuschen oder verletzen wird		
... jeder von uns gewisse Geheimnisse haben sollte		
... gewissen Dinge aus meiner Vergangenheit werde ich für mich behalten, um ihm/ihr nicht weh zu tun		
... sich an unseren Gefühlen füreinander nichts ändern wird		
... sich unsere Beziehung zueinander nicht verändern wird		
... uns die Lust am Sex miteinander nicht verloren geht		
... wir immer gleich viel Lust auf Sex haben		
... die Romantik auch im Alltag nicht nachlässt		
... unsere Beziehung noch besser wird, sobald wir Kinder haben		
... wir die Dinge so machen, wie ich es von meiner Familie gewohnt bin		
... uns nichts jemals an uns und unserer Liebe zweifeln lassen wird		
... dass ich alles über meine/n Partner/in weiß		
... Liebe allein ausreicht, um lebenslang miteinander glücklich zu sein		
... ich mich nie wieder einsam fühle		
... ich durch unsere Ehe endlich so richtig glücklich bin		
... die Ehe ein Selbstläufer ist und wir uns nichts dafür tun müssen		
... ich auch in der Ehe ganz gut alleine mit meinen Problemen klar komme und meine/n Partner/in lieber nicht unnötig belasten werde		

Auf einer Skala von 1 – 10:

Wo würdest du dich mit deinen Vorstellungen und Erwartungen in Sachen Ehe positionieren?

1 = extrem niedrig und pessimistisch, 10 = extrem hoch und idealistisch

Inwiefern entspricht das einer ausgewogenen Einschätzung von dem, was Eheleben bedeutet? Wo tendierst du zu einem idealisierten Bild eurer gemeinsamen Zukunft? Wo hast du vielleicht ein zu pessimistisches Bild von Ehe?

EMAIL	info@christina-rammler.de	Christina Rammler
WEB	http://www.christina-rammler.de	Deutsche Kreditbank AG
MOBIL	0176 96920997	IBAN DE62120300001014933491
STURNR.	103/260/30940	BIC BYLADEM1001



KEEP CALM & MARRY ON – TRAININGSEINHEIT NUMMER 2

MARRY ON – JA, WIR WOLLEN UND ZWAR SO!

Nehmt euch Zeit und macht ein „Marry on – Ja, wir wollen und zwar so!“- Date. Vergleicht eure 22 Aussagen und kommt miteinander ins Gespräch: Welche haltet ihr für realistisch oder unrealistisch? Inwiefern entdeckt ihr darin potentielle Probleme für euer Eheleben? Tauscht euch über eure Einschätzungen aus. Wo habt ihr gemeinsame Hoffnungen und Erwartungen an die Ehe? Wo gibt es Unterschiede?

Dann formuliert jede einzelne Aussage noch einmal neu: Wie können sie für euch lauten, um ein realistisches Bild von euch, eurer Beziehung und eurem Eheleben darzustellen?

Ich erwarte / hoffe / wünsche / glaube, dass...	Wir sind uns darüber im Klaren, dass...
... mein/e Partner/in alle meine Wünsche nach Gemeinschaft erfüllt	
... die Zeit unsere Probleme lösen wird	
... mein/e Partner/in mir alle Wünsche von den Augen abliest	
... unsere Ehe ohne größere Probleme abläuft und wie so gut wie nie streiten	
... wir einfach nur glücklich sind und das bis ans Ende unserer Tage	
... mein/e Partner/in mich nie enttäuschen oder verletzen wird	
... jeder von uns gewisse Geheimnisse haben sollte	
... gewissen Dinge aus meiner Vergangenheit werde ich für mich behalten, um ihm/ihr nicht weh zu tun	
... sich an unseren Gefühlen füreinander nichts ändern wird	
... sich unsere Beziehung zueinander nicht verändern wird	
... uns die Lust am Sex miteinander nicht verloren geht	
... wir immer gleich viel Lust auf Sex haben	

EMAIL	info@christina-rammler.de	Christina Rammler
WEB	http://www.christina-rammler.de	Deutsche Kreditbank AG
MOBIL	0176 96920997	IBAN DE62120300001014933491
STEURNR.	103/260/30940	BIC BYLADEM1001



KEEP CALM & MARRY ON – TRAININGSEINHEIT NUMMER 2

MARRY ON – JA, WIR WOLLEN UND ZWAR SO!

Nehmt euch Zeit und macht ein „Marry on – Ja, wir wollen und zwar so!“- Date. Vergleicht eure 22 Aussagen und kommt miteinander ins Gespräch: Welche haltet ihr für realistisch oder unrealistisch? Inwiefern entdeckt ihr darin potentielle Probleme für euer Eheleben? Tauscht euch über eure Einschätzungen aus. Wo habt ihr gemeinsame Hoffnungen und Erwartungen an die Ehe? Wo gibt es Unterschiede?

Dann formuliert jede einzelne Aussage noch einmal neu: Wie können sie für euch lauten, um ein realistisches Bild von euch, eurer Beziehung und eurem Eheleben darzustellen?

... die Romantik auch im Alltag nicht nachlässt	
... unsere Beziehung noch besser wird, sobald wir Kinder haben	
... wir die Dinge so machen, wie ich es von meiner Familie gewohnt bin	
... uns nichts jemals an uns und unserer Liebe zweifeln lassen wird	
... dass ich alles über meine/n Partner/in weiß	
... Liebe allein ausreicht, um lebenslang miteinander glücklich zu sein	
... ich mich nie wieder einsam fühle	
... ich durch unsere Ehe endlich so richtig glücklich bin	
... die Ehe ein Selbstläufer ist und wir uns nichts dafür tun müssen	
... ich auch in der Ehe ganz gut alleine mit meinen Problemen klar komme und meine/n Partner/in lieber nicht unnötig belasten werde	

EMAIL	info@christina-rammler.de	Christina Rammler
WEB	http://www.christina-rammler.de	Deutsche Kreditbank AG
MOBIL	0176 96920997	IBAN DE62120300001014933491
STEURNR.	103/260/30940	BIC BYLADEM1001