

# ZURÜCK AUF DEN RICHTIGEN WEG IN MEINEN BEZIEHUNGEN

Pastor Stacie Wood | Zurück auf den richtigen Weg | 1. Februar 2026

Beziehungsschmerz ist die schwerste Art von Schmerz.

ANHALTEND und ALLGEGENWERTIG.

Zwei fundamentale Prinzipien:

1. Du kannst EINEN MENSCHEN NICHT ÄNDERN.

Du kannst Dich auf DEIN EIGENES WACHSTUM KONZENTRIEREN.

2. Gott wird Dich nicht für einen ANDEREN MENSCHEN ZUR VERANTWORTUNG ZIEHEN.

Gott wird Dich nur für DICH SELBST ZUR VERANTWORTUNG ZIEHEN.

*“Soweit es irgend möglich ist und von euch abhängt, lebt mit allen Menschen in Frieden.” Römer 12, 18*

*“Seid fröhlich in Hoffnung, geduldig in Trübsal, haltet an am Gebet.” Römer 12, 12*

**Fröhlich in der Hoffnung.**

**Geduldig in Trübsal.**

**Treu im Gebet.**

**Persönliche Prinzipien, die ich in Beziehungen gelernt habe:**

1. Priorisiere bewusst gemeinsam zu verbringende Zeit. Trage es in Deinen Kalender ein. Volle Aufmerksamkeit. Augenkontakt.
2. Eine sanfte Antwort wendet den Zorn ab.
3. Der richtige Zeitpunkt ist entscheidend.
4. Findet gemeinsame Interessen & Hobbies.

5. Körperliche Zuneigung ist beruhigend.
6. Habe fünf positive Interaktionen für jede negative Interaktion.
7. Löse Konflikte schnell. Wenn das nicht sofort möglich ist, vereinbare eine Zeit für ein Gespräch innerhalb von 24 Stunden.
8. Finde eine Balance in einer Atmosphäre von ehrlicher Kommunikation, in dem Du kommunizierst, was Dich stört, und in dem Du der Liebe, die eine Vielzahl von Sünden zudeckt, Raum gibst.
9. Führe eine Liste mit Dingen, die Du an Deinem Partner liebst. Schau sie Dir oft an.
10. Sprich ( Dir selbst, Deinem Partner und anderen) Leben / Segen über Deine Beziehung und vermeide Negativität / Tod / Fluch.
11. Stelle das Problem in den Mittelpunkt. Du bist nicht das Problem. Wir haben ein Problem.
12. Bleibe am Tisch sitzen. Halte auch schwierige Gespräche durch, ohne davon zu laufen (weder physisch noch emotional.)
13. Zeige echtes Interesse an der Arbeit & an den Interessen Deines Gegenübers.
14. Übernimm die volle Verantwortung für Fehler.
15. Entschuldige Dich aufrichtig und bitte um Vergebung.
16. Schaffe Dir kleine, heilige Zeiten / Momente, in denen keine Mobiltelefone etc zugelassen sind. Zeit im Auto. Essenszeiten. Zeit mit der ganzen Familie. Urlaub.
17. Gib Geld aus, um Erinnerungen zu schaffen.
18. Die Früchte des Geistes sind mein Leitfaden für den Umgang mit anderen Menschen.
19. Gebet für Deine Beziehung hat einen großen Effekt, sowohl auf die Veränderung der Umstände als auch auf Deine eigene, mentale Stärke.
20. Gib nicht auf. Gib nicht auf. Halte länger durch, als Du es Dir selbst zutraust.
21. Sei der Erste, der auf den anderen zugeht und die Initiative ergreift.
22. Sei hilfsbereiter als alle anderen um Dich herum. Und tue dies mit großer Freude im Herzen.
23. Denke darüber nach, dass Dein Problem für einen anderen ein Segen sein könnte. (Wie viele Witwen würden gerne das Schnarchen ihres Mannes hören? Wie viele unfruchtbare Frauen würden gern hinter ihren Kindern herräumen?)
24. Lächel oft.
25. Lobe Deine Nächsten unter vier Augen, vor anderen und durch ermutigende Nachrichten / Kärtchen.

26. Lebe heute so, dass Du es morgen nicht bereust. Wie würde ich mir in 25 Jahren wünschen, diesen Moment gehandhabt zu haben?

**Digitales  
Programm**

