

„Unser Weg bis heute“

Einfühlungsübung

Zeitbedarf: insges.ca. 45 Min.

Die Paare sitzen mit etwas Abstand voneinander im Raum verteilt;
Einstimmung durch meditative Musik.

I. a) 1. Impuls: Reise in meine Vergangenheit

- Ich denke zurück an meine Kindheit. Wo bin ich? Wer ist bei mir? Welche Gefühle und Erinnerungen - angenehme und schwere - tauchen auf, wenn ich an meine Kindheit zurückdenke?
- *Was fällt mir spontan aus meiner Jugendzeit ein?
- Wie haben wir beide uns kennen gelernt? Wo?
Wie begann unsere Freundschaft?
Was habe ich dabei gedacht und gefühlt?
- Wie und wo kam es dazu, dass wir das 1. Mal von "heiraten"/
"Hochzeit" geredet haben?
- Wer sprach es an? Was habe ich dabei gefühlt und gedacht?

- b) Paargespräch: Beide Partner erzählen einander von ihren Eindrücken, tauschen sich darüber aus; Reihenfolge ausmachen!
Dazu Musik im Hintergrund, damit man ungestört miteinander reden kann.

Zeit: ca. 10 - 20 Minuten

II a) 2. Impuls: Zum Nachdenken - jeder für sich:

Warum möchte ich heiraten? Was erhoffe und erwarte ich mir davon?

- b) Paargespräch darüber (wie I b)

Zeit: ca. 5 Minuten

III a) 3. Impuls: Warum möchte ich gerade dich heiraten?

- b) Paargespräch dazu

Zeit: ca. 5-10 Minuten

Agnes Passauer