

Verander je partner? Begin bij jezelf!

Wij mensen zijn gemaksdieren. Wij laten anderen graag het zware werk doen. Daarom bedachten wij mensen lang geleden dat een ezel een zak aardappelen gemakkelijk voor ons kon dragen. Kort daarna gingen we er zelf ook bij zitten. Dat hadden we goed bekeken.

In een relatie doen wij mensen dat net zo. Als we zelf niet helemaal gelukkig zijn proberen we de ander dat geluk te laten opvullen. We donderen onze last graag in de schoot van de ander. We nemen de teugels ter hand en sturen onze partner de gewenste richting in. Maar werkt dat wel zo goed?

Een ezel stoot zich in het gemeen, niet twee keer tegen dezelfde steen. Een ezel is slim en heeft zijn grenzen. Laat je het dier teveel doen dan stuit je op de spreekwoordelijke koppigheid van de ezel. Hij verzet gewoon geen poot meer. Ook in onze relaties houdt dat gestuur van de ander een keer op. Een ander in beweging brengen kost trouwens meer energie dan alleen jezelf in beweging zetten. Bovendien is de verandering van de ander niet het juiste antwoord op jouw probleem. Want als je zelf je behoefte niet kunt vervullen kan de ander het al helemaal niet. En onderken jij wel wat jij jezelf niet kunt geven?

Relaties groeien en bloeien als de personen individueel hun eigen teugels ter hand nemen en de last dragen van hun eigen behoeften, en mogelijkheden. In een relatie, in vriendschap en liefde, werk je samen aan de groei van je relatie. Dit doe je het meest effectief door 100% verantwoordelijkheid te nemen voor je eigen behoeften en verlangens en vervormingen. Dat betekent dat je de ander niet stuurt maar loslaat en daarmee verschuif je je focus naar jezelf.

Wie ben jij? Wat wil jij? Wat heeft jou gekleurd? Waarom verlang of verwacht je iets van je partner of je vriend? De last die we zo graag op de rug van de ezel /onze partner ;-) gooien, hoort bij ons zelf thuis. Waar bestaat die last uit, hoe is die last gegroeid? Wat heb je zelf niet gehad en kan je ook jezelf niet geven wat je wel bij de ander zoekt? Dat zijn interessante vragen. De antwoorden helpen je ontknopen uit de beknellende last van verwachtingen die relaties zo vaak verzieken. Je komt op eigen benen te staan en loopt naast je partner je eigen pad. Op je rug draag je jouw last en die kan alléén jij zelf effectief en efficiënt verkleinen.

Wil je jouw "last" beter leren kennen , verkleinen en je partner ontlasten van jouw zak aardappelen? Werk samen met een coach aan inzicht. Dat is veel leuker dan je denkt. Werken aan jezelf en jouw leven geeft enorm veel voldoening . Leef met lef! Kies voor kleur in je leven en werk samen met een coach aan je gewenste verbetering. Leg je niet neer bij hoe het is. Je leeft nu. Doe het nu!

Bel: LifeCoach Pien Hoogland, www.thatslifecoach.nl, 06-21507230.

Of email naar: pien@thatslifecoach.nl

De volgende nieuwsbrief verschijnt eind juni. Het onderwerp:



Het spoor helemaal bijster?