

## VERSÖHNUNGSGESPRÄCH – SCHRITTE DER VERSÖHNUNG

- **Ich gestehe** in einem konkreten Punkt die **Schuld ein**:

*„Du, ich habe dir da und da weh getan, es tut mir leid“.*

*„Du, ich möchte dich um Verzeihung bitten - es tut mir leid“.*

Ich übernehme Verantwortung und bereue es.

- Der **Ehepartner bestätigt**:

*„Ja, es stimmt – das hat mir weh getan“.*

Nicht bagatellisieren und abschweifen - es geht jetzt um diese eine Sache.

- Der **Ehepartner bemüht** sich um **Vergebung**:

*„Ja, es hat wirklich weh getan – aber ich verzeihe dir“.*

Ich bemühe mich, innerlich wirklich loszulassen - den anderen freizusprechen und zu verzeihen. Das ist der Schritt der Entscheidung. Ich sage es dir in Freiheit zu: Die Sache steht nicht mehr zwischen uns.

- Wir **feiern Versöhnung**:

Ein kleines äußeres Zeichen setzen, welches die Versöhnung ausdrückt (Kreuz auf die Stirn, Teelicht anzünden, ...).

- Wir **wechseln** – der andere beginnt.

Ihr könnt eure Bitte um Vergebung auch in Form eines kurzen Briefes an den Ehepartner richten:

Jeder schreibt auf ein Blatt Papier, worum er - möglichst konkret - um Verzeihung bittet. Danach werden die Briefe ausgetauscht und jeder liest den Brief des anderen still durch. Dann führt ihr auf dieser Grundlage ein Gespräch mit den o.a. Gesprächsregeln.

Wer will, kann auch in einem konkreten Punkt für sich beten lassen - einige Ehepaare bieten diesen Dienst an.