

GEBT IHR EUCH EINE  
NEUE CHANCE?

---

WIE SEHR IST DEINE BEZIEHUNG AUS  
DER BALANCE GERATEN?

---



VON HERZEN FÜR EUCH  
MARIO ZIESMER

BITTE NIMM DIR EINEN AUGENBLICK ZEIT, DIE FRAGEN IN RUHE ZU BEANTWORTEN UND KREUZE ZUTREFFENDES AN.

---

- Verspürst du öfters eine innere Unruhe?
- Hast du in letzter Zeit das Gefühl, dich nur schwer konzentrieren zu können?
- Freust du dich nicht mehr wirklich über gemeinsame Unternehmungen mit deinem Partner?
- Ist die Leichtigkeit in deinem Liebesleben verloren gegangen?
- Fällt es dir derzeit leichter, dich um die Probleme anderer zu kümmern als um dich selbst?
- Möchtest du die zu erledigenden Dinge lieber selbst machen, anstatt um Hilfe zu bitten?
- Gelingt es dir nicht mehr, in Gegenwart deines Partners zu entspannen?
- Lachst du nur noch sehr selten mit deinem Partner?
- Bist du häufig müde, wenn du von der Arbeit nach Hause kommst?
- Weißt du manchmal gar nicht hr, was du überhaupt noch empfinden sollst?
- Fühlst du dich oft antriebslos, wenn du einen ganzen Tag mit deinem Partner verbringst?
- Erscheint dir öfters alles sinnlos?

- 
- Leidest du momentan unter mangelndem Selbstvertrauen?
  - Erlebst du dich als körperlich ausgelaugt?
  - Hast du das Gefühl, dich verändert zu haben und erkennst dich selbst gelegentlich nicht wieder?
  - Grübelst du viel im Zusammenhang mit deiner Partnerschaft?
  - Hast du regelmäßig das Gefühl, nur noch auf Autopilot zu laufen?
  - Hörst du deinem Partner kaum noch wirklich zu?
  - Kannst du oft nicht nachvollziehen, was in deinem Partner vorgeht oder was er von dir will?
  - Hast du das Gefühl, dass dir alles zu viel ist, wenn du über deine Partnerschaft nachdenkst?
  - Bist du gereizter und unfreundlicher als früher zu deinem Partner?
  - Fällt es dir schwer, deinem Partner zu zeigen, wie sehr du ihn liebst?
  - Nimmst du deine Stimmungen derzeit wie eine Berg- und Talfahrt wahr?
  - Bist du oft zu erschöpft für sexuelle Begegnungen?
  - Möchtest du im Moment lieber alleine sein und die Anwesenheit deines Partners stört dich?

- 
- Hast du mehr und mehr körperliche Beschwerden?
  - Bist du deinem Partner gegenüber weniger aufmerksam als früher?
  - Hast du das Gefühl, dass dir irgendwie bald alles zu viel wird?
  - Bist du oft niedergeschlagen und deprimiert?
  - Fühlst du oft eine innere Leere und Motivationslosigkeit?
  - Habt ihr sehr wenig Zeit für Zweisamkeit?
  - Ziehst du dich immer mehr von deinem Partner zurück?
  - Hast du inzwischen kaum noch Hoffnung, dass deine Beziehung je wieder glücklich wird?
  - Schläfst du schlecht und meist viel zu wenig?
  - Würdest du manchmal am liebsten einfach nur noch weglaufen?
  - Fühlst du dich häufig ungerecht von deinem Partner behandelt?
  - Fühlst du dich irgendwie gefangen, sodass alles nur noch eine Last ist?
  - Kannst du auf Sex mit deinem Partner zurzeit gern verzichten?

- 
- Bist du gegenüber deinem Partner oft genervt oder aggressiv?
  - Fühlst du dich von deinem Partner zu wenig unterstützt?
  - Fällt es dir leichter, deinen Partner zu kritisieren, als ihm etwas Nettes zu sagen?
  - Kommst du nach der Arbeit nicht mehr so gerne nach Hause?
  - Kannst du es momentan nur noch schwer annehmen, wenn dein Partner sich bemüht?
  - Kommt es dir so vor, als ob du irgendwie nur noch funktionierst?

Vielen herzlichen Dank, dass du die Fragen beantwortet hast, je spontaner du die Antworten gegeben hast, desto genauer ist dein Ergebnis: Je häufiger du mit JA geantwortet hast, desto stärker ist eure Beziehung aus der Balance geraten.

# AUSWERTUNG

---

Wie oft hast mit JA geantwortet?

**0-bis 5-mal mit JA geantwortet:**

Herzlichen Glückwunsch! Deine Beziehung ist gesund und das ist super! Ich freue mich sehr für dich und natürlich auch für deinen Partner. Ich wünsche euch alles erdenklich Liebe und Gute für die Zukunft.

**6- bis 10-mal mit JA geantwortet:**

Vielleicht fühlst du dich manchmal etwas müde und bist vielleicht nicht 100% zufrieden mit dir selbst und deinem Partner. Du bist sicher ein toller Lebensgefährte, auch wenn es sich vielleicht manchmal nicht so anfühlt. Als kleiner Tipp: Achte auf dich und genieße dein Leben.

**11- bis 17-mal mit JA geantwortet:**

Es könnte sein, dass dich ab und an eine stärkere Müdigkeit überfällt, vielleicht setzt du dich daher auch nicht mehr ganz so motiviert für die Beziehung zu deinem Partner ein. Warte bitte nicht mehr so lange, bevor deine Liebe zudeinem Partner darunter leidet und eure Beziehungsbalance nur schwer aufrecht zu erhalten sein wird. Wenn Ihr mögt, unterstützte ich euch sehr gerne.

**18- bis 28-mal mit JA geantwortet:**

Deine Beziehungsbalance scheint nicht mehr ausreichend vorhanden zu sein. Vielleicht stellen sich bei dir immer häufiger Müdigkeit und Erschöpfung ein und du gibst dir lange schon große Mühe durchzuhalten. Vielleicht möchtest du darüber sprechen und dich einfach einmal austauschen, dann würde ich mich sehr über deine Kontaktaufnahme freuen. Noch kannst du einschreiten und eure Beziehung wieder ausbalancieren. Ich würde mich sehr freuen dich/euch dabei zu unterstützen.

**Öfter als 28-mal mit JA geantwortet:**

Deine Beziehungsbalance ist in diesem Stadium leider schon sehr stark gekippt. Ja, vielleicht fällt es dir momentan sogar sehr schwer noch an eine gemeinsame Zukunft zu glauben und du würdest am liebsten weglaufen. Wäre da nicht... Bitte nimm dir einen Moment Zeit, um darüber nachzudenken, ob nicht genau jetzt der richtige Zeitpunkt ist für eine helfende Hand. Wenn du magst, dann ruf mich gerne an oder sende mir eine E-Mail. Ich würde mich sehr freuen, dir und deinem Partner zu helfen, um die Berg- und Talfahrt zu beenden und wieder hoffnungsvoll in die Zukunft blicken zu können.

Alles Liebe und Gute!

Mario Ziesmer

# GEBT EUCH EINE NEUE CHANCE!

---

"FINDET EURE GLÜCKLICHE UND  
HARMONISCHE  
BEZIEHUNGSBALANCE WIEDER,  
OHNE SICH SELBST DABEI  
AUFZUGEBEN!"

---

---

## Paarberatung & Coaching

IN CELLE & ONLINE DEUTSCHLANDWEIT – ES IST MIR EINE HERZENSANGELEGENHEIT  
EUCH ZU UNTERSTÜTZEN!

Bei weiteren Fragen oder für ein Erstgespräch, melde dich gerne direkt über die  
Kontakt Daten oder klicke [hier](#) und du kommst direkt zum Kontaktformular.

