

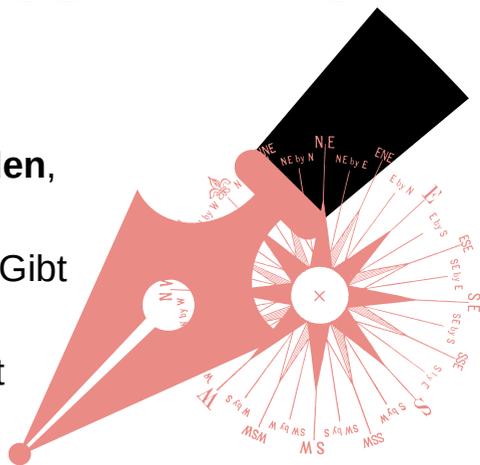
Liebeskompass

MODUL 4

DISTANZ - NACHRICHT AN DEN PARTNER

Das kannst Du jetzt noch tun:
Verfasse **eine Nachricht** an den bindungsängstlichen Partner.

Warte noch **24 Stunden**, Frage Dich dann: Wie fühlt es sich an? Gibt es noch etwas zu verändern? Dann erst versenden.



SCHREIBE DEINE NACHRICHT AUF



1. Ich akzeptiere Deinen Rückzug,



1.



2. obwohl ich mir den Kontakt zu Dir so sehr wünsche.



2.



3. Melde Dich gerne, wenn Du bereit bist,



3.



4. mit mir an dieser negativen Dynamik zu arbeiten.



4.
