



In Beziehung sein - aber wie?

Liebe Freunde des Weißen Kreuzes,

Beziehungen sind wichtig. Fast alle sind sich darüber einig. Wer in einem guten Beziehungsgefüge lebt, ist gesünder, erfolgreicher, glücklicher und hat eine höhere Lebenserwartung. Eine harmonische Familie, eine glückliche Ehe, verlässliche Freunde ... die meisten Menschen wollen das. Aber nicht allen gelingt es gleich gut.

Mit welchen Menschen wir Beziehungen knüpfen können und wie belastbar diese dann sind, hängt von vielen Faktoren ab. Der Wohnort und der soziale Status spielen eine Rolle. Manche werden von vornherein in eine große Familie hineingeboren. Das kann einen Vorsprung an Zusammenhalt bedeuten, aber auch ein Mehr an Konflikten. Andere sind schon als Kind einsam und auf sich gestellt, ohne dass das zwingend so bleiben muss.

Wie Beziehungen entwickelt und gelebt werden, wird entscheidend vom Bindungsstil mitbestimmt, der in den ersten Lebensjahren erlernt wird. Er beschreibt die Bereitschaft, sich anderen gegenüber zu öffnen und ihnen zu vertrauen. Menschen mit einer sicheren Bindung sind offener dafür, Beziehungen einzugehen. Gleichzeitig erkennen sie besser, wenn ihnen Beziehungen nicht gut tun.

Das Wissen um das Bindungsverhalten ist in den letzten Jahren immer wichtiger geworden, für die Paar- und Familienberatung ebenso wie für die Pädagogik. Mit unserem "[Arbeitsheft Nr. 3 - Was uns zusammenhält](#)" stellen wir diese Einsichten aus verschiedenen Fachperspektiven vor. Menschen in Seelsorge und Beratung, in pädagogischen und in leitenden Tätigkeiten bekommen Handwerkszeug, mit diesen Erkenntnissen umzugehen.

Vielen Dank, dass Sie unseren Newsletter lesen, und herzliche Grüße, Ihr

Martin Leupold, Leiter Weißes Kreuz e. V.

Weisses Kreuz e.V.
Weisses-Kreuz-Str. 3
34292 Ahnatal
Deutschland

+49 5609839930
info@weisses-kreuz.de
[zur Webseite](#)

Spendenkonto:
Weißes Kreuz e. V.; IBAN DE22 5206 0410 0000 00 1937; BIC GENODEF1EK1

Geschäftsführer: Martin Leupold