

Beziehungs-Vesperbrettle

Kollaboration

Lehre, Projekte,
Organisieren

Kommunikations- frequenz

Täglich, Wöchentlich,
Monatlich

Rechtliches

Ehe, Adoption,
Patient*innenverfügung,
Vollmachten,
Verträge

Sexuell

Spielzeug, Genitalien, Anus,
Orgasmen, Verhütung,
STD/STI

Pflege

Pflegeverantwortung für
einander und andere,
Rehabilitation

Romantik

Knistern, Anziehung,
etwas Besonderes sein,
Umwerben

Kreativität

Kunst, Musik, Comedy,
Akrobatik, Tanz, Kampfkunst,
Theater, Basteln, Bauen

Emotionale Unterstützung

Zuhören, Rat,
Zuspruch

Machtverhältnis

Vorgesetzte*r / Angestellte*r,
Lehrer*in / Schüler*in,
Mentor*in, Sponsor*in

Häußlich

Wohnraum, Haushaltspflege,
Gemeinsam Kochen / Essen,
Abläufe

Labels/Begriffe

Partner*in, Freund*in,
Onkel/Tante, Frau/Mann, Spitznamen,
Geschwister, Spielgefährte*in
-> wann und wie verwenden?

Gestaltet eure Beziehung(en) bewusst.
Überlegt euch jeweils, welche Wünsche und
Vorstellungen ihr für euch, für einander und
für eure Beziehungsgestaltung habt. Achtet
dabei vor allem auf versteckte Erwartungen,
wie Beziehungen vermeintlich zu sein haben
im Vergleich zu euren tatsächlichen
Vorstellungen.

Sucht euch dann zusammen aus dem
Beziehungs-Büfett aus, was und wie viel ihr
davon auf euren gemeinsamen
Beziehungsteller legen wollt und was ihr
lieber alleine oder mit anderen esst, weil es
nicht beiden/allen von euch schmeckt.
Vielleicht gibt es ja auch noch weitere
Bereiche, die für euch wichtig, aber hier
nicht abgebildet sind - fügt sie einfach
hinzu.

Eure gemeinsame Auswahl kann sich mit der
Zeit immer wieder verändern: macht euch
den Spaß also gerne hin und wieder von
Neuem. Damit bringt ihr Transparenz und
Bewusstheit in eure Beziehung(en) und das,
was Gemeinsamkeit für euch bedeutet.

Berührung

Tanzen, Kuscheln,
Händchenhalten, Körperkontakt,
Umarmungen, Massage,
Körperteile

Begegnungen

Täglich, Wöchentlich,
Monatlich, Jährlich,
Wechselhaft

Emotionale Intimität

Verletzlichkeit,
Anvertrauen

Machtspiele

Dom/sub, Ageplay,
Petplay

Soziales

Gemeinsam gesehen werden,
Veranstaltungen, Freund*innen,
Arbeit, Familie, Soziale Medien

Finanzen

Geld, Konten,
Verantwortung, Steuern,
Zahlungen, Besitz

Lebens- partner*innen

Gemeinsame Ziele,
Veränderungen gemeinsam
begegnen

Geselligkeit

Spielerisches, Unternehmungen,
Gemeinsame Interessen,
Intellektuelle/Philosophische
Diskussionen

Spiritualität

Esotherik, Magie,
Rituale, Meditation,
Gebete

Kink

Sadomasochismus,
Masochismus, Sadismus,
Fetisch

