

Ich-Botschaften

Beitrag von „Tina_NE“ vom 4. März 2005 19:56

Hallo zusammen,

was habt ihr für Erfahrungen mit den Ich-Botschaften gemacht? Ich habe morgen ein Konfliktgespräch vor mir (mit der Schwägerin meines Mannes), und versuche, die betreffenden Situationen anhand von Ich-Botschaften aufzuschreiben, um mich vorzubereiten. Und während ich hier Selbstreflexion und -zerstückelung betreibe, habe ich das Gefühl, dass das alles nichts bringen wird, weil ich schon von ihr persönlich gehört habe: "Ich kann nicht vergeben, ich kann nicht vergessen. Ich bin halt nachtragend."

...und das alles nur, weil ich vor einem Jahr statt zur Kinderkommunion ihrer Tochter einen persönlichen Termin vorgezogen habe (Treffen mit einer Holocaust-Überlebenden).

Seitdem hat sich das konsequent gesteigert, bis es zum Eklat kam. Und der Vorschlag der anderen Seite war "einen Strich zu ziehen und alles zu vergessen!" Ja, nee..is klar!

Irgendwelche Ideen? Bin für jedes virtuelles Knuddeln dankbar....

Tina