

# SOS Détresse

## Bei enger Trennung fair mateneen ëmgoen

Et gëtt näischt wat méi schlëmm ass, wéi ouni virgewart ze gi vum Partner verlooss ze ginn. Männer schwätzen oft net iwver hir Gefiller an der Bezéiung mee waarden, bis et bal net méi ze retten ass. Awer och Frae vermeiden oft e klärend Gespréich. Et zitt ee sech zréck an distanzéiert sech; gefillt ass d'Bezéiung schonn eriwwer. Dem Partner deelt ee sech réischt mat, wann een d'Decisioun getraff huet. Verschidde Partner liewen och laang mat der Iddi vun Trennung nach mam Partner zesummen, oft wéinst de Kanner, bis si et da guer net méi aushalen. Eng Trennung, déi esou plötzlech kënnt ka fir deen Anere schlëmm Konsequenzen hunn. Vill Betreffener falen an en déift Lach a gleewe guer net méi u sech selwer.

Ween iwwert eng Trennung nodenkt, sollt dowéinst oppe mam Partner iwver seng Bedenke schwätzen. Wat dat éischer geschitt, wat d'Chance méi grouss ass, dass ee ka klären, wou de Problem ass an ob et nach aner Léisunge ginn. Wann et dann awer zu enger Trennung kënnt, hat de Partner wéinstens eng Chance fir ëm d'Bezéiung ze kämpfen. Och wann ee mam Partner iwver d'Grënn vun der Trennung schwätzt, mécht een et him méi einfach fir de Verloscht ze verkraften.

Et ass och wichteg, dass mir net alles futti maachen, wat mir mat deem Anere gedeelt hunn, egal wéi grouss d'Problemer zum Schluss vun der Bezéiung waren. Oft probéiere mir, mat Roserei an Ofwäertung vum Partner Distanz ze schafen, fir dass d'Trennung eis méi liicht fält. Well och fir deen dee geet ass dës Entscheidung meeschtens net einfach. Wann hien dann awer probéiert, sech mat Ofwäertung d'Entscheidung méi liicht ze maachen, blesséiert dëst de Verloossenen nach méi. Och wann déi gemeinsam Zäit ofgewäert gëtt ass et fir de Verloossenen immens blesséierend. Et sollt ee géigeniwver vun enger Persoun déi ee gär hat ëmmer nach éierlech a respektvoll sinn. Eng Trennung ass da fair, wann een éierlech ass an deen Aneren an d'gemeinsam Zäit eescht hëlt - och wann eis dat immens schwéier fält.