

Loopt ons huwelijk op z'n eind?

Gestructureerd, in zes duidelijke stappen, naar een afgewogen antwoord.

Elke relatie kent ups en downs. Maar er kan een moment komen dat je je afvraagt: wil ik nog wel samen verder? En wat wil mijn partner? Niets doen is dan geen optie. Hoe langer je die vraag voor je uitschuift, hoe moeilijker het wordt.

Bij ons begin je met samen na te gaan: wat is onze kernvraag. Is dat bijvoorbeeld: "Is het de moeite waard om het samen opnieuw te proberen?" of "Is het voor ons allebei de juiste tijd om nu de scheiding door te zetten?"

Stap 1 Hoe sta jij erin?

Bij de eerste stap verken je de huidige situatie. Samen. Je zo hoort ook hoe je partner het ziet. Aan de hand van de verschillende rollen wordt duidelijk wie nog meer van belang zijn bij je vraagstuk.

Stap 2 Van kernkwaliteiten naar uitdagingen.

Deze stap richt de aandacht op de toekomst. Welke eigenschappen van jou zijn van belang? Wat heb je beschikbaar en wat is nodig? Wat zijn je kernkwaliteiten, waar liggen je uitdagingen? Hoe zit dat bij je partner?

Stap 3 De rationele stap.

Wat doet er nu werkelijk toe voor jou? In de derde stap inventariseer je de belangen die aan de orde zijn. Je maakt een lijst. Na goed nadenken zet je het belangrijkste bovenaan en de minder belangrijke zaken daaronder. Daarmee breng je voor jezelf een rationele (volg)orde aan. Dat doe je allebei tegelijk en zo zie dus je ook wat de ander belangrijk vindt.

Stap 4 De intuïtieve stap.

In de intuïtieve stap check je of de rationeel geordende lijst klopt met je gevoel. Dat doe je door de belangen onderling gevoelsmatig tegen elkaar af te wegen. Daarbij laat je jouw intuïtie zwaarder wegen dan bij een rationele ordening en kom je meestal tot een andere volgorde in de lijst met belangen. Een volgorde die goed voelt.

Stap 5 De prioriteitsstap.

Bij de vijfde stap ken je aan elk belang op jouw lijst een waarde toe. De onderlinge afstand van de door jou genoemde belangen wordt zichtbaar. Ook die van je partner worden zo duidelijk. De onderlinge overeenkomsten en verschillen komen nu loepzuiver naar boven.

Stap 6, de Keuze en verdeelstap.

Nu duidelijk is hoe jullie beiden, ieder voor zich, de belangen hebben gewaardeerd kunnen jullie samen het geheel overzien en tot een afgewogen antwoord op jullie kernvraag komen.

Jullie hebben gezien dat er verschillen in belangen zijn. Als jij kunt krijgen wat jij het belangrijkste vindt, wordt het ook makkelijker de ander te gunnen wat voor hem of haar het belangrijkste is. Door die belangen uit te wisselen kun je goede afspraken maken voor de toekomst. Een toekomst samen of apart.