

# Zehn Erlaubnisse für Paare

-  *Du brauchst nicht alles zu erahnen, was in deinem Partner vorgeht. Wenn es dich interessiert, kannst du fragen.*
-  *Du brauchst deinen Partner nicht auf Anhieb zu verstehen. Er kann dir selbst sagen, was er braucht.*
-  *Vorwürfe und Anklagen kannst du dir ersparen. Handeln bringt weiter.*
-  *Du darfst deinen Partner loben für alles, was dir an ihm gefällt. Es tut gut und spornt an.*
-  *Du darfst deinen Partner auch mal sich selbst überlassen.*
-  *Du brauchst dich nicht für alles verantwortlich fühlen, was dein Partner anstellt.*
-  *Schon bevor dein Partner voll zufrieden gestellt ist, darfst du etwas für dich tun.*
-  *Du darfst eigene Gefühle, Wünsche und Bedürfnisse haben und brauchst nicht zu warten, bis dein Partner sie dir von den Augen abliest. Du darfst direkt sagen, was du willst.*
-  *Du brauchst nicht zu (er-)warten, dass dein Partner dir deine Wünsche erfüllt. Du darfst sie dir auch selbst erfüllen.*
-  *Du darfst glücklich sein. Glückliche Partner sind die besten Liebhaber.*