

Unsere Beziehungsmuster:

Name von Partner A:	Name von Partner B:
Identität oder Bindung?	Identität oder Bindung?
Ich brauche:	Ich brauche:
Meine typischen Trigger:	Meine typischen Trigger:
Primäre Reaktion auf das unerfüllte Bedürfnis:	Primäre Reaktion auf das unerfüllte Bedürfnis:
Sekundäre Emotion, die ausgedrückt wird:	Sekundäre Emotion, die ausgedrückt wird:
Meine Reaktion auf die sekundäre Emotion von Partner B:	Meine Reaktion auf die sekundäre Emotion von Partner A:

Unser Muster:

Wenn Partner A das unerfüllte Bedürfnis nach ... erlebt

Aber stattdessen eine sekundäre Emotion von ... zeigt

Beeinflusst dies das Bedürfnis von Partner B nach ...

Partner B reagiert dann wiederum mit folgender sekundärer Emotion

Wenn Partner B mit folgender sekundären Emotion reagiert

Hat dies wiederum Auswirkungen auf das Bedürfnis von Partner A nach

Welcher wiederum folgende sekundäre Emotion zeigt

Dies führt wiederum dazu, dass Partner A das unerfüllte Bedürfnis nach ... erlebt