

Liefdesrelatie, uit elkaar

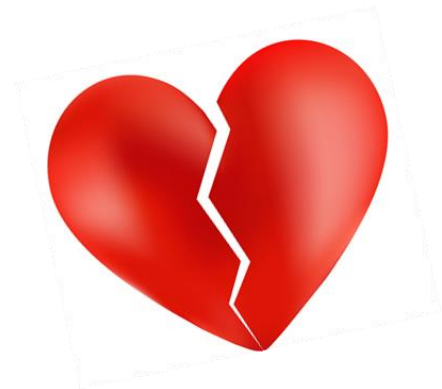
Informatie

Het kan zijn dat je van alles hebt geprobeerd.
Om het samen goed te hebben.
En dan *toch* blijkt dat het niet meer gaat.

Je voelt je niet meer gelukkig in de relatie.
Of je voelt geen liefde meer.

Het kan moeilijk zijn om te merken:

- Dat je vaak boos bent en ruzie hebt.
- Dat het samen niet meer gezellig is.



Een relatie is er om jou gelukkig te maken.
Als je er niet (meer) blij van wordt,
En je hebt er (veel) zorgen van,
dan is het soms beter met de relatie te stoppen.
Hoe moeilijk je dat ook vindt voor jezelf, en die ander.

Het is dan beter om uit elkaar te gaan.

Liefdesrelatie, uit elkaar

Informatie

Je kunt dit op allerlei manieren doen.
Sommigen sturen een berichtje met WhatsApp.
Anderen gaan praten.
Er zijn ook mensen die helemaal niets zeggen.
Ze gaan weg en laten niets meer van zich horen.
Dat kan erg verdrietig zijn voor de ander.
De ander begrijpt niet wat er aan de hand is.

Meestal is het goed er samen over te praten.
Vertel wat er aan de hand is.
Wat je niet fijn vindt.
Vertel waarom je wilt stoppen met de relatie.
Luister ook naar wat de ander wil vertellen.

Zoek iemand die jullie kan helpen bij dit gesprek.
Iemand die jou helpt en ondersteunt.
En iemand die je partner helpt en ondersteunt.

Bespreek ook hoe het nu verder gaat.
Wil je elkaar nooit meer zien, of nog wel.
Vertel allebei wat je wil en niet wil.
Maak goede afspraken.
Dan kunnen jullie allebei weer verder met je leven.

