

FIRA-C-DE (v.0.7)

Fragebogen zur partnerschaftlichen Beziehung

Dieser Fragebogen soll erfassen, wie Sie die Beziehung zu Ihrem Partner erleben. Ihnen werden zwölf Fragen gestellt. Jede dieser Fragen lädt Sie dazu ein, sich in eine bestimmte Situation mit Ihrem Partner hineinzusetzen.

Bitte stellen Sie sich vor, wie Sie sich in der beschriebenen Situation fühlen würden. Wählen Sie dann die Antwort aus, die Ihrem „Bauchgefühl“ am nächsten kommt.

Bei allen zwölf Fragen stehen jeweils 24 Antwortmöglichkeiten zur Auswahl. Die Optionen auf der linken Seite spiegeln eine eher „positive“ Erfahrung wider, während diejenigen auf der rechten Seite eine eher „herausfordernde“ Erfahrung anzeigen. Beide Antwortarten sind gleichermaßen wichtig: Die Optionen in der rechten Spalte können besonders hilfreich sein, um weniger leicht zugängliche Bereiche der Beziehung zu erkunden.

Sollten Sie weitere Unterstützung benötigen, wenden Sie sich bitte an Ihren Therapeuten.

Beispielfrage:

„Wenn mein **Partner** und ich über **unsere Pläne für die nächsten fünf Jahre** sprechen, ist die **Atmosphäre** im Raum ...“

Bitte kreuzen Sie diejenige Option an, die Ihrem Gefühl am nächsten kommt:

Eher positiv ▶	Eher herausfordernd ▶
<input type="checkbox"/> a+ Direkt und offen	<input type="checkbox"/> a- Aggressiv und fordernd
<input type="checkbox"/> b+ Geerdet und beruhigend	<input type="checkbox"/> b- Schwer und langsam
<input type="checkbox"/> c+ Gedanken anregend	<input type="checkbox"/> c- Chaotisch und sprunghaft
<input type="checkbox"/> d+ Fürsorglich und nährend	<input type="checkbox"/> d- Emotional klammernd
<input type="checkbox"/> e+ Zuversichtlich und fröhlich	<input type="checkbox"/> e- Überheblich und arrogant
<input type="checkbox"/> f+ Nuanciert und differenziert	<input type="checkbox"/> f- Kompliziert und verzwickt
<input type="checkbox"/> g+ Harmonisch und entgegenkommend	<input type="checkbox"/> g- Ziellos und unbestimmt
<input type="checkbox"/> h+ Intensiv und voller Tiefgang	<input type="checkbox"/> h- Obszön und verstörend
<input type="checkbox"/> i+ Inspirierend und wachstumsfördernd	<input type="checkbox"/> i- Oberflächlich und schlampig
<input type="checkbox"/> j+ Nüchtern und sachlich	<input type="checkbox"/> j- Herausfordernd und streng
<input type="checkbox"/> k+ Ein Blick in eine bessere Zukunft	<input type="checkbox"/> k- Unpersönlich und fremdartig
<input type="checkbox"/> l+ Empathisch und heilsam	<input type="checkbox"/> l- Unverbindlich und verträumt

1. Wenn mein Partner und ich in lebhaftem Austausch stehen, ist die Energie im Raum ...

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> a+ Direkt und offen | <input type="checkbox"/> a- Aggressiv und fordernd |
| <input type="checkbox"/> b+ Geerdet und beruhigend | <input type="checkbox"/> b- Schwer und langsam |
| <input type="checkbox"/> c+ Gedanken anregend | <input type="checkbox"/> c- Chaotisch und sprunghaft |
| <input type="checkbox"/> d+ Fürsorglich und nährend | <input type="checkbox"/> d- Emotional klammernd |
| <input type="checkbox"/> e+ Zuversichtlich und fröhlich | <input type="checkbox"/> e- Überheblich und arrogant |
| <input type="checkbox"/> f+ Nuanciert und differenziert | <input type="checkbox"/> f- Kompliziert und verzwick |
| <input type="checkbox"/> g+ Harmonisch und entgegenkommend | <input type="checkbox"/> g- Ziellos und unbestimmt |
| <input type="checkbox"/> h+ Intensiv und voller Tiefgang | <input type="checkbox"/> h- Obszön und verstörend |
| <input type="checkbox"/> i+ Inspirierend und wachstumsfördernd | <input type="checkbox"/> i- Oberflächlich und schlampig |
| <input type="checkbox"/> j+ Nüchtern und sachlich | <input type="checkbox"/> j- Herausfordernd und streng |
| <input type="checkbox"/> k+ Ein Blick in eine bessere Zukunft | <input type="checkbox"/> k- Unpersönlich und fremdartig |
| <input type="checkbox"/> l+ Empathisch und heilsam | <input type="checkbox"/> l- Unverbindlich und verträumt |

2. Wenn wir darüber sprechen, was für uns im Leben wichtig und wertvoll ist, ist die Atmosphäre ...

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> a+ Direkt und offen | <input type="checkbox"/> a- Aggressiv und fordernd |
| <input type="checkbox"/> b+ Geerdet und beruhigend | <input type="checkbox"/> b- Schwer und langsam |
| <input type="checkbox"/> c+ Gedanken anregend | <input type="checkbox"/> c- Chaotisch und sprunghaft |
| <input type="checkbox"/> d+ Fürsorglich und nährend | <input type="checkbox"/> d- Emotional klammernd |
| <input type="checkbox"/> e+ Zuversichtlich und fröhlich | <input type="checkbox"/> e- Überheblich und arrogant |
| <input type="checkbox"/> f+ Nuanciert und differenziert | <input type="checkbox"/> f- Kompliziert und verzwick |
| <input type="checkbox"/> g+ Harmonisch und entgegenkommend | <input type="checkbox"/> g- Ziellos und unbestimmt |
| <input type="checkbox"/> h+ Intensiv und voller Tiefgang | <input type="checkbox"/> h- Obszön und verstörend |
| <input type="checkbox"/> i+ Inspirierend und wachstumsfördernd | <input type="checkbox"/> i- Oberflächlich und schlampig |
| <input type="checkbox"/> j+ Nüchtern und sachlich | <input type="checkbox"/> j- Herausfordernd und streng |
| <input type="checkbox"/> k+ Ein Blick in eine bessere Zukunft | <input type="checkbox"/> k- Unpersönlich und fremdartig |
| <input type="checkbox"/> l+ Empathisch und heilsam | <input type="checkbox"/> l- Unverbindlich und verträumt |

3. Wenn wir miteinander scherzen und lachen, ist die Stimmung zwischen uns ...

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> a+ Direkt und offen | <input type="checkbox"/> a- Aggressiv und fordernd |
| <input type="checkbox"/> b+ Geerdet und beruhigend | <input type="checkbox"/> b- Schwer und langsam |
| <input type="checkbox"/> c+ Gedanken anregend | <input type="checkbox"/> c- Chaotisch und sprunghaft |
| <input type="checkbox"/> d+ Fürsorglich und nährend | <input type="checkbox"/> d- Emotional klammernd |
| <input type="checkbox"/> e+ Zuversichtlich und fröhlich | <input type="checkbox"/> e- Überheblich und arrogant |
| <input type="checkbox"/> f+ Nuanciert und differenziert | <input type="checkbox"/> f- Kompliziert und verzwick |
| <input type="checkbox"/> g+ Harmonisch und entgegenkommend | <input type="checkbox"/> g- Ziellos und unbestimmt |
| <input type="checkbox"/> h+ Intensiv und voller Tiefgang | <input type="checkbox"/> h- Obszön und verstörend |
| <input type="checkbox"/> i+ Inspirierend und wachstumsfördernd | <input type="checkbox"/> i- Oberflächlich und schlampig |
| <input type="checkbox"/> j+ Nüchtern und sachlich | <input type="checkbox"/> j- Herausfordernd und streng |
| <input type="checkbox"/> k+ Ein Blick in eine bessere Zukunft | <input type="checkbox"/> k- Unpersönlich und fremdartig |
| <input type="checkbox"/> l+ Empathisch und heilsam | <input type="checkbox"/> l- Unverbindlich und verträumt |

4. Wenn wir über unsere Familie sprechen, fühlt sich das Gespräch so an ...

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> a+ Direkt und offen | <input type="checkbox"/> a- Aggressiv und fordernd |
| <input type="checkbox"/> b+ Geerdet und beruhigend | <input type="checkbox"/> b- Schwer und langsam |
| <input type="checkbox"/> c+ Gedanken anregend | <input type="checkbox"/> c- Chaotisch und sprunghaft |
| <input type="checkbox"/> d+ Fürsorglich und nährend | <input type="checkbox"/> d- Emotional klammernd |
| <input type="checkbox"/> e+ Zuversichtlich und fröhlich | <input type="checkbox"/> e- Überheblich und arrogant |
| <input type="checkbox"/> f+ Nuanciert und differenziert | <input type="checkbox"/> f- Kompliziert und verzwickt |
| <input type="checkbox"/> g+ Harmonisch und entgegenkommend | <input type="checkbox"/> g- Ziellos und unbestimmt |
| <input type="checkbox"/> h+ Intensiv und voller Tiefgang | <input type="checkbox"/> h- Obszön und verstörend |
| <input type="checkbox"/> i+ Inspirierend und wachstumsfördernd | <input type="checkbox"/> i- Oberflächlich und schlampig |
| <input type="checkbox"/> j+ Nüchtern und sachlich | <input type="checkbox"/> j- Herausfordernd und streng |
| <input type="checkbox"/> k+ Ein Blick in eine bessere Zukunft | <input type="checkbox"/> k- Unpersönlich und fremdartig |
| <input type="checkbox"/> l+ Empathisch und heilsam | <input type="checkbox"/> l- Unverbindlich und verträumt |

5. Wenn wir über unsere Hobbys oder Leidenschaften sprechen, ist unsere Kommunikation ...

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> a+ Direkt und offen | <input type="checkbox"/> a- Aggressiv und fordernd |
| <input type="checkbox"/> b+ Geerdet und beruhigend | <input type="checkbox"/> b- Schwer und langsam |
| <input type="checkbox"/> c+ Gedanken anregend | <input type="checkbox"/> c- Chaotisch und sprunghaft |
| <input type="checkbox"/> d+ Fürsorglich und nährend | <input type="checkbox"/> d- Emotional klammernd |
| <input type="checkbox"/> e+ Zuversichtlich und fröhlich | <input type="checkbox"/> e- Überheblich und arrogant |
| <input type="checkbox"/> f+ Nuanciert und differenziert | <input type="checkbox"/> f- Kompliziert und verzwickt |
| <input type="checkbox"/> g+ Harmonisch und entgegenkommend | <input type="checkbox"/> g- Ziellos und unbestimmt |
| <input type="checkbox"/> h+ Intensiv und voller Tiefgang | <input type="checkbox"/> h- Obszön und verstörend |
| <input type="checkbox"/> i+ Inspirierend und wachstumsfördernd | <input type="checkbox"/> i- Oberflächlich und schlampig |
| <input type="checkbox"/> j+ Nüchtern und sachlich | <input type="checkbox"/> j- Herausfordernd und streng |
| <input type="checkbox"/> k+ Ein Blick in eine bessere Zukunft | <input type="checkbox"/> k- Unpersönlich und fremdartig |
| <input type="checkbox"/> l+ Empathisch und heilsam | <input type="checkbox"/> l- Unverbindlich und verträumt |

6. Wenn wir über den Alltag unserer jeweiligen Arbeit sprechen, ist unser Austausch ...

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> a+ Direkt und offen | <input type="checkbox"/> a- Aggressiv und fordernd |
| <input type="checkbox"/> b+ Geerdet und beruhigend | <input type="checkbox"/> b- Schwer und langsam |
| <input type="checkbox"/> c+ Gedanken anregend | <input type="checkbox"/> c- Chaotisch und sprunghaft |
| <input type="checkbox"/> d+ Fürsorglich und nährend | <input type="checkbox"/> d- Emotional klammernd |
| <input type="checkbox"/> e+ Zuversichtlich und fröhlich | <input type="checkbox"/> e- Überheblich und arrogant |
| <input type="checkbox"/> f+ Nuanciert und differenziert | <input type="checkbox"/> f- Kompliziert und verzwickt |
| <input type="checkbox"/> g+ Harmonisch und entgegenkommend | <input type="checkbox"/> g- Ziellos und unbestimmt |
| <input type="checkbox"/> h+ Intensiv und voller Tiefgang | <input type="checkbox"/> h- Obszön und verstörend |
| <input type="checkbox"/> i+ Inspirierend und wachstumsfördernd | <input type="checkbox"/> i- Oberflächlich und schlampig |
| <input type="checkbox"/> j+ Nüchtern und sachlich | <input type="checkbox"/> j- Herausfordernd und streng |
| <input type="checkbox"/> k+ Ein Blick in eine bessere Zukunft | <input type="checkbox"/> k- Unpersönlich und fremdartig |
| <input type="checkbox"/> l+ Empathisch und heilsam | <input type="checkbox"/> l- Unverbindlich und verträumt |

7. Wenn wir uns darauf konzentrieren, wie wir unsere Beziehung weiterentwickeln können, ist die Stimmung ...

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> a+ Direkt und offen | <input type="checkbox"/> a- Aggressiv und fordernd |
| <input type="checkbox"/> b+ Geerdet und beruhigend | <input type="checkbox"/> b- Schwer und langsam |
| <input type="checkbox"/> c+ Gedanken anregend | <input type="checkbox"/> c- Chaotisch und sprunghaft |
| <input type="checkbox"/> d+ Fürsorglich und nährend | <input type="checkbox"/> d- Emotional klammernd |
| <input type="checkbox"/> e+ Zuversichtlich und fröhlich | <input type="checkbox"/> e- Überheblich und arrogant |
| <input type="checkbox"/> f+ Nuanciert und differenziert | <input type="checkbox"/> f- Kompliziert und verzwick |
| <input type="checkbox"/> g+ Harmonisch und entgegenkommend | <input type="checkbox"/> g- Ziellos und unbestimmt |
| <input type="checkbox"/> h+ Intensiv und voller Tiefgang | <input type="checkbox"/> h- Obszön und verstörend |
| <input type="checkbox"/> i+ Inspirierend und wachstumsfördernd | <input type="checkbox"/> i- Oberflächlich und schlampig |
| <input type="checkbox"/> j+ Nüchtern und sachlich | <input type="checkbox"/> j- Herausfordernd und streng |
| <input type="checkbox"/> k+ Ein Blick in eine bessere Zukunft | <input type="checkbox"/> k- Unpersönlich und fremdartig |
| <input type="checkbox"/> l+ Empathisch und heilsam | <input type="checkbox"/> l- Unverbindlich und verträumt |

8. Wenn wir über Intimität oder Sexualität sprechen, sind diese Momente ...

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> a+ Direkt und offen | <input type="checkbox"/> a- Aggressiv und fordernd |
| <input type="checkbox"/> b+ Geerdet und beruhigend | <input type="checkbox"/> b- Schwer und langsam |
| <input type="checkbox"/> c+ Gedanken anregend | <input type="checkbox"/> c- Chaotisch und sprunghaft |
| <input type="checkbox"/> d+ Fürsorglich und nährend | <input type="checkbox"/> d- Emotional klammernd |
| <input type="checkbox"/> e+ Zuversichtlich und fröhlich | <input type="checkbox"/> e- Überheblich und arrogant |
| <input type="checkbox"/> f+ Nuanciert und differenziert | <input type="checkbox"/> f- Kompliziert und verzwick |
| <input type="checkbox"/> g+ Harmonisch und entgegenkommend | <input type="checkbox"/> g- Ziellos und unbestimmt |
| <input type="checkbox"/> h+ Intensiv und voller Tiefgang | <input type="checkbox"/> h- Obszön und verstörend |
| <input type="checkbox"/> i+ Inspirierend und wachstumsfördernd | <input type="checkbox"/> i- Oberflächlich und schlampig |
| <input type="checkbox"/> j+ Nüchtern und sachlich | <input type="checkbox"/> j- Herausfordernd und streng |
| <input type="checkbox"/> k+ Ein Blick in eine bessere Zukunft | <input type="checkbox"/> k- Unpersönlich und fremdartig |
| <input type="checkbox"/> l+ Empathisch und heilsam | <input type="checkbox"/> l- Unverbindlich und verträumt |

9. Wenn wir gemeinsam neue Ideen oder Möglichkeiten erkunden, ist die Atmosphäre ...

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> a+ Direkt und offen | <input type="checkbox"/> a- Aggressiv und fordernd |
| <input type="checkbox"/> b+ Geerdet und beruhigend | <input type="checkbox"/> b- Schwer und langsam |
| <input type="checkbox"/> c+ Gedanken anregend | <input type="checkbox"/> c- Chaotisch und sprunghaft |
| <input type="checkbox"/> d+ Fürsorglich und nährend | <input type="checkbox"/> d- Emotional klammernd |
| <input type="checkbox"/> e+ Zuversichtlich und fröhlich | <input type="checkbox"/> e- Überheblich und arrogant |
| <input type="checkbox"/> f+ Nuanciert und differenziert | <input type="checkbox"/> f- Kompliziert und verzwick |
| <input type="checkbox"/> g+ Harmonisch und entgegenkommend | <input type="checkbox"/> g- Ziellos und unbestimmt |
| <input type="checkbox"/> h+ Intensiv und voller Tiefgang | <input type="checkbox"/> h- Obszön und verstörend |
| <input type="checkbox"/> i+ Inspirierend und wachstumsfördernd | <input type="checkbox"/> i- Oberflächlich und schlampig |
| <input type="checkbox"/> j+ Nüchtern und sachlich | <input type="checkbox"/> j- Herausfordernd und streng |
| <input type="checkbox"/> k+ Ein Blick in eine bessere Zukunft | <input type="checkbox"/> k- Unpersönlich und fremdartig |
| <input type="checkbox"/> l+ Empathisch und heilsam | <input type="checkbox"/> l- Unverbindlich und verträumt |

10. Wenn wir über unsere gemeinsamen Ziele und Pläne für die Zukunft sprechen, ist die Stimmung ...

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> a+ Direkt und offen | <input type="checkbox"/> a- Aggressiv und fordernd |
| <input type="checkbox"/> b+ Geerdet und beruhigend | <input type="checkbox"/> b- Schwer und langsam |
| <input type="checkbox"/> c+ Gedanken anregend | <input type="checkbox"/> c- Chaotisch und sprunghaft |
| <input type="checkbox"/> d+ Fürsorglich und nährend | <input type="checkbox"/> d- Emotional klammernd |
| <input type="checkbox"/> e+ Zuversichtlich und fröhlich | <input type="checkbox"/> e- Überheblich und arrogant |
| <input type="checkbox"/> f+ Nuanciert und differenziert | <input type="checkbox"/> f- Kompliziert und verzwick |
| <input type="checkbox"/> g+ Harmonisch und entgegenkommend | <input type="checkbox"/> g- Ziellos und unbestimmt |
| <input type="checkbox"/> h+ Intensiv und voller Tiefgang | <input type="checkbox"/> h- Obszön und verstörend |
| <input type="checkbox"/> i+ Inspirierend und wachstumsfördernd | <input type="checkbox"/> i- Oberflächlich und schlampig |
| <input type="checkbox"/> j+ Nüchtern und sachlich | <input type="checkbox"/> j- Herausfordernd und streng |
| <input type="checkbox"/> k+ Ein Blick in eine bessere Zukunft | <input type="checkbox"/> k- Unpersönlich und fremdartig |
| <input type="checkbox"/> l+ Empathisch und heilsam | <input type="checkbox"/> l- Unverbindlich und verträumt |

11. Wenn wir über Ideale sprechen, nach denen wir streben, sind diese Momente ...

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> a+ Direkt und offen | <input type="checkbox"/> a- Aggressiv und fordernd |
| <input type="checkbox"/> b+ Geerdet und beruhigend | <input type="checkbox"/> b- Schwer und langsam |
| <input type="checkbox"/> c+ Gedanken anregend | <input type="checkbox"/> c- Chaotisch und sprunghaft |
| <input type="checkbox"/> d+ Fürsorglich und nährend | <input type="checkbox"/> d- Emotional klammernd |
| <input type="checkbox"/> e+ Zuversichtlich und fröhlich | <input type="checkbox"/> e- Überheblich und arrogant |
| <input type="checkbox"/> f+ Nuanciert und differenziert | <input type="checkbox"/> f- Kompliziert und verzwick |
| <input type="checkbox"/> g+ Harmonisch und entgegenkommend | <input type="checkbox"/> g- Ziellos und unbestimmt |
| <input type="checkbox"/> h+ Intensiv und voller Tiefgang | <input type="checkbox"/> h- Obszön und verstörend |
| <input type="checkbox"/> i+ Inspirierend und wachstumsfördernd | <input type="checkbox"/> i- Oberflächlich und schlampig |
| <input type="checkbox"/> j+ Nüchtern und sachlich | <input type="checkbox"/> j- Herausfordernd und streng |
| <input type="checkbox"/> k+ Ein Blick in eine bessere Zukunft | <input type="checkbox"/> k- Unpersönlich und fremdartig |
| <input type="checkbox"/> l+ Empathisch und heilsam | <input type="checkbox"/> l- Unverbindlich und verträumt |

12. Wenn wir in Themen wie Religion oder Spiritualität eintauchen, ist unser Austausch ...

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> a+ Direkt und offen | <input type="checkbox"/> a- Aggressiv und fordernd |
| <input type="checkbox"/> b+ Geerdet und beruhigend | <input type="checkbox"/> b- Schwer und langsam |
| <input type="checkbox"/> c+ Gedanken anregend | <input type="checkbox"/> c- Chaotisch und sprunghaft |
| <input type="checkbox"/> d+ Fürsorglich und nährend | <input type="checkbox"/> d- Emotional klammernd |
| <input type="checkbox"/> e+ Zuversichtlich und fröhlich | <input type="checkbox"/> e- Überheblich und arrogant |
| <input type="checkbox"/> f+ Nuanciert und differenziert | <input type="checkbox"/> f- Kompliziert und verzwick |
| <input type="checkbox"/> g+ Harmonisch und entgegenkommend | <input type="checkbox"/> g- Ziellos und unbestimmt |
| <input type="checkbox"/> h+ Intensiv und voller Tiefgang | <input type="checkbox"/> h- Obszön und verstörend |
| <input type="checkbox"/> i+ Inspirierend und wachstumsfördernd | <input type="checkbox"/> i- Oberflächlich und schlampig |
| <input type="checkbox"/> j+ Nüchtern und sachlich | <input type="checkbox"/> j- Herausfordernd und streng |
| <input type="checkbox"/> k+ Ein Blick in eine bessere Zukunft | <input type="checkbox"/> k- Unpersönlich und fremdartig |
| <input type="checkbox"/> l+ Empathisch und heilsam | <input type="checkbox"/> l- Unverbindlich und verträumt |

Auswertung

Cholerisch

Anzahl a+: ___ Anzahl a-: ___

Anzahl e+: ___ Anzahl e-: ___

Anzahl i+: ___ Anzahl i-: ___

Menge (+): ___

Menge (-): ___

Gesamt (cholerisch): ___

Melancholisch

Anzahl b+: ___ Anzahl b-: ___

Anzahl f+: ___ Anzahl f-: ___

Anzahl j+: ___ Anzahl j-: ___

Menge (+): ___

Menge (-): ___

Gesamt (melancholisch): ___

Sanguinisch

Anzahl c+: ___ Anzahl c-: ___

Anzahl g+: ___ Anzahl g-: ___

Anzahl k+: ___ Anzahl k-: ___

Menge (+): ___

Menge (-): ___

Gesamt (sanguinisch): ___

Phlegmatisch

Anzahl d+: ___ Anzahl d-: ___

Anzahl h+: ___ Anzahl h-: ___

Anzahl l+: ___ Anzahl l-: ___

Menge (+): ___

Menge (-): ___

Gesamt (phlegmatisch): ___

Verteilungsübersicht

Cholerisch		Melancholisch	
Subtotal +	Subtotal -	Subtotal +	Subtotal -
Total: _____		Total: _____	
Phlegmatisch		Sanguinisch	
Subtotal +	Subtotal -	Subtotal +	Subtotal -
Total: _____		Total: _____	

Anleitung: Dieses Blatt ermöglicht es Ihnen, Ihre FIRA-Ergebnisse auszuwerten und die Merkmale der archetypischen Erfahrungen zu bestimmen, die Sie bislang in Ihrer Beziehung gemacht haben. Die Verteilung dieser Erfahrungen auf die vier traditionellen „Temperamente“ vermittelt Ihnen einen ersten visuellen Eindruck vom „Gefühl“ der Beziehung. Wenn Sie Ihre Ergebnisse mit denen Ihres Partners vergleichen, sehen Sie sofort, inwiefern sich das Gesamterleben des anderen von Ihrem eigenen unterscheidet. Beachten Sie bitte, dass solche Unterschiede zu erwarten sind und keineswegs bedeuten, dass in Ihrer Beziehung etwas nicht stimmt. Im nächsten Schritt können Sie die einzelnen Gemeinsamkeiten und Unterschiede zwischen Ihnen beiden genauer betrachten. Vergleichen Sie die einzelnen Antworten und achten Sie auf Abweichungen. Die im Fragebogen skizzierten Situationen betreffen sensible Inhalte. Es kann sehr hilfreich sein, diese Ergebnisse in Anwesenheit Ihres Therapeuten – zusätzlich zu Ihrem Partner – zu besprechen. Dies kann das gegenseitige Verständnis fördern und dazu beitragen, die Beziehung auf einer tieferen Ebene zu erkunden.