

12. Jedes Bedauern birgt Chancen für die Zukunft

Es war die beste Wahl, die Sie damals hatten.

Wenn Sie etwas getan bzw. unterlassen haben, was Ihnen leidtut oder was Sie bereuen, dann könnte diese Überlegung Ihnen helfen:

Es war die beste Wahl, die Sie damals hatten.

Sie haben etwas getan, wovon Sie (damals) dachten, dass es Ihre beste Wahl war, sonst hätten Sie es bestimmt anders gemacht.

Wenn Sie jetzt darüber anders denken, dann haben Sie etwas gelernt.

Fragen, welche Sie sich selbst dabei stellen können:

- Was haben Sie aus der vergangenen Situation gelernt?
- Wenn Sie noch einmal in eine ähnliche Situation kämen, wie würden Sie mit Ihrem neuerworbenen Wissen dann handeln?
- Möchten oder könnten Sie noch irgendetwas gutmachen? Wie?
(Z.B. Selbstverzeihung oder um Verzeihung bitten?)



Foto: Geert Leeuwis

Wenn Sie sich bei jemandem entschuldigen möchten, noch ein zusätzlicher Tipp:
Sagen Sie dann ,nur': „Es tut mir (aufrichtig) leid“ und *möglicherweise zusätzlich:*
es hätte nicht passieren dürfen,

oder:

und „Ich lag nicht richtig/Ich habe dich schlecht behandelt etc.

Verzichten Sie unter diesen Umständen auf das Wort „aber“...jede Erklärung Ihrerseits würde Ihre Entschuldigung entkräften bzw. vernichten.

Zusätzliche Informationen finden Sie in der Inhaltsangabe auf Seite 2 oder 3:

Kapitel: 14. Unterschiede respektieren und Ihre Toleranz erhöhen 17. Ändere die Ja-Abers in und, leb dein Leben bunt!