

Warum genau du?

Von der Wahl des Partners und dem „Nutzen“ einer Beziehung.

Von Karin Schiner

Nach langen Vorbereitungen, Überwinden von bürokratischen Hürden, Rennereien und nervenraubendem Organisieren stehen Manuela und Armin endlich vor dem Traualtar. „Sie haben sich getraut“, sagt man so schön im Volksmund, sich getraut, in das Abenteuer Ehe einzutauchen. Hinter ihnen steht die ganze Hochzeitsgesellschaft: Verwandte, Freunde und Bekannte. „In guten und in schlechten Tagen...“, „...bis dass der Tod uns scheidet...“, „ja, ich will!“ Manuela hat Tränen in den Augen, Armin Herzklopfen und einen Klumpen im Hals. So ernst wird es schon nicht gemeint sein - oder doch? Werden sie es schaffen, sich gegenseitig in ihrem persönlichen Wachstum zu unterstützen, oder werden sie, „bis dass der Tod sie scheidet“, abhängig voneinander sich erdulden? Wird ihre Ehe wirklich von Dauer sein oder wird sie bloß einen Abschnitt ihres Lebens einnehmen? Der „Partner des Lebens“ wird in der modernen Welt immer mehr vom „Lebensabschnittspartner“ verdrängt. Doch warum, abgesehen vom Grund der Reproduktion, tun sich zwei so unterschiedlich gepolte Individuen zusammen? Was findet und sucht der eine im anderen und was ist es, das ihm das Gefühl verleiht, erst zusammen mit dem anderen „komplett“ zu sein? Kurz: Warum wähle ich genau diese Frau oder diesen Mann zu meinem Partner?

Welche Ehe?

Doch werfen wir kurz einen Blick in die Lebensgeschichten unserer beiden Protagonisten. Welche Art von Ehe werden Manuela und Armin zusammen führen? Werden sie wie zwei Spielkameraden sein, einfach ganz gute Freunde, die zusammen leben? Werden sie dabei wie zwei leise Partner sein, wobei keiner das Geschäft führt, jedem die Hälfte gehört und keiner etwas davon verkauft? Oder werden sie eine wie im Fachjargon genannte typische „therapeutische Beziehung“ führen, wobei sie auch in der Ehe Arzt und Patient „spielen“ oder Mutter und Kind, so wie früher, als sie noch Kinder waren, wo der eine den anderen gesund pflegte. Armin ist nämlich für Manuela seit jeher der große Fels in der Brandung. Im Gegensatz kümmert sich Manuela fürsorglich und mütterlich um Armin. Oder werden die beiden eine Art perverter Ehe führen, ohne Sexualität und ohne Hass, so wie sie Henry Ford und seine Frau führten, 50 Jahre zusammen, ohne je miteinander zu streiten?

Ganz sicher wird ihre Beziehung aber von



Partnerschaft ist kein Kinderspiel, sondern eine Aufgabe.

einer Mutter- und Vaterrolle und der Rolle, „Kind zu sein“, geprägt sein. Rollen, die wir alle gelernt haben zu übernehmen und zeitlebens innehaben werden. Um die genaue Komplexität dieser Rollen und deren Beziehungsgeflechte zu erfassen, zitiere ich Ambrose Bierce, der sagt: „Was in einer Ehe passiert, ist, dass Stress, Angst und positive oder negative Gefühle gesteigert werden. Zudem sind wir durch die Ehe imstande, uns von unserer Vergangenheit zu entfernen.“ Somit darf man sagen, dass Personen, die in einer Beziehung leben, weniger riskieren, zu Hause an Mutters Rockzipfel hängen zu bleiben bzw. an Elternhaus und Kindheit festzuhalten, als solche, die das nicht tun.

So wird es wahrscheinlich Armin mit Hilfe von Manuela schaffen, sich von seiner Mutter abzunabeln, da Manuela bestimmte mütterliche Aspekte oder Teile hat, welche er noch braucht. Armins Mutter Josefine ist seit jeher eine sehr pflichtbewusste, disziplinierte aber auch gefühlsdistanzierte Frau, die sich für Familie und Hof gänzlich aufgeopfert hat. Gefühle zu zeigen und darüber zu sprechen, hat sie nie gelernt und konnte es deshalb auch nicht weitergeben.

Im Gegensatz dazu bietet Armin Manuela den väterlichen Halt, den sie seit dem Verlust ihres Vaters im zarten Kindesalter von fünf Jahren entbehren musste. Ihre Mutter

Barbara, eine starke und tapfere Frau, hat für ihre drei Kinder stets allein fürsorglich und liebevoll gesorgt, die väterliche Rolle konnte sie nicht ersetzen.

Die Auswahl unseres Partners ist also viel weiter und tiefer mit unserer persönlichen Geschichte verstrickt, als wir uns im Moment des „Verliebenseins“ überhaupt bewusst sind. Dies ist auch der Grund dafür, dass viele immer wieder denselben „falschen“ Partner wählen, solange wahrscheinlich, bis endlich bestimmte persönliche Lebenserfahrungen erfasst und verarbeitet werden.

Keine Lust mehr

Vier Jahre haben Manuela und Armin vor dem Heiraten bereits zusammengelebt. Die Wohnung ist klein, aber gemütlich, nicht zu modern, denn dazu fehlte das Geld, aber auch nicht zu „altmodisch“ oder zu „billig“, in einem persönlichem Stil könnte man sagen. Die beiden haben sich also schon längst in einen Alltag eingelebt. Abends, wenn sich beide nach der Arbeit in den eigenen vier Wänden treffen, passiert oft nicht viel oder „zu wenig“. Armin geht meistens noch mal weg zum Joggen, „abschalten“, wie er es nennt, und Manuela räumt auf und putzt die Wohnung, „Ordnung“ machen gleich beim nach Hause kommen und nicht erst nach acht, wie

Armin es will. Schon lange haben sie aufgegeben, zu diskutieren, wie wer wann was machen soll, und den Ärger, der dabei entsteht, schluckt jeder in sich hinein – keine Zeit und keine Lust mehr zum Verhandeln.

Wer in einer Partnerschaft lebt, fragt sich vielleicht oft, ob die Beziehung, die man führt, „normal“ sei. Leider bringt es nicht viel, sich diese Frage zu stellen, denn dafür müsste man wissen, wie eine „normale“ Beziehung sein sollte. Besser sollte die Frage lauten: „Ist meine Beziehung für mich von Nutzen?“ Eine Partnerbeziehung kann nämlich eine große Chance sein, sich gegenseitig im persönlichen Wachstum zu unterstützen und zu fördern. Dies ist wohl der Hauptgrund und Sinn einer Beziehung. Natürlich muss sie hierfür auch lange genug anhalten, und wir müssen weg vom Krankheits- und Gesundheitsdenken und hin zum Denken des Nützlichkeits-effekts.

Die Zeit des Verliebt-Seins

Die Frage, die wir uns stellen können, ist somit folgende: „Welches sind jene Komponenten in einer Beziehung, die dieses besagte persönliche Wachstum fördern?“ Einer der wichtigsten Faktoren ist die Zeit des Verliebt-Seins. Das Verliebt-Sein ermöglicht uns, jene Aspekte im anderen zu lieben, die wir in uns selbst nicht lieben können, da sie zu unserem Selbstbild, das wir uns geschaffen haben, nicht passen würden. Es sind jene „Charaktereigenschaften“, „Schwächen“ und „Macken“, die wir nicht akzeptieren wollen. Dies tut dafür unser Partner, und deshalb lieben wir ihn. Die Zeit des Verliebt-Sein dauert in der Regel drei bis

vier Jahre. In dieser Zeit schaltet der Kopf aus, und das Herz alleine übernimmt das Kommando über die Gefühle. Wahre Liebe wird es in dem Moment, wo der Kopf wieder anfängt zu funktionieren und dabei das Herz offen bleibt. Wenn dies nicht der Fall ist, so ist keine Entwicklung möglich, man würde blockiert sein. Der Übergang zwischen der Phase des Verliebt-Seins und der Phase der „wahren“ Liebe ist alles andere als einfach. Sie erscheint dramatisch und häufig auch schmerzhaft und äußert sich in den so gut bekannten „Krisen“. Krise heißt auf Griechisch nichts anderes als „Trennung, Wahl“ - und wenn man wählt, muss man sich automatisch von etwas anderem trennen - und zwar vom illusionären Bild unseres Partners und natürlich auch unserem illusionären Selbstbild, das unser Partner durch seine rosa Brille in uns gesehen hat.

Wir können uns also ein Leben lang immer wieder fragen, ob unsere Gefühle denn richtig oder falsch wären, oder ob das, was wir fühlen, „normal“ sei, um damit weiterhin das „falsche Bild“ von uns selbst und jenes unseres Partners mit Streiten und Kämpfen aufrecht zu erhalten, oder wir können uns sinnvoller endlich fragen: „Sind diese Gefühle, die ich habe, für mich nützlich oder nicht?“ Es gibt so viele Paare, die jeden einzelnen Moment ihres gemeinsamen Lebens nutzen, all ihre persönliche Energie zu investieren, damit sie in dieser ewigen Gefangenschaft bleiben. Manchmal bricht der eine oder der andere aus, fängt mit jemandem Neuen an, und das alte Spiel beginnt von vorne. Besonders kritisch wird die Sache für die Beziehung, wenn die Frage, „Warum um Himmels willen tue ich mir das an?“ dazu dient, den Partner für das



Dr. Karin Schiner ist Beziehungs- und Familientherapeutin und Mitglied der Brunecker Gemeinschaftspraxis, der auch die Ärzte Eduard Agreiter, Tito Bertoni und Ex-Primar Friedrich Oberhollenzer angehören. Bei Fragen ist Karin Schiner unter der Nummer 348 54 86 089 oder über die Homepage www.praxisgemeinschaft.bz erreichbar.

eigene Unglücklichsein verantwortlich zu machen. Wichtig ist also nicht, was ich sage oder tue, sondern ob ich mir bewusst bin, warum ich das sage und warum ich das tue, und mich somit für mein Tun und Sagen verantwortlich mache. Nur so werde ich imstande sein, Entscheidungen selbst zu treffen und den Preis sowie die Konsequenzen dafür zu tragen. •