

Die Beziehungskrise

Teil I: „wenn der Wurm drin ist...“

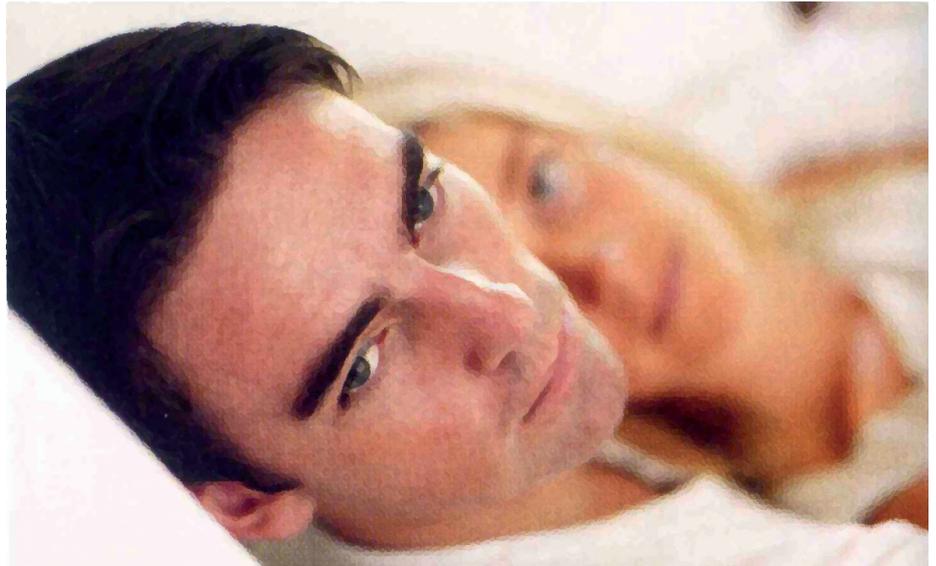
Von Dr. Karin Schiner

Letztlich habe ich über den jeder Ehe oder Beziehung zugrunde liegenden Vertrag, den sogenannten „quid pro quo“, berichtet. Wir haben gesehen, wie wichtig es ist, dass jeder Partner das Gefühl hat, etwas zu bekommen, wenn er etwas gibt.

Manuela und Armin befinden sich zur Zeit in einer Art „Blockade“, wobei Manuela das Gefühl hat, Armin sei zuviel mit sich selbst beschäftigt und kümmere sich zu wenig um sie, und Armin glaubt, dass Manuela sich nicht mehr für ihn persönlich und für seine Arbeit interessiert. Darüber zu sprechen, wie wir gesehen haben, fällt beiden schwer, oder vielleicht noch schwerer, da die angehende Krise „noch nicht“ groß genug ist....

Ein entscheidender Punkt für das gute Funktionieren einer Beziehung ist die Einigung, wie Gefühle, Zärtlichkeiten und Fürsorglichkeiten untereinander ausgetauscht werden sollen. Sehr oft sind Missverständnisse auf dieser Ebene der Auslöser von Spannungen und Konflikten. So beklagt sich zum Beispiel Manuela über einen Mangel an Aufmerksamkeit und Armin über zu wenig Anerkennung und zu wenig sexuelles Interesse.

Es geht vor allem um den Zusammenhalt der Partner. Dieser ist für die Beziehung wie das Benzin für den Motor. Der Zusammenhalt wird geprägt vom Ausmaß, wie viel der einem den anderen „braucht“, also der gewünschten Nähe und wie viel individuellen Freiraum er



nötig hat, also wie viel Platz für die persönlichen Verschiedenheiten bleibt. Zurzeit versuchen unsere beiden, leider noch vergeblich, sich persönlichen Raum und Zeit zu verschaffen, damit sie auch einmal für sich oder mit Freunden sein können, und zwar ohne dem anderen dafür Rechenschaft ablegen zu müssen.

In einer (noch) kinderlosen Ehe, wie bereits berichtet, kann es ganz gut funktionieren, wenn beide einer eigenen Arbeit und zum Teil auch einer eigenen Freizeitbeschäftigung nachgehen. Spätestens wenn aber Kinder da sind, kommt Stress in die Beziehung, dann wird es mühsam, den Zusammenhalt und die Intimität einer Beziehung zu wahren. Es wird für die Partner immer schwieriger, Zeit für sich selbst und für die Paarbeziehung zu finden. Wie wir am Beispiel von Manuela und Armin sehen, ist dieser Stress bereits ohne Kinder da, bedingt durch verschiedene Arbeitszeiten, Anforderungen und Erwartungen.

In vielen Familien und auch „Zweierbeziehungen“ leidet die Partnerschaft an diesem Zeitmangel für sich selbst und für das Miteinander. Folglich nehmen die beiden Partner eine immer gleichgültiger werdende Haltung gegenüber dem anderen ein, mit dem Resultat eines immer geringeren intimen Zusammenseins. Da ist der Wurm schon im Anmarsch, und so manche kleinere oder größere Beziehungskrise findet hier ihren Anfang.

Vor allem aber in nicht traditionellen Beziehungen und Familien, wie zum Beispiel in einer „patch-work-family“ oder in jener, wo beide Partner einer beruflichen Karriere

nachgehen, haben es die Partner schwer, sich zu organisieren, sich in bestimmten Anschauungen und Einstellungen zu einigen und ihre Beziehungs- und Lebensform gesellschaftlich zu rechtfertigen. Am meisten sind es die homosexuellen Paare, welche mit Vorurteilen und Stigmatisierungen der Gesellschaft belastet werden.

Will man den Wurm also von der Partnerschaft fernhalten, so muss diese gepflegt werden, und das wichtigste Pflegemittel ist: „Zeit füreinander haben“. Sich Zeit für den anderen nehmen heißt, miteinander etwas zu unternehmen, miteinander zu reden, miteinander zu „spielen“, sich zu lieben und sich zu zanken, kurzum, sich für den anderen zu interessieren.



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