

Kleine Schritte setzen

ZEIT FÜR UNS

Die Beziehung pflegen
Teil 4



Oft baut sich in einer Beziehung Misstrauen auf, weil der Partner gewisse Dinge nicht mit dem nötigen Elan in Angriff nimmt. Was tun?

Glaubt man den Untersuchungen zur Zufriedenheit von Paaren, dann stimmt das Sprichwort von den Gegensätzen, die sich anziehen, wohl eher nicht. Kein Mensch will einen vollkommen gegensätzlichen Partner. Eher heißt es wohl: „Gleich und Gleich gesellt sich gern!“ So sehen es auch Astrid und Sepp Krogger aus Pöllau: „Auch wenn wir als Paar viele Gemeinsamkeiten haben, so stehen wir doch auch immer wieder vor der Herausforderung, unsere Unterschiede anzunehmen. Wir kommen aus unterschiedlichen Familien, machen verschiedene Erfahrungen und haben unsere je eigenen Charakterzüge. Wie gelingt es uns, dass diese Unterschiede auch zur Bereicherung unserer Beziehung werden?“ Dazu schildern sie ein Beispiel aus ihrem Alltag.

Astrid: Ich schätze mich selbst nicht als Ordnungsfanatikerin ein, aber meine Schmerzgrenze liegt wohl niedriger als jene von Sepp, was die Frage von Ordnung und Sauberkeit anbelangt. Besonders bei den Kellerräumen bin ich nicht sehr anspruchsvoll, noch dazu, wo einer der Räume „seine“ Werkstatt ist. Als wir dann aber nach einem Wassereinbruch einiges zu renovieren hatten und außerdem noch etliches „Brauchbares“ nach der Übersiedlung meines Schwiegervaters in unseren Keller wanderte, verlor ich allen Mut, dem Durcheinander je wieder Herr zu werden. Ich merkte, wie mein Unmut Sepp gegenüber wuchs, weil er meiner Meinung nach nicht mit der nötigen Konsequenz die Sache verfolgte, wieder Ordnung in den Keller zu bringen. Jeder Handgriff, den ich ohne ihn in dieser Sache machte, war von Groll und Misstrauen begleitet.

Da hatte ich die Idee, eine tägliche „Kellerstunde“ vorzuschlagen, um die übergroße Aufgabe überschaubar zu machen. Sepp gefiel dieser Gedanke auch. Mittlerweile sind wir glücklich, auf diese Art schon einiges geschafft zu haben. Ich merke, dass ich der Bequemlichkeit von Sepp leichter begegnen kann, wenn ich selbst gelassener

an eine Sache herangehe. Und das kann ich mit der „Kellerstunde“ wirklich, denn was wir heute nicht schaffen, geht morgen gemütlich weiter. Wir sind mittlerweile ein gutes Team im Keller. Das, was ich oft an Sepp kritisiert habe, nämlich seine Gelassenheit den anstehenden Arbeiten gegenüber, kann ich in dieser Form schätzen. Ich fühle mich mit meinem Bedürfnis nach Ordnung ernst genommen und das tut mir gut.

Sepp: In bin in meinem Grundmodus ein sehr zufriedener Mensch. Diese vordergründig wohlgefällige Charaktereigenschaft strapaziert aber unsere Beziehung, wenn ich anstehende Erledigungen tendenziell auf die lange Bank schiebe. Das ungeheure „Tohuwabohu“ in unserem Keller war wirklich zermürbend. Hier Ordnung zu schaffen, schien beinahe aussichtslos. Jeder Gang in den Keller wurde zur Belastung für unsere Beziehung. In mir breitete sich das Gefühl von Ohnmacht aus und ich wurde mürrisch und fühlte mich unwohl. Meine Werkstatt war nur vollgeräumt, viele Werkzeuge unauffindbar und letztlich unbenutzbar.

Nach einem Gespräch mit Astrid konnten wir eine einfache, aber auch geniale Idee umset-

zen. Unter dem Motto „Nur wer zu handeln beginnt, wird einmal fertig“ haben wir die schier unlösbare Aufgabe in kleine Schritte zerteilt. Wir vereinbarten, dass jeder von uns eine Stunde pro Tag (allein oder besser gemeinsam) im Keller verbringt und täglich dem Chaos zu Leibe rückt. Diese gemeinsame „Kellerstunde“ ist tatsächlich auf diese Stunde begrenzt und der riesige Berg an Arbeit wird täglich kleiner. Diese kleinen Erfolge machen mich glücklich und hoffnungsvoll und ich freue mich schon darauf, wieder Platz und Ordnung in meiner Werkstatt zu haben, um schöne Dinge aus Holz zu fertigen. Ich bin Astrid dankbar für ihre Konsequenz und Beharrlichkeit, die ich selbst wohl nicht aufgebracht hätte. Unsere vorher spannungsreichen Unterschiede erlebe ich so als wertvolle Ergänzung.

Über die Autoren

Astrid und Sepp Krogger wohnen in Pöllau. Sie sind seit 34 Jahren miteinander verheiratet und haben zwei erwachsene Kinder. Das Marriage-Encounter-Seminar haben sie vor drei Jahren besucht und merken, wie befreiend das Ansprechen der Gefühle für ihre Beziehung ist. Weitere Infos: www.marriage-encounter.at