

Partnerschaft

Von Dr. Detlef Eichberg



Als halbwüchsiger Romantiker sah ich das Ideal einer Partnerschaft zweier Menschen so: Wie siamesische Zwillinge sein, alles zusammen machen, alle Interessen gemeinsam haben, gleich denken, fühlen, erleben. Wenn es dann mit meiner Freundin mal Streit gab, schaute ich wehmütig und zum Teil neidisch auf die anderen Freundschaften, wo nach außen hin alles immer in Ordnung war und alles in ständiger Harmonie zu verlaufen schien. Dann kamen entweder Schuldgefühle auf, dass ich wohl ein schwieriger Typ bin, mit dem schlecht auszukommen ist. Oder ich war aggressiv auf die Partnerin, weil sie sich nicht meinen Vorstellungen gemäß verhielt. Schnell schleicht sich dann ein Ping-Pong-Spiel der gegenseitigen Schuldzuweisungen ein, was häufig zu Streit führt. Jeder zeigt mit dem Finger auf den anderen: „Du hast..., Du müsstest..., Du solltest...“ Kurzum alles Signale nach dem Motto „Ich bin OK, Du bist nicht OK.“ Wir unterliegen dann dem Trugschluss, dass alle Partnerprobleme gelöst seien, wenn nur der Andere, beziehungsweise die Andere sich ändern oder unseren Vorstellungen entsprechend verhalten würde. Wenn sich irgendwann einer der Partner unterordnet, scheint das Spielchen zu funktionieren mitunter über die goldene Hochzeit hinaus. Überwiegend aber eskaliert es zur Zeitbombe, die oftmals in heftigsten Streitereien mit nicht mehr heilbaren Verletzungen explodiert. Auch organische Krankheiten können als Spiegel einseitiger Unterwerfung bei solchen Partnerkonflikten auftreten.

Jeder Mensch ist ein Individuum und unterscheidet sich als solches in seinen Empfindungen, Interessen und Anschauungen vom Anderen. In einer erwachsenen, reifen Partnerschaft können sich beide Teile in ihrer Individualität frei entwickeln. Und dann kommt man wieder zusammen, macht natürlich auch Dinge wieder gemeinsam und es ist schön. Mir ist sehr wohl bewusst, dass das ein idealer Anspruch ist. Unrealistisch ist er meiner Meinung nach jedoch nicht, wenn wir üben, zu kommunizieren, was wir wollen und was wir nicht möchten. Auch mal die Andersartigkeit des Partners akzeptieren, aushalten vorausgesetzt, wir haben die Kraft dazu. Die kommt immer dann, wenn wir uns wohl fühlen. Dafür können wir etwas tun, indem wir für uns sorgen. Das ist kein Egoismus, sondern eine Verantwortung uns selbst gegenüber. Schließlich dürfen wir auch hin und wieder mal über unseren Schatten springen und dem/der Partner/in etwas Nettes sagen, wenn ein Lob, eine Anerkennung oder ein Kompliment angebracht ist. Ich weiß nicht mehr genau, wer es gesagt hat, aber die Aussage ist durchaus überdenkenswert: „Eine gute Liebesnacht beginnt beim Frühstück.“