

Du bist genauso wie...

„Du bist genauso wie...“

Wir Menschen neigen dazu, uns zu vergleichen mit den anderen. Im Alltäglichen Miteinander geschieht dies noch öfter als sonst. Wir kennen unseren Partner und seine Eigenarten. So fällt es noch viel leichter einen Vergleich mit diesem oder jenem anzustellen.

Aber was passiert durch solche Vergleiche. Hier können die Situationen sehr unterschiedlich sein. Spielen wir mal einige durch.

1. Situation

„Du bist genauso wie Deine Mutter. Die kümmert sich auch nur um sich und sieht überhaupt nicht was alles noch getan werden muss“ Dieser Vorwurf ist sozusagen ein doppelter Grund für eine Abwehrhaltung. Der Partner fühlt sich nicht nur selbst in die Ecke gedrängt, sondern fühlt sich auch noch dafür verantwortlich nun seine Mutter zu verteidigen. Der Vorwurf ist im Grunde genommen, die Enttäuschung darüber, dass der eine Partner seinem Gefühl nach für alles allein verantwortlich ist. Die Bitte dahinter: Ich brauche Deine Hilfe. Wenn wir überfordert sind, verpacken wir unsere Botschaften oft in negativen Vorwürfen. Eine Alternative: „Kannst Du mir bitte helfen? ich schaffe das nicht allein.“ Prüfen Sie, welcher Wunsch hinter der Botschaft steht.

2. Situation

Ein Bekannter erzählte mir einmal, er hätte gedacht, dass seine Frau genauso werden würde wie ihre Mutter. Doch mit der Zeit stellte er fest, dass sie doch eher genauso wurde wie ihr Vater. Hier deckt das Vergleichen viele enttäuschte Erwartungen auf. Haben wir über unsere Erwartungen an den anderen miteinander gesprochen? Oder sind vielleicht unsere eigenen Erwartungen unausgesprochen zu hoch angesetzt?

3. Situation

„Warum bist Du nicht so wie der Mann meiner besten Freundin? Der trägt sie auf Händen.“ Wissen Sie wirklich, was im Alltag der Beiden passiert? Vielleicht haben die Beiden genauso Probleme miteinander wie Sie. Mit dieser Aussage schieben Sie die Schuld für die Reibereien an Ihren Partner ab und leugnen Ihren eigenen Anteil. Mein Mann und ich haben schon ab und zu ein kleines Spiel gespielt. Wie wäre es, wenn wir mit diesem Mann oder jener Frau zusammen wären. Interessanterweise wurde uns sehr schnell bewusst, dass dieser Mann oder jene Frau auch Eigenarten an sich haben, die man nicht haben möchte. Das hat die eigenen Eigenarten bzw. die des Partners dann schnell wieder relativiert.

Und eigentlich haben wir uns gefunden, weil wir so unterschiedlich sind. Wir haben nicht dasselbe gesucht, sondern unsere Ergänzung. Nur diese Ergänzung macht uns mit der Zeit auch immer wieder einmal Schwierigkeiten und es fällt uns schwer, dies als Ergänzung zu sehen.

Wie wäre es, wenn Sie versuchen, die Schwierigkeiten, die sich durch die Eigenarten Ihres Partners ergeben, als Herausforderung für Sie und nicht nur als Schwierigkeit zu sehen? Als Herausforderung für Sie den Umgang damit zu erlernen oder auch immer wieder neu die Erkenntnis zu gewinnen, dass diese Eigenart eine Bereicherung für sie ist, weil Sie dies eben gerade nicht können oder haben. Ein kleines Beispiel dazu aus unserem eigenen Erleben. Ich selbst tue mich öfter schwer mit Menschen einfach so ins Gespräch zu kommen. Meinem Mann dagegen fällt dies leicht. Dies ist eine Entlastung für mich, auch wenn er dann gelegentlich mal etwas zu viel redet 😊.

Ich wünsche Ihnen, dass Sie viel Bereicherung in der Beziehung erleben.