

Zehn Fettnäpfchen in der Ehe – und wie sie zu vermeiden sind (1. Teil)

«Das ist langsam nicht mehr lustig!»

Die kleinen Schwächen des Partners fangen an zu nerven und werden nicht mehr liebevoll übersehen. Da wird Toleranz wichtig!

Treffen Sie ein Abkommen mit Ihrer Partnerin, Ihrem Partner: Wir dürfen beide zwei schlechte Eigenschaften haben, die ab und zu durchbrechen, ohne dass wir einander dafür kritisieren. - Sie werden sehen, dass damit schon viel Sprengstoff beseitigt ist.

«Ich verstehe dich einfach nicht»

Die Partner schweigen sich nur noch an, gegenseitige Bedürfnisse werden kaum mehr wahr-genommen. Unternehmen Sie etwas miteinander!

Fragen Sie regelmäßig: «Was weiß ich eigentlich über die Gefühle meiner Partnerin, meines Partners?» Wenn Sie unsicher sind, fragen Sie nach. Damit bleiben Sie immer auf dem Laufenden und im Gespräch.

«Mich stört an dir...»

Die Routine bestimmt den Ehealltag. Frauen wie Männer beginnen sich zu vernachlässigen. Erstellen Sie eine Liste mit dem Titel: «Was mich an dir stört».

Sprechen Sie miteinander darüber und überlegen Sie, wie Sie störende Gewohnheiten bei sich verändern können. Natürlich mit Rücksicht und nicht verletzend argumentieren, aber ehrlich sein!

«Du willst immer nur das Eine..!»

Unterschiedliche sexuelle Vorstellungen und Bedürfnisse führen zu Spannungen, vor allem, wenn sie nicht thematisiert werden. Sexualität ist eine gute Gabe Gottes. Sie wird dort erfüllend erlebt, wo sich zwei Partner tief ins Herz schauen lassen und das gemeinsame Gespräch über die gemeinsame Sexualität lebendig bleibt. Nur Mut! Auch wenn Sex im Ehealltag nicht einem prickelnden Höhenflug gleicht, braucht er deswegen nicht öde und langweilig zu sein. Hauptsache ist, dass es beiden Ehepartnern Spaß macht; ihr bestimmt die Grenzen!

«Es lohnt sich gar nicht, mit dir darüber zu reden!»

Eheleute leben sprachlos nebeneinander her. Sie lassen die Ehe einfach laufen, weil es so bequem ist. Machen Sie sich klar, dass es so nicht weitergehen kann!

Reden Sie so viel wie möglich miteinander. Versuchen Sie alles, um wieder Leben in Ihre Ehe zu bringen. Scheuen Sie sich nicht, Eheberatung in Anspruch zu nehmen. Haben Sie Mut zu einem Neuanfang, auch wenn keine Hoffnung mehr besteht.

...Fortsetzung folgt