



## The one and only?

Wir streben nach maximalem Glück. Wir möchten geliebt werden. Wir suchen jemanden, der nur uns liebt. Wir möchten uns geborgen und aufgehoben fühlen.

Es ist ideal, wenn man auf jemanden trifft, ihn kennenlernt, die Blicke treffen aufeinander...und man merkt, dass die Chemie stimmt.

Doch dann beginnen die Schwierigkeiten. Die Beziehungshölle sozusagen. Passen wir wirklich zueinander? Ist er/sie der ideale Partner? Man mag sich, aber ist es vielleicht nur die körperliche Anziehung, die so prickelnd und reizhaft am Anfang ist? Viele schöne, unvergessliche Stunden... Und irgendwann beginnt der Alltag, die Arbeit, Kinder, Haushalt, andere Pflichten und die Frage, wie man sich arrangiert. Das kann eine gewaltige Herausforderung sein und viele Probleme können aufkeimen. Es drängt sich irgendwann die Frage auf: Ist er/sie der Richtige? Passen wir wirklich zueinander?

Es herrscht ein konstantes Spannungsfeld zwischen Nähe und Distanz, die Bedürfnisse sind noch nicht aufeinander abgestimmt. Hier muss ein eigenes Modell gefunden werden, ein Modell, das speziell auf die Bedürfnisse der beiden Partner abgestimmt ist. Dazu gehören Diskussionen, Verständnis und Kompromisse. Und nicht immer reicht ein Tag oder Abend dafür aus.

Man kann keine Beziehungsideale entwerfen, die für alle gelten. Für uns alle ist die Partnerschaft ein Investitionsprogramm mit unsicherem Ausgang. Aber die Bedürfnisse sollten zueinander passen. Wichtig ist, dass man sich abstimmt und konkurrierende Bedürfnisse abklärt.

Es gibt nicht DEN perfekten Partner, sondern man muss sich im Klaren darüber sein: Welche Beziehung möchte ich eigentlich führen? Komme ich mit einer Fernbeziehung zurecht oder brauche ich die tägliche Nähe? Akzeptiere ich die Hobbies und Parties meines Partners, denen er mehrmals die Woche nachgeht? Man sollte ehrlich und ernsthaft mit sich und dem Partner diese Frage klären, um Konflikte zu vermeiden.