



PAAR-TAGEBUCH, FOLGE 5

Termine, Termine!

Michaela und Volker Kissling segeln um die Welt. Zu zweit auf 25 Quadratmetern! Sie befinden sich noch in der Karibik. Doch statt romantischer Zweisamkeit macht sich Alltagsstress breit

MICHAELA: Vor der Reise stand ich permanent unter Strom. Auf dem Wasser wollte ich zur Ruhe kommen. Nun tauchen auch in unserem neuen Leben Zwänge auf. Das Wetter gibt an, wohin wir wann segeln können. Zu diesen Orten laden wir Eltern und Freunde ein. Ihre Besuche kann man gut organisieren und sie machen uns große Freude. Unvorhersehbare Reparaturen dagegen werfen die Planung über den Haufen. Das ist eben unser neuer Alltag, für mich auch ein Teil der Erfahrung einer Weltumsegelung. Trotzdem erinnere mich der Tagesablauf momentan etwas zu sehr an zu Hause. Unsere Zweisamkeit in der Beziehung kommt zu kurz. Ich vermissie die ruhigen Momente, in denen wir einfach nur reden oder Arm in Arm verliebt in den Sternenhimmel blicken. Stattdessen gibt es Diskussionen, wenn der Druck zu stark wird.

VOLKER: Mein Ziel der Weltumsegelung war, ein Leben ohne Termine und Zwänge zu führen. In der Auseinandersetzung mit der Natur, mit dem

Wind wollten wir unsere Partnerschaft vertiefen. Nach einigen Monaten auf See muss ich nun aber feststellen: Das klappt nicht. Nach wie vor müssen wir zu einem bestimmten Zeitpunkt an einem bestimmten Ort sein. Am Schiff geht immer wieder etwas kaputt und zwingt uns zu einem nicht vorgesehenen Aufenthalt in einer Werft. Egal wie gut es uns irgendwo anders gerade gefällt. Dazu kommen Termine, die durch die Besuche unserer Eltern entstehen. Dazwischen versuche ich, die Reise so perfekt wie möglich zu organisieren: Das müssten wir doch noch sehen und dorthin segeln und hier noch ein paar Tage bleiben ... Heraus kommt dabei natürlich nur eines: noch mehr Stress. Damit unterlaufe ich meine eigene Zielsetzung und bin unzufrieden. In diesem ganzen Terminstress habe ich das Gefühl, nicht der Kavalier sein zu können, den Michaela eigentlich verdient hat.

emotion.de In ihrem Weblog unter www.emotion.de/segler berichten Michaela und Volker Kissling regelmäßig von ihrer Reise

DAS SAGT UNSER COACH: „AKZEPTIEREN, NICHT KLAGEN“

Termine, Abhängigkeiten, Frust sind Michaela und Volker von früher vertraut. Ihr Traum, bei der Weltumsegelung das alte Leben hinter sich zu lassen, kollidiert jetzt mit der Wirklichkeit. Zusätzlichen Druck macht ihr Wunsch, mehr Zeit füreinander zu haben. Das scheint momentan nicht zu klappen. Mit Klagen kommen die beiden nicht weiter. Stattdessen ist es ratsam, die derzeitige Lage neu zu bewerten. Sie bietet die Möglichkeit zu einer Lebensweisheit: das Machbare mit Lust am Erfolg zu tun, nicht Veränderbares gelassen hinzunehmen. Mit befriedendem Lachen sollten sie die Romantik zurückstellen und sich dem Alltag widmen. Das gibt der Beziehung Kraft.



HANNA GAUGLER
DIPLOMPSYCHOLOGIN
Die Psychotherapeutin aus München ist Spezialistin für Partnerschaften und deren Dynamik.