

Warum es so schön ist, mit mir in einer Beziehung zu leben

„Ich könnte auch ohne dich leben, doch mit dir ist das Leben einfach schöner.“ Das ist meine Definition einer Liebesbeziehung, und nach dieser Devise arbeite ich auch mit den Paaren in meiner Praxis oder in den Seminaren. Denn Abhängigkeitsbeziehungen haben mit einer Liebesbeziehung nichts zu tun, finde ich jedenfalls.

Doch warum sollte das Leben schöner sein, wenn man zu zweit ist? Noch dazu, wo man auf wenigen Quadratmetern zusammenlebt? Und vor allem: Warum sollte es schön sein, mit mir zusammenzuleben?

Da ich all meinen Paaren rate sich diese Fragen zu stellen – einzeln bitteschön – , habe ich das heute mal für mich gemacht, damit ich Ihnen zeigen kann, wie so eine ganz persönliche Bilanz, die Sie nur für sich ziehen, aussehen kann. Sie werden staunen, was Ihnen da alles einfällt, auf welche vielfältige Weise Sie eine Beziehung und das Leben eines anderen bereichern können.

Schauen Sie sich mal meine ganz persönliche Bilanz an, die ich eben spontan gemacht habe, und lassen Sie sich inspirieren, mal in Ihre Pluspunkte einzutauchen. Sie sehen nämlich gleich, dass auch Geradlinigkeit und Eigenheiten eine wahre Bereicherung sein können. Ganz nebenbei wird Ihnen klar, was Ihnen wichtig ist und welche „Art“ von Partner genau richtig für Sie ist.

Übrigens: Wenn Sie gerade nicht in einer Beziehung sind, machen Sie die Übung ruhig auch. Sie wissen ja, es geht um die Frage, warum es so schön ist mit Ihnen in einer Beziehung zu leben. Und das gilt ja immer, auch wenn Sie gerade (wieder) Single sind.

Das ist meine persönliche „Bilanz“:

Freiheit und Unabhängigkeit sind mir total wichtig – für mich selbst und in meiner Beziehung. Ja, ich mache gerne mal Dinge ohne meinen Partner, denn hier hole ich mir Anregungen, Impulse, was das Leben so alles zu bieten hat, denn wissbegierig war ich schon als Kind und es gibt für mich nichts

Schöneres als Neues zu lernen.

Ich komme dann immer mit total vielen neuen Ideen nach Hause und auch damit bereichere ich eine Beziehung, denn mein Partner hat viele Gelegenheiten, sein eigenes Ding zu machen. Das, was ihm Freude und Spaß macht und er braucht dann auch kein schlechtes Gewissen zu haben, denn er hat ja eine Frau, die sich auch ihre Freiräume nimmt.

Was ich total hasse ist ein „Du musst aber“ – da krieg ich richtig sofort die Pocken. „Aus freien Stücken“ ist elementar für mich (da ist sie schon wieder, die Freiheit!) Ich möchte nicht unter Druck gesetzt werden, und darum achte ich auch sehr genau darauf, dass ich andere nicht unter Druck setze. Denn so gut wie niemand, MUSS gern was. Auch das macht das Beziehungsleben mit mir schön, weil es druckfrei ist. Aber hey, natürlich heißt das nicht, dass es keine Absprachen und Regeln gibt. Nur auf die einigt man sich dann halt oder redet miteinander, wenn einem was nicht passt.

Ich bin optimistisch und kann mich für vieles begeistern. Damit bringe ich Fröhlichkeit und Leichtigkeit in eine Beziehung, denn es fällt mir leicht auf die schöne, die gute Seite des Lebens zu schauen und bei mir stirbt die Hoffnung wirklich erst ganz zuletzt. Meine Partnerschaft bereichere ich auch damit, denn Begeisterung ist bekanntlich ansteckend und weckt Energien. Damit konnten wir in unserer Beziehung schon viele Pläne umsetzen und bei mir wird dann jedes Etappenziel auch ausgiebig gefeiert, denn das tue ich auch supergerne und im Anlässe finden, was man feiern könnte, bin ich hochkreativ. Und auch bei dem Wie merkt man meine Kreativität, denn nur mit Sekt anstoßen ist mir viel zu langweilig.

Überhaupt wird es mit mir niemals langweilig werden. Du bist einfach immer für eine Überraschung gut, höre ich oft von meinem Partner und wir haben dieses überraschende Element fast schon ritualisiert, denn wir überlegen uns immer beide, womit wir dem anderen eine Freude, eine Überraschung bereiten könnten.

Ich bringe Respekt, Achtung und Wertschätzung in eine Beziehung, denn ich achte sehr auf meine Worte und wenn ich mich doch mal im Ton vergreife, fällt es mir relativ leicht, mich zu entschuldigen. Damit reißt der Kontakt zu meinem Partner wenn überhaupt, dann nur ganz kurzfristig ab und ich finde schnell wieder eine Gelegenheit, wie wir die Sache aus der Welt schaffen

können, die zwischen uns gestanden hat. Auch wenn ich unangenehme Dinge anspreche, kann sich mein Gegenüber darauf verlassen, dass ich nicht ausfallend werde. Wie es in den Wald hineinruft, schallt es auch zurück. Jedenfalls ist das meine Erfahrung.

Ich habe einen guten Zugang zu meinen Gefühlen, aber ich bin kein Mimöschchen, das schnell in Tränen ausbricht, sondern mit mir kann, darf und soll man Klartext reden. Das tue ich umgekehrt auch und damit weiß mein Gegenüber immer, woran er mit mir ist, denn Rumgeeiere, um den heißen Brei rumreden, das kann ich gar nicht leiden. Allerdings lege ich Wert auf Respekt im Ton und in der Sprache, genauso, wie ich mich darum bemühe, fordere ich es auch.

Ich löse gerne Probleme, bin also hilfsbereit und unterstütze wo immer es geht. Mir liegen die Themen, Wünsche und Ideen meines Partners wirklich am Herzen und ich mache sie zu meinen eigenen. Dank meiner Neugierde habe ich inzwischen ein gutes Netzwerk, das ich auch einfach mal mit einem Anruf „anzapfen“ kann, wenn es um eine schnelle und unkomplizierte Lösung geht.

Ich bin absolut treu, denn wenn ich Ja sage, dann meine ich auch Ja- und in einer Liebesbeziehung gilt das zu 100 % für mich. Mein Partner kann sich in dieser Hinsicht voll und ganz auf mich verlassen, denn ich habe mich für ihn entschieden und wenn mir etwas wesentliches fehlen sollte, dann spreche ich das an.

Jetzt sind Sie dran!

Das waren meine spontanen Gedanken, und ich kann Ihnen sagen: Wenn man da mal anfängt, kommt immer noch was dazu ... darum habe ich hier jetzt mal aufgehört, denn es soll Ihnen ja nur zeigen, wie Ihre ganz eigene Bilanz so ausfallen kann und was Sie alles so liebenswertes, geradliniges, herzliches und bereicherndes in eine Beziehung einbringen.

Und wer weiß, vielleicht macht ihr Partner es Ihnen nach, oder Sie nehmen sich diesen Newsletter beim nächsten Paarabend vor und überlegen beide, warum es schöner ist zu zweit statt allein.

Ihre Ulrike Strubel