

Den Frühling wieder erwecken

Vortrag über Qualitätsmanagement für die Partnerschaft im DRK-Zentrum

Wie Paare wieder den Frühling in ihre Beziehung einziehen lassen können, darum ging es bei einem Vortrag von Silvia Bürhaus. Die individuellepsychologische Beraterin referierte zur Vortragsreihe „Leichter leben mit Ermutigung“ im DRK-Zentrum in Schwäbisch Gmünd.

Schwäbisch Gmünd. Bürhaus stellte fest, dass für privates Glück oder Unglück die Qualität der Partnerschaft das Wichtigste sei. Jede Hälfte der Beziehung könne dazu beitragen, dass Zuneigung und Verbindlichkeit wieder wachsen und die Liebe lebendig bleibt oder auflebt. Bürhaus forderte die Zuhörer auf, zu benennen was sie gemacht hatten, um ihre Partnerin oder ihren Partner zu gewinnen. Aufbauend auf den von Alfred Adler benannten Lebensaufgaben Liebe, Arbeit und Gemeinschaft legte sie dar, dass eine gute Bilanz in allen Lebensaufgaben ein stabiler Stand sei, um gut durchs Leben zu kommen. Wenn es in einer Lebensaufgabe Probleme gibt, stehe man dann immer noch auf zwei

Beinen. Dabei könne Liebe viel tragen. Theo Schoenaker habe in seinem Buch „Die kreative Partnerschaft“ drei wichtige Faktoren entwickelt, die Bürhaus mit Beispielen anreicherte. So die Verbindlichkeit, wie man zueinander, etwa beim Standesamt, ja gesagt habe. Weiter die Zuneigung, aus der sich Gefühle für einander entwickeln. Allein schon das Denken in Zuneigung an die Partnerin oder den Partner oder das Gute, was man aus der Beziehung in den vergangenen 24 Stunden erfahren habe, verändere Mimik und innere Einstellung positiv. Als dritten Faktor nannte sie das gegenseitige Kennenlernen, das Paare stets fortsetzen sollten. Dazu gehöre, miteinander zu sprechen und einander zuzuhören. Bürhaus riet, Rückmeldung darüber zu geben, was man verstanden hat.

An Beispielen von Entmutigung durch den Partner oder die Partnerin machte Bürhaus deutlich, dass jeder seine Fehler hat, wie bei einem Strumpf der ein Loch hat, aber zu 95 Prozent gut ist. An die guten Eigenschaften des Partners zu denken, helfe, „das Loch im Strumpf“ zu

stopfen. Wichtig seien die kleinen Dinge und Gesten. Dazu gehöre nonverbale Kommunikation wie etwa eine spontane Umarmung.

Leichter leben

Die weiteren Termine und Themen der Vortragsreihe „Leichter leben mit Ermutigung“ beim DRK-Zentrum in Schwäbisch Gmünd sind am 7. Juni und am 6. Dezember zum Thema „Die Kunst gelassen und glücklich älter zu werden“; am 20. September „Wie die Ermutigung mein Leben bereichert“; am 11. Oktober „Familienrat, der Beginn glücklicher Beziehungen“; am 18. Oktober „Ermutigende Erziehung in der Praxis“; am 15. November „Warum sind wir geworden wer wir sind?“; am 22. November „Qualitätsmanagement für die Partnerschaft“. Näheres zu den Themen und Referenten steht im Heft „Move“, das beim DRK-Zentrum Schwäbisch Gmünd ausliegt.

Gmünder Tagespost 23.5.2011