

Isabelle Fritzsche, Diplom Psychologin Mainz

Sehnsucht nach dem Paar-Sein

Kaum etwas beschäftigt uns so sehr, wie die Sehnsucht nach Partnerschaft. Was steckt alles darin: Glück, Liebe, Lebenserfüllung, Harmonie, Spaß, Sexualität, Abenteuer, Geborgenheit. Diese Wünsche lassen sich online, per Inserat oder „Bestellung an das Universum“ auf den Weg bringen. Nur: mindest ahnen wir, für die Erfüllung braucht es auch den eigenen Beitrag. „Jedem Anfang wohnt ein Zauber inne“ und damit es möglichst lange so bleibt, sich tatsächlich die ersehnte Partnerschaft entwickeln kann, ist es hilfreich einige psycho-logische Mechanismen zu kennen:

Wir Menschen gehen - besonders bei Anzeigen oder online Gesuchen (dort fehlt der persönliche Kontakt)- leicht in die Welt unserer Fantasie. Schon aus den wenigen Zeilen scheint das zu klingen, was wir uns wünschen. Manchmal verwechseln wir dabei aber Träume mit der Realität. Wie der Beamer sein Bild auf eine Leinwand projiziert, werfen wir unsere Träume auf die Anzeige. Wenn es so „richtig funkt“ geschieht dies auf beiden Seiten. Wunderbar! Die Welle wird schnell und größer, die Herzen schlagen höher, die Hormone tun das ihre dazu. Damit man möglichst lange auf der Welle surft und nicht unsanft am Ufer landet, gibt es einige Tipps:

Hilfreich ist es um den Mechanismen der **Projektion** zu **wissen**. So kann man schon in den Textzeilen **gezielt** auch das **wahrzunehmen**, was vielleicht nicht so gut zu dem eigenen Traumbild passt, was vielleicht auch fehlt. Dies gilt umso mehr auch für den persönlichen Kontakt. Ihn herzustellen, bevor das Bild so perfekt ist, dass kein Mensch mehr dem entsprechen kann, gehört dazu. Sich **Zeit lassen** kann tiefere Räume öffnen. Übergang mit einem Ritual zu verbinden, anstatt „Hals über Kopf hinein zu springen“ kann eine Form davon sein.

Isabelle Fritzsche, Rathenaustraße 8, 55131 Mainz, Tel/Fax 06131-571631, Mail: info@isa-fritzsche.de



Miteinander **Erfahrungen** im Leben machen, die zeigen, wie man zusammen passt! Dabei kommt es eben nicht nur auf Harmonie an. Besonders dort, wo es hakt, man auf Unterschiede, Konflikte und Alltagsprobleme trifft, gilt es **gemeinsame Wege** zu entdecken und gangbar zu machen. Diese Fähigkeiten als Paar zu üben ist -natürlich immer neben der Liebe füreinander- ein wichtiger Baustein für das Gelingen der Partnerschaft.

→ © 2006 Isabelle Fritzsche, Dipl. Psychologin: Rathenastr. 8, 55131 Mainz, Tel/Fax 06131-571631, mail:info@isa-fritzsche.de

