



Martin Koschorke

Ich **liebe** dich,
wie **du** bist

10 Tipps für Liebende, die ihren
Partner nicht verändern wollen

KREUZ

ist.

Gemeinsame Zeit, wenn Zeit extrem knapp ist

Zeit ist manchmal so knapp bemessen, dass die Partner sich kaum sehen. Die Arbeits- und Lebensbedingungen sind bisweilen so angespannt, dass Paare nicht einmal ein gemeinsames

Wochenende verbringen können. Es ist beunruhigend zu sehen, wie wenig die Arbeitsbedingungen auf die Bedürfnisse der Paare und der Familien Rücksicht nehmen, immer noch. Ein Ausweg könnte sein: Eine andere Arbeit suchen. Nur: Heutzutage ist man froh, wenn man überhaupt bezahlte Arbeit hat.

Was können Paare tun, die ihre beruflichen Belastungen oder Lebensbedingungen nicht ändern können? Worauf sollten Partner

achten, damit Stress von außen nicht Sand ins Getriebe der Partnerschaft bringt und ihre Beziehung gefährdet, zumindest auf längere Sicht?

Zwei Dinge haben sich besonders bewährt:

1. *Feste Zeiten verabreden und sie einhalten.*

Das können zehn Minuten pro Tag sein, nach der Arbeit. Da sitzen beide einfach nur zusammen und trinken ein

Glas Bier oder eine Tasse Tee.
Vielleicht reden sie
miteinander, vielleicht auch
nicht. Das kann ein fester
Termin sein, der unumstößlich
ist: Freitagabend beim
Italiener. Oder am
Sonntagvormittag ein
gemeinsames Frühstück. Oder
– was fällt Ihnen ein?

2. *Sich gegenseitig Anerkennung
für das geben, was jeder
leistet.*

Nichts ist selbstverständlich.

Vieles lässt sich besser
aushalten, wenn man dafür
Wertschätzung erfährt.

**Auch wenn Sie
gerade in einer Krise
stecken – verbringen
Sie angenehme Zeit
miteinander**

Zum Leben als Paar gehören auch