

Den Anfang mit der neuen Liebe meistern

Von Susanne Höke, DPA

Osnabrück/Hamburg (dpa/gms) - Yvonne ist frisch verliebt. Aber eins lässt der 28-jährigen Bankkauffrau keine Ruhe: «Nächste Woche feiert meine Freundin ihre Hochzeit. Soll ich ihn da schon mitbringen, oder ist es dafür noch zu früh?»

Gerade wenn die Beziehung frisch und der Partner mit seinen Stärken und Macken wenig erforscht ist, stellen sich eine Menge solcher Fragen: «Wann stelle ich ihn meinen Freunden vor? Soll ich ihm oder ihr schon alles über mich erzählen?» Wenn es sich so anfühlt, dass er oder sie der Richtige ist, dann sollte man das auch zeigen, rät der Prof. Wolfgang Hantel-Quitmann von der Hochschule für Angewandte Wissenschaften in Hamburg.



«Nehme ich ihn oder sie zur Hochzeit eines Freundes mit, dann ist dies ein Vertrauensbeweis. Ich sage durch die Blume, dass ich zu dieser Beziehung stehe», fügt der Psychologe und Paartherapeut hinzu. Eine offene und ehrliche Kommunikation sei schließlich das A und O einer jeden Beziehung.

Das ist jedoch nicht immer einfach, denn das schöne Gefühl der Verliebtheit macht auch ratlos. Was verschenke ich zum Beispiel zum Geburtstag, wenn ich den neuen Partner noch nicht so gut kenne? Paarpsychologe Marcus Damm aus Worms ist der Ansicht, dass einige typische Geschenke nie falsch sein können: «Bei Frauen geht zum Beispiel: Zum Essen einladen, in eine andere Stadt reisen, Gutscheine von Modeboutiquen oder Parfümerien.» Für Männer dagegen kämen Klassiker wie Gutscheine für Sportgeschäfte, eine schöne Armbanduhr oder Konzertkarten in Frage.

Als schwieriger bewertet der Experte den ersten gemeinsamen Besuch bei den Eltern: «Der sollte erst nach ungefähr drei Monaten stattfinden.» Diese vergleichsweise lange Zeit sei notwendig, um die Beziehung so weit zu stabilisieren, dass der Elternbesuch routiniert angegangen werden kann. Aber selbst wenn der «Antrittsbesuch» bei Mutter und Vater erfolgreich verläuft: Nach den ersten Wochen auf Wolke Sieben fallen die ersten Macken an der neuen Partnerin, am neuen Partner auf. Diese Situation sollten Paare mit Offenheit lösen: «Studien belegen, dass glückliche Paare Meinungsverschiedenheiten mit Humor lösen», erläutert Beziehungsexperte Damm.

Eine weitere Beziehungsprobe ist der erste gemeinsame Urlaub. Die Paar- und Lebensberaterin Iris Dittberner-Glatz aus Berlin rät für diesen oftmals schwierigen Bewährungstest zu Natürlichkeit und Offenheit: «Die neue Bekanntschaft soll mich so kennen lernen, wie ich bin - und nicht so, wie ich meine, dass sie mich vielleicht gerne hätte.» Verstellen helfe also nichts.

«Teilen Sie Dinge aus der eigenen Vorgeschichte, die der Partner wissen sollte, eher bald mit», sagt Dittberner-Glatz. Denn die Rechnung «Erst mal intensiver an mich binden, dann wird er es vielleicht verkraften» gehe oft nicht auf - dieses Vorgehen werde vielmehr als Vertrauensbruch erlebt.

Literatur:

- Wolfgang Hantel-Quitmann: Die Liebe, der Alltag und ich. Partnerschaft zwischen Wunsch und Wirklichkeit. Herder Verlag, ISBN-13: 978-3451-055614, 8,90 Euro.
- Marcus Damm: Psychologie der Kommunikation: Erfolgreich Partnersuche, Zweierbeziehungen und Berufsalltag meistern. Junfermann Verlag, ISBN-13: 978-387 387 5647, 12,50 Euro.