



teensmag

Adonia



bibellesebund
mit der Bibel leben



www.takeitnow.ch

Echt verliebt?

Gut befreundet, frisch verknallt, wirklich geliebt

Mal fühlt man sich richtig groß und auf Wolke sieben, dann wieder ganz unten und möchte am liebsten nicht mehr leben. Verliebt sein, Freundschaften anfangen gehört genauso zum Erwachsenwerden, wie begehrt oder nicht begehrt zu sein. Und da gibt's den Gruppendruck und das Gefühl nur etwas zu gelten, wenn man auch eine Beziehung vorweisen kann. Das führt manchmal mehr ins Gefühlschaos als in das ersehnte große Glück

Freundschaft

Als Jungen und Mädchen wächst man heute gemeinsam auf. In Kindergarten und Schule spielt und lernt man gemeinsam. Oft entwickeln sich sehr gute Freundschaften. Man lädt sich zu Geburtstagen ein, geht gemeinsam ins Kino, trifft sich zu DVD-Abenden, teilt Hobbys und Interessen miteinander. Aus einer so tiefen oft über Jahre bestehenden Freundschaft kann später eine Ehe werden. Es ist ein sehr gutes Fundament, wenn Männer und Frauen voneinander sagen können, dass sie gleichzeitig beste Freunde sind. Freundschaft ist etwas, das Zeit braucht, um sich zu entwickeln. Ich kann nicht heute jemand kennen lernen und erklären: »Das ist mein Freund«. Freundschaft muss sich erst bewähren. »In der Not erkennt man den Freund«, lautet ein Sprichwort oder: »Ein Freund ist einer, der alles von dir weiß und dich trotzdem liebt.«

Verliebtsein

Manchmal kommt nach jahrelanger Freundschaft auf einmal ein neues Gefühl hinzu - die Schmetterlinge im Bauch. Plötzlich sieht man den anderen mit anderen Augen. Bei anderen starten Beziehung mit der berühmten Liebe auf den ersten Blick. Man ist verliebt, wenn man ...

- ... immer nur an den anderen denkt
- ... nie genug Zeit mit ihm verbringen kann,
- ... denkt, der andere sei fehlerlos.

Verliebte haben keine Lust, Hausaufgaben zu machen, den Müll rauszutragen oder die

Fische im Aquarium zu füttern. Lieber träumt man davon, mit der Angebeteten zu tanzen, auch wenn sie gar nicht tanzen kann. Die amerikanische Psychologin Dr. Dorothy Tennov und der amerikanische Psychiater Dr. M. Scott Peck geben aber zu Bedenken, dass Verliebtsein aus drei Gründen nicht das Gleiche ist wie wahre Liebe: // Verliebtsein entsteht nicht aus einer freien Willensentscheidung, zur wahren Liebe gehört der freie Wille aber dazu.

// Wir müssen nichts dafür tun. Teure Telefonate, Geschenke, immense Fahrkosten empfinden wir nicht als Opfer. Wahre Liebe bedeutet auch, an sich und der Beziehung zu arbeiten.

// Verliebte sind nicht an der persönlichen Entwicklung des anderen interessiert. Wenn wir verliebt sind, glauben wir, auf dem Höhepunkt des Lebensglücks angekommen zu sein. Wir wollen, dass sich nichts ändert. Der andere ist schon perfekt und soll so bleiben. Wahre Liebe heißt, sich mit dem anderen weiterzuentwickeln.

Verliebtsein ist ein wunderschönes Gefühl, aber man sollte es nicht mit wahrer Liebe verwechseln. Darum: Wenn das Verliebtsein schwächer wird, bedeutet das nicht gleich, dass man die Beziehung lösen muss. Sondern es stellt sich die Frage, ob sich schon selbstlose Liebe entwickelt hat. Gib dem Verliebtsein den richtigen Stellenwert. Das kann dich davor bewahren, von Beziehung zu Beziehung zu wandern - immer auf der Suche nach dem Kick. Natürlich dürfen Freundschaften auch gelöst werden, wenn das Verliebtsein aufhört und du feststellst, dass du dir keine tiefere Beziehung vorstellen kannst.

Selbstlose Liebe

Selbstlose Liebe ist notwendig, damit eine Beziehung Stabilität erhält und auf Dauer eine Chance hat zu bestehen. Wenn ich selbstlos liebe, sehe ich nicht mehr auf mich und meinen eigenen Vorteil: Wie geht es mir, wenn der andere mich verletzt hat, nicht pünktlich zu einer Verabredung kommt oder ausgerechnet an dem Tag krank wird, wenn wir gemeinsam einen Ausflug machen wollten? Kann ich vergeben? Kann ich die Not des anderen sehen, ihn in seiner Krankheit trösten? Oder sehe ich nur auf mich und meine Enttäuschung?

Selbstlose Liebe freut sich, wenn es dem anderen gut geht, auch wenn sie nichts davon hat. Sie gönnt dem anderen den Erfolg. Sie kann auf die Gegenwart des anderen verzichten, wenn es für ihn wichtig ist. Sie freut sich, wenn der andere die Chance hat, für drei Wochen ins Ausland zu gehen. Sie akzeptiert, dass der andere für Prüfungen lernen muss. Sie schafft das Liebenswerte und entwickelt im anderen Eigenschaften und Fähigkeiten durch Ermutigung. Sie will Veränderung des anderen. Selbstlose Liebe ist eine Willensentscheidung: Ich will dem anderen treu sein, auch dann, wenn es schwer ist.

Wahre Liebe hat sich entschieden, nicht weiter zu suchen, sondern gefunden zu haben. Selbst ein verlockendes Angebot kann wahre Liebe nicht erschüttern. In Seelsorgegesprächen höre ich immer wieder: »Wenn ich gewusst hätte, dass ich in meiner jetzigen Beziehung ähnliche Schwierigkeiten wie in der davor bekomme, hätte ich die Beziehung nicht aufgegeben.« Es ist wichtig, zu wissen, dass auch die Beziehung mit dem Traumpartner durch Höhen und Tiefen gehen wird, wenn das Verliebtsein nachlässt. Enttäuschungen gehören zu unserem Leben dazu. Je eher man eine realistische Einstellung zur Partnerschaft entwickelt desto besser. Die Tiefen kann man auch als Krisen bezeichnen. In jeder Krise steckt die Chance zur Veränderung, die Möglichkeit einer neuen Tiefe in der Beziehung, die Gewissheit gibt, dass auch andere

Krisen überwunden werden können.

Text_Dr. Ute Horn ist Ärztin und hat mit ihrem Sohn Daniel, 15, das Buch geschrieben »Baustelle Erste Liebe für Teens« (Hänssler-Verlag), aus dem dieser Text stammt. Die Untersuchung von Dr. Tennov und Dr. Peck ist im Buch von Gary Chapman »Die fünf Sprachen der Liebe« (Francke Verlag) zitiert.

© teensmag 5/2006 – Copyright teensmag, CH-Pfäffikon ZH, www.teensmag.net