



DIE WELTUMSEGLUNG
FOLGE 1
1095 TAGE
ZU ZWEIT IM BOOT

VOLKER, 39
 Der promovierte Betriebswirt arbeitet erfolgreich als Unternehmensberater und Manager. Jetzt verwirklicht er seinen Lebensraum.

MICHAELA, 43
 Die PR-Frau machte Karriere bei einem Verlagshaus. Für die Reise hat sie ihr erfüllte Berufsleben aufgegeben.
www.seezigeuner.de



PAAR- TAGEBUCH

„Uns fehlt Raum zum Rückzug“

Michaela und Volker Kissling segeln um die Welt. Drei Jahre gemeinsam auf 25 qm! Wir werden die beiden begleiten

VOLKER: „Das Leben auf dem Schiff ist für mich ein einmaliges Glück. Ich genieße, dass Michaela ständig um mich ist. Es überrascht mich deshalb auch, dass ihr die Nähe manchmal zu viel wird. Ihre genervte Reaktion empfinde ich als Zurückweisung. Nach einem Streit suche ich schnell die Versöhnung, Michaela braucht länger, bis die aufgewühlten-Gefühle wieder abkühlen. Ich denke oft, sie lässt mich absichtlich schmornen. Dabei fehlt ihr wohl nur der Raum zum Rückzug. Mir dann auch, ich kann weder im Büro verschwinden noch Blumen zur Entschuldigung kaufen. Trotzdem finde ich auf der Reise genau das, wonach ich gesucht habe. Das gehetzte Managerleben liegt hinter mir. Ich beginne, mich auf einen ruhigeren Rhythmus umzustellen und habe kein Problem,

wenn Sachen mal nicht erledigt werden. Michaela versteht das nicht. Sie macht mir ein schlechtes Gewissen und zählt auf, was alles noch zu tun ist. Aber doch nicht unbedingt heute ...“

MICHAELA: „Jetzt sind wir ein halbes Jahr unterwegs, und bei mir stellt sich noch keine Entspannung ein. Im Gegenteil: Ich fühle mich zu allen möglichen Dingen verpflichtet, die ich wie gewohnt zu hundert Prozent ausführen will. Obwohl es kaum konkrete Termine gibt. Volker nimmt alles total locker, das macht mich zunehmend nervös. Irgendwie fehlt mir auch Zeit für mich selbst, zum Beispiel, um mich zu pflegen. Vielleicht ist es auch das Gefühl, auf engem Raum eingesperrt zu sein, das mich nicht entspannen lässt. Kleinigkeiten wie unaufgeräumte Kleider haben mich schon zu Hause gestört. Hier auf dem Schiff können sie mich richtig nerven. Dazu kommt: 24 Stunden mit immer derselben Person, auch wenn es der geliebte Ehemann ist - da sehne ich mich einfach nach anderen Kontakten. So gern ich mit Volker unterwegs bin: Mir fehlen meine Freundinnen. Die wunderbaren Frauengespräche kann er mir nicht ersetzen.“

DAS SAGT UNSER COACH

„BEIDE BRAUCHEN KLARHEIT“

In der Enge gibt es zwangsläufig mehr Konfrontation. Beiden könnte es miteinander besser gehen, wenn sie sich bewusst machen: Die Reise ist selbst gewählt und jederzeit zu beenden. So entsteht mehr Klarheit und Zustimmung, auch für das, was nicht zu ändern ist. Volker schwingt sich in neue Rhythmen ein und lässt sich - wie das Schiff - von der Natur tragen. Michaela dagegen verlangt sich und Volker eine männliche, handlungsorientierte Haltung ab. Ihre Weiblichkeit kommt da zu kurz. Sie sollte täglich ein paar Minuten abtauchen, die Augen schließen und sich auf ein Bild einlassen: Sie liegt entspannt unter freiem Himmel, umgeben von Freundinnen. Schon in kurzer Zeit kann diese Übung größere Gelassenheit bewirken.

HANNA GAUGLER
 DIPLOM-PSYCHOLOGIN

Die psychologische Psychotherapeutin aus München arbeitet lösungsorientiert mit der Dynamik von Paarbeziehungen.
www.hanna-gaugler.de

