



DIE WELTUMSEGLUNG

FOLGE 4

1096 TAGE
ZU ZWEIT IM BOOT

PAAR-TAGEBUCH, FOLGE 4

Mutproben für die Liebe

Michaela und Volker Kissling segeln um die Welt. Drei Jahre auf 25 Quadratmetern! Im Moment befinden sie sich in der Karibik. Wieder wird die Beziehung auf eine kleine Probe gestellt

MICHAELA: Volker besteht darauf, dass ich tauchen lerne. Für mich ist das eine enorme Mutprobe. Ich konnte mir vorher nicht vorstellen, in zehn Meter Tiefe zu atmen und zu schwimmen, ohne dabei zu ertrinken. Der Horror vor dem ersten Tauchgang mit schwerer, unhandlicher Ausrüstung war entsetzlich! Volker zuliebe habe ich schließlich doch eingewilligt. Unter Aufsicht unseres Freundes Edgar wagte ich die Rückwärtsrolle aus dem Beiboot ins Meer, nahm den Regulator unter Wasser aus dem Mund und versuchte abzutauchen. Die Angst ist riesig, dass etwas passiert und ich nicht schnell genug wieder nach oben komme. Vertrauen habe ich noch längst nicht gefasst. Trotzdem ich bin glücklich, einen Anfang gewagt zu haben. Ich würde es bereuen, wenn ich die einzigartigen Riffe nicht mit Volker zusammen anschauen könnte. Also werde ich weiter kleine Mutproben unternehmen. Ich bin froh, dass Volker nicht locker lässt. Er muss mich wahrscheinlich zu meinem Glück zwingen ...

VOLKER: Ich bin von Natur aus neugierig und experimentierfreudig. Meiner Überzeugung nach muss man alles ausprobiert haben, bevor man sich ein Urteil erlauben oder Angst vor etwas haben kann. Michaela hat Respekt vor Dingen, die für mich selbstverständlich sind. Das gilt auch fürs Tauchen. Ich kann nicht nachvollziehen, warum sie sich sträubt, und werde ungeduldig. Vielleicht bedränge ich sie auch. Sie macht dann völlig dicht. Die Lösung bot ein befreundeter Segler. Mit ihm als unparteiischem Dritten gelang es Michaela, ihren inneren Schweinehund zu überwinden. Vielleicht offenbart man jemandem, der einem nicht so nahe steht, weniger gern seine Ängste und beißt eher mal die Zähne zusammen. Ich bin sehr stolz auf sie. Bald werden wir die Unterwasserwelt gemeinsam entdecken. Nachdem der erste Schritt getan ist, wird Michaela sich hoffentlich auch von mir an die Hand nehmen lassen.

emotion.de In ihrem Weblog unter www.emotion.de/segler berichten Michaela und Volker Kissling regelmäßig von ihrer Reise

DAS SAGT UNSER COACH: „LIEBE WEICHT FRONTEN AUF“

Überzeugungen wie die von Volker verschaffen einem das gute und wichtige Gefühl, integer zu sein. Das ist in Ordnung, solange wir sie nur für uns selbst in Anspruch nehmen. Wollen wir unsere Meinung aber einem anderen aufdrängen, wird es gefährlich. Er kann sich benützt und entwertet fühlen und verteidigt dann seine Realität umso nachdrücklicher. So verhärten sich die Fronten. Bei Volker und Michaela ist die Gefahr gebannt, weil in ihrer Beziehung ein „dir zuliebe“ möglich ist. Entscheidend war auch die Präsenz eines Dritten, der die Situation entschärfte. Beide könnten den Blick und das Ohr des Unparteiischen aber auch für sich selbst entwickeln und so Konflikte lösen.



HANNA GAUGLER
DIPLOMPSYCHOLOGIN

Die Psychotherapeutin aus München ist Spezialistin für Partnerschaften und deren Dynamik.