„Deine Mutter hat schon wieder gesagt …“

Zum Jahreswechsel stehen viele Familientreffen an – Das kann zur Belastung werden

Das Treffen am ersten oder zweiten Weihnachtsfeiertag, die gemeinsame Silvesterfeier oder ein Kaffeeklatsch am Dreikönigstag: Feiertage sind oft Familientage. Doch während es die einen genießen, endlich einmal die ganze Verwandschaft um sich zu versammeln, ist das für andere Stress pur. Und am Ende ist nicht nur das Verhältnis zu Onkel, Geschwistern oder Schwiegermutter angeknackst, sondern auch das zum eigenen Partner.

„Ab Ende Dezember bis Ende Januar werden bei mir vermehrt Termine nachgefragt“, bestätigt Michael Harder, Diplom-Psychologe und Ehe- und Paarberater aus Rain (Landkreis Straubing-Bogen). Damit steht er nicht allein. Wer „Familienstreit an Weihnachten“ in eine Internetsuchmaschine eingibt, erhält in weniger als einer halben Sekunde fast 13 000 Ergebnisse, darunter viele Ratgeberseiten „Wie Weihnachten ohne Streit gelingen kann“ oder „Tipps für den Weihnachtsfrieden“.

„An den Feiertagen trifft oft die ganze Familie mit Anhang, Schwiegereltern, Onkel, Tanten und so weiter aufeinander und es kommt zu Streitigkeiten, die auf die Partnerschaft übergreifen können“, erläutert Harder. Besonders anfällig sind Paare, in denen sich ein Partner nicht mit der Familie des anderen versteht. Die Situation schaukelt sich schnell hoch, wenn er kritisiert wird – und er beschwert sich beim Partner: „*Deine* Mutter hat schon wieder gesagt…“. „Dann wird natürlich vom Partner Unterstützung gegenüber den rummäkelnden Familienmitgliedern erwartet. Bleibt diese aus, kann auch das zu heftigen Konflikten führen“, erklärt der Psychologe. Andererseits sei es für jeden der Partner natürlich nicht leicht, sich gegen seine eigene Familie zu positionieren. Das führt zu Stress, Unzufriedenheit, Streit – und bei manchen letztlich zur Trennung. Nach Angaben des statistischen Bundesamts wird deutschlandweit jede dritte Ehe geschieden, wenn auch die Zahl der Scheidungen inzwischen leicht rückläufig ist. Eine Trendwende sieht Psychologe Harder in den Zahlen noch nicht. „Allerdings stelle ich zum Thema Partnerschaft schon eine gewisse Veränderung insbesondere bei den jüngeren Leuten fest. Während man früher, wenn sich eine Partnerschaft als schwierig herausstellte, sich vielleicht schneller wieder getrennt hat, ist den junge Leute jetzt klarer, dass eine Partnerschaft auch Arbeit bedeutet. Man ist bereit, an der Partnerschaft zu arbeiten und die Kraft dafür zu investieren.“ –pah–

Wer Probleme hat

…in seiner Partnerschaft bzw. Ehe, kann sich unter der E-Mail-Adresse ***partnerschaftsfragen@idowa.de*** *über unsere Zeitung kostenlos an Michael Harder wenden. Alle Einsendungen werden vertraulich behandelt; Fragen und Antworten werden ganz oder auszugsweise veröffentlicht, aber völlig anonym, also ohne Angabe von Namen oder Wohnort.*