

sehr OT - beziehungen

Beitrag von „Eva“ vom 22. Juli 2006 22:47

Hallo Regloh,

liebst du deinen Mann denn noch? Dein Posting hört sich danach an.

In dem Fall würde ich mich an deiner Stelle mit ihm treffen. Seine Reaktion auf deine veränderte Optik kann schließlich auch für euch beide eine Entscheidungshilfe sein. Wenn die Gefühle auf beiden Seiten echt sind, ist es egal, wie du *im Moment* aussiehst. Es ist ja nicht gesagt, dass es immer so bleibt, und vordringlich dürfte das Aufarbeiten eurer Beziehung und eine Klärung darüber sein, ob ein Neuanfang Sinn macht und von beiden Seiten gewollt wird.

Wie sieht es mit den Gründen aus, die zur Trennung geführt haben - war es wirklich nur der Stress oder lag noch mehr im Argen? Die Frage ist wichtig, weil man eine Ehe im Normalfall nicht leichtfertig hinwirft, im Nachhinein mit etwas Abstand aber dazu neigt, das Vergangene zu verklären und die Ursachen der Trennung zu vergessen.

Du schreibst, er war im Ausland. Was liegt unter dieser Oberfläche? Hast du dich vernachlässigt gefühlt, zu wenig unterstützt in einer Zeit, die für dich beruflich sehr hart war? Hattest du den Eindruck, er zeigt zu wenig Verständnis für deine Probleme und schiebt dich in der Liste seiner persönlichen Prioritäten immer weiter nach hinten?

Und wie sah es umgekehrt aus? Du führst auch das Ref. als Grund an. Hattest du in der Zeit noch ein offenes Ohr für ihn? War eine Bindung vorhanden oder hattest du das Gefühl, ihr driftet nur noch auseinander? Wo war dein Anteil daran und hast du heute ein stärkeres Bewusstsein dafür, ihn und seine Bedürfnisse auch dann wahrzunehmen, wenn du erneut in eine (sicherlich wiederkehrende) beruflich Stressphase gerätst?

Dritter Punkt wäre dein persönlicher Umgang mit Stress und Frust. Du schreibst, du hast viel gegessen und sozusagen Kummer auch in dich reingefressen. Überlege dir, ob du nicht andere Formen finden kannst, Frust zu verarbeiten, ganz unabhängig von deinem Mann und einem eventuellen Neuanfang mit ihm.

Und ansonsten: Rede mit deinem Mann und mit dir selbst.

Vielleicht findest du/ findet ihr ja eine neue Basis.

Viel Glück!

LG

Eva