familylife FIVE

5 Minuten für deine Beziehung

EINE GEMEINSAME VISION, DIE LAUTER RUFT ALS DER ALLTAG

Einfach nur diese Woche überleben. Und dann die nächste. Alles ist mit Terminen und Verpflichtungen durchgeplant. Und die wenigen freien Abende werden sicher auch noch mit Unvorhergesehenem gefüllt werden. Wir versuchen dabei mehr oder weniger erfolgreich, all unseren Rollen gerecht zu werden. Doch statt dass wir unseren Alltag gestalten können, gestaltet er uns.

Unsere Beziehung ist da natürlich nicht ausgenommen. Unser Lebenstempo hat unweigerlich auch Auswirkungen auf sie. Auch hier geht es statt dem Gestalten und Stärken der Beziehung häufig um das Lösen von Problemen, um das Finden von gemeinsamer Zeit und das Überleben als Paar.

Doch Lebensqualität sieht anders aus. Die meisten Menschen wünschen sich ein Leben, das weniger von den Dringlichkeiten des Alltags getrieben ist. Sie wünschen sich mehr Zeit für das, was ihnen wirklich wichtig ist. Sie wissen zwar irgendwie, dass das Dringende der Feind des Wichtigen ist. Doch im Alltag übernimmt doch immer wieder das Dringende das Zepter, was zeitweise frustrierend sein kann.

Ein Hauptgrund dafür ist, dass den meisten Paaren eine klare gemeinsame Vision fehlt. Wenn die gemeinsame Vision unscharf ist, ist es nicht verwunderlich, dass die alltäglichen Herausforderungen diese überdecken. Es ist ein schwieriges Unterfangen, den Alltagslärm leiser zu drehen. Das Geheimnis besteht vielmehr darin, die gemeinsame Ausrichtung und die langfristigen Ziele so laut zu stellen, dass sie nicht länger übertönt werden können.

Das gelingt, indem wir uns als Paar betend Gedanken machen, wo wir in fünf oder zehn Jahren stehen möchten. Welche Fähigkeiten und anderen Ressourcen wurden uns anvertraut und wie wollen wir damit einen Unterschied machen? Diese Vision soll so konkret wie möglich sein und anschließend auch zu Papier gebracht werden. Kürzlich zeichneten meine Frau und ich während einer Weiterbildung unsere gemeinsame Vision sogar als Bild auf, was wir trotz unseren bescheidenen gestalterischen Fähigkeiten als sehr wertvoll erlebten.

Mit einer klaren Vision allein ist es aber noch nicht getan, wir brauchen auch noch einen Mechanismus, der sicherstellt, dass wir diese langfristige Ausrichtung nicht aus den Augen verlieren. Beispielsweise die aufgeschriebene Vision an die Toilettentür hängen, damit wir immer wieder erinnert werden, um was es uns eigentlich geht. Oder auch etwas ausgefeilter mit vierteljährlichen Meetings, bei denen wir als Paar evaluieren, ob wir noch in die richtige Richtung unterwegs sind und wo wir unseren Kurs anpassen müssen.

NEXT LEVEL

FÜR DEINE BEZIEHUNG:

Schärft eure gemeinsame Vision. Welchen Mechanismus wollt ihr etablieren, um dieser langfristigen Sicht eine Stimme in eurem Alltag zu geben?