familylife FIVE

5 Minuten für deine Beziehung

WILLST DU GESUND WERDEN?

38 Jahre lang litt er schon an seiner Krankheit. Sein ganzes Leben war geprägt davon. Als er Jesus von Nazareth traf, war er auf vieles gefasst. Aber diese Frage hat er ganz sicher nicht erwartet: „Willst du gesund werden?"

Auf den ersten Blick ergibt diese Frage keinen Sinn. Selbstverständlich will er gesund werden. Wer will schon nicht körperlich und psychisch gesund sein? Bei genauerer Betrachtung ist die Ausgangslage allerdings nicht mehr so klar. Jesus deutet mit dieser Frage etwas an: Es ist nicht selbstverständlich, dass Menschen gesund werden wollen.

In der Medizin und in der Psychologie ist dieses Phänomen mittlerweile unter dem Begriff Krankheitsgewinn bekannt. Es bedeutet, dass jemand durch seine Krankheit etwas gewinnt und deshalb gar nicht gesund werden will. Dieser Gewinn ist einem meistens nicht bewusst und könnte beispielsweise die Anteilnahme des Umfelds sein, oder dass man von Mitmenschen schonend behandelt wird. Natürlich steckt bei weitem nicht hinter jeder Krankheit ein Krankheitsgewinn.

Wir hatten ein Paar bei uns im Coaching, bei dem die Frau abends häufig unter starken Kopfschmerzen litt. Das war schmerzhaft und schränkte sie stark ein. Nach und nach wurde klar, weshalb sie diese Kopfschmerzen hatte. Das Paar hatte eine unbefriedigende Sexualität. Dank den Kopfschmerzen mussten sie sich dem eigentlichen Problem, das guten Sex verhinderte, nicht stellen. Im Gegenteil, sie hatten immer eine einleuchtende Erklärung bereit, weshalb es mit dem Sex nicht klappte: ihre Kopfschmerzen. Der Krankheitsgewinn bestand in der Vermeidung eines schwierigen Themas.

Willst du gesund werden? - Diese Frage lohnt es sich nicht nur im Blick auf körperliche oder psychische Krankheiten zu stellen, sondern auch im Alltag unserer Paarbeziehung. Willst du gewisse destruktive Verhaltensmuster ablegen? Oder ist der Gewinn dieses negativen Verhaltens doch zu groß?

Leon und Camilla haben viele Meinungsverschiedenheiten. Es vergeht kaum ein Tag ohne aufreibende Diskussionen. Beide glauben: „Egal, was ich mache, ich kann es dir nie recht machen." Sie haben die Überzeugung, dass der andere zu anspruchsvoll ist und man seinen Ansprüchen nicht genügen kann. Diese Überzeugung nicht über Bord werfen zu müssen, sondern sich dahinter verstecken zu können, lassen sie sich einiges kosten. Sie wollen nicht gesund werden. Sie haben Angst vor den Veränderungen, die eintreten würden, wenn ihre Beziehung gesund würde. Wenn sie sich nicht mehr auf ihre Streitigkeiten und Schuldzuweisungen konzentrieren könnten, müssten sie selbst Verantwortung für ihr Handeln übernehmen. Sie müssten sich dem schmerzlichen Gefühl stellen, dass sie beide nicht zufrieden sind mit dem, was sie als Einzelpersonen und als Paar bis jetzt erreicht haben.

Ich glaube in jeder Partnerschaft dürfen wir uns immer wieder neu der Frage stellen: Wollen wir unsere Überzeugungen aufrechterhalten und uns von der Angst vor Veränderungen leiten lassen oder wollen wir gesund werden?

NEXT LEVEL

FÜR DEINE BEZIEHUNG:

Was ist dein Krankheitsgewinn?