

Ehe- und Lebensberatung Vom Fordern zum Wünschen gelangen

Die Verschiedenheit akzeptieren

Die Beziehung mancher Paare scheint durch und durch harmonisch zu sein. Doch oft werden in solchen «Traumbeziehungen» jahrelang Wünsche unterdrückt.

hier seinen Platz. Und der eine findet im anderen die perfekte Ergänzung. Diese Liebe lässt beide sehr stark miteinander verbunden sein.

Andere Paare sehnen sich zu Recht nach Momenten solchen Glücks und lernen es doch nicht kennen.

Die Illusion des Ideals

Haben harmonische Paare tatsächlich nie etwas zu hinterfragen und auszutragen? Bleibt unverändert alles gleich? Haben beide immer dieselben Wünsche und Ansichten?

Beim genaueren Hinsehen zeigt sich, dass sich in diese Liebe etwas eingeschlichen hat, das dem Paar auf die Dauer nicht gut bekommen kann. Es gibt ein ungeschriebenes Gesetz, das für beide gilt: «Ich verlange von dir, dass du für mich so bist und bleibst, wie ich es will.»

So gibt es Paare, bei denen der eine dauernd bewundert werden will, während der andere ständig bewundern will. Dabei überschätzt sich der eine, und der andere unterschätzt sich. Die perfekte Ergänzung bekommt nun eine andere Färbung. Es gibt ein Gefälle innerhalb der Liebesbeziehung. Wobei der offensichtlich Schwächere mit seinen immerwährenden



Eine Liebe, die halten soll, braucht gegenseitige Akzeptanz. (zvg)

Erwartungen und Forderungen nach der Stärke des anderen diesen unter Dauerdruck setzen kann. Und der sogenannte Stärkere kann sich dadurch nie erlauben, schwach zu sein und den anderen um Unterstützung zu bitten. Es kommt zu Enttäuschung und Vorwürfen. Jeder beginnt den anderen um seine Position zu beneiden.

So kann die einst so harmonische Beziehung in ihr Gegenteil umschlagen. Die ideale Partnerschaft erweist sich als Illusion. So heftig vorher die positiven Gefühle waren, so stark sind jetzt die negativen Leidenschaften. Jeder fühlt sich vom andern

verraten. Zu hoch waren die Ansprüche an den andern. Nicht selten kommt es zu körperlichen und seelischen Zusammenbrüchen.

Wege aus der Krise

In der Beratung wird zum Thema, wie wichtig es ist, eigene Bedürfnisse und Wünsche wahrzunehmen und zu verwirklichen. Ideale, die beim andern untergebracht wurden, können zu sich genommen und auf ihre Tauglichkeit geprüft werden. Erst dann können auch eigene Mängel und Grenzen anerkannt werden. Voraussetzung dazu ist es, die Verschiedenheit beider

zu akzeptieren. Wird dieser Weg gewählt, so werden beide Partner feststellen, dass sie den andern in seiner Eigenart und seinem inneren Reichtum kaum gekannt haben. Und es wird ihnen möglich, zu verstehen, dass sie den Ansprüchen nicht entsprechen konnten.

Fundament der Liebe

Die Liebe eines Paares kann lange durch grosse Harmonie geprägt sein. Wenn später eine sehr schmerzhafteste Krise durchgestanden werden muss, und es nicht zur Trennung kommt, ist das auch dieser Harmonie zu verdanken. Denn sie erweist sich als Fundament der Liebe. Ein solches Paar kann erfolgreich um seine Liebe kämpfen.

Beat Stirnimann-Degen
Dr. phil. Psychologe
Beratungsstelle Kloten
Veronika Stirnimann-Degen
lic. phil. Psychologin
Beratungsstelle Bülach

Beratungsstellen

- Rössligasse 5, Bülach, Telefon 044 860 83 86
- Dorfstrasse 26, Kloten, Telefon 044 815 80 71

Es gibt Liebesbeziehungen, deren Hauptmerkmal die Harmonie ist. Über Jahre hinweg hält diese unvermindert an. Die Paare sind jeweils davon überzeugt, das vollkommene Glück erleben zu dürfen. Während andere sich streiten und manche schliesslich auseinander gehen, halten sie an ihrem idealen Zustand fest. Vieles findet hier gut zusammen: Man ist einander bester Freund sowie das geliebteste und begehrteste Wesen auf Erden. Sich manchmal wie ein Kind zu fühlen und sich darüber freuen zu dürfen, auch das hat



Beat und Veronika Stirnimann

Top-Ten-Musik		
1. (2.)	Eminem Feat. Rihanna	Love The Way You Lie
2. (neu)	Rihanna	Only Girl
3. (neu)	Gotthard	Anytime, Anywhere
4. (1.)	Kamakawiwo'ole Israel	Over The Rainbow
5. (neu)	Gotthard	Call
6. (3.)	Hurts	Wonderful Life
7. (neu)	Shakira Feat. Freshlyground	Waka Waka
8. (6.)	B.o.b.	Airplanes
9. (neu)	Unheilig	Unter deiner Flagge
10. (neu)	Sarah Connor	Cold As Ice

Quelle: cede.ch. Die Singles können über www.zuonline.ch bestellt werden.

Forschung

Alkohol regt Männer an

Obwohl Alkoholismus heute auch immer mehr Frauen betrifft, ist es in erster Linie ein Männerproblem. Männer sind statistisch gesehen doppelt so häufig davon betroffen wie Frauen. Eine biologische Ursache für diesen Unterschied haben US-Forscher gefunden. Sie berichten, dass Alkohol bei Männern zu einer höheren Ausschüttung des Hormons Dopamin führt als bei Frauen. Dopamin erfüllt im Gehirn eine Vielzahl von Funktionen. In

diesem Zusammenhang ist jedoch vor allem seine angenehme Wirkung bei der Freisetzung von Bedeutung. Diese lässt den Menschen eine ähnliche Belohnung erfahren wie etwa Sex oder Drogen. (pte)



		2			8		
		5		4	7		
6	1		8		7		4 9
		6	2		4	3	
	3						6
		1	7		3	9	
4	2		6		9		1 3
		9		8		6	
		7				4	

Sudoku

Mittel

Füllen Sie die leeren Felder so, dass in jeder horizontalen und vertikalen Reihe sowie in jedem Kästchen die Zahlen 1 bis 9 vorkommen.

Gratis-Tickets

Musical «Evita» im Theater 11 in Zürich

Ihre strahlende Schönheit, ihre stilvolle Erscheinung und ihr schillerndes Charisma, das dem argentinischen Volk so viel Hoffnung versprach, machten die ehemalige Präsidentengattin María Eva Duarte de Perón schon zu Lebzeiten zur «spirituellen Führerin» ihrer Nation. Bis zum heutigen Tag wird sie als fürsorgende Wohltäterin, gar als Heilige um ihren Kampf gegen das Elend im Land zutiefst verehrt. Dabei zog Evita, wie man sie liebevoll nannte, auf ihrem Weg nach ganz oben alle Register, um es von einem armseligen Dasein in der Provinz mit Raffinesse und erfolgversprechenden Affären in Buenos Aires zum populären Medienstar zu bringen und schliesslich als First Lady die Geschicke des Landes mitzubestimmen.

Fasziniert vom Charakter und Aufstieg der Eva Perón schuf das erfolgreiche Autorenteam Andrew Lloyd Webber und Tim Rice eine grandiose Partitur zu diesem aufregenden Stoff. Vom



Abigail Jaye in der Rolle der Eva Perón. (zvg)

9. bis 21. November gastiert «Evita» mit einer Starbesetzung aus dem Londoner West End im Theater 11 in Oerlikon. Für die Premiere am 9. November um 19.30 Uhr vergeben wir zweimal zwei Tickets. Schicken Sie uns bis 31. Oktober eine Postkarte mit Ihrer Adresse und dem

Stichwort «Evita» an «Zürcher Unterländer», «Mixer», Schulstrasse 12, 8157 Dielsdorf, ein E-Mail an mixer@zuonline.ch oder eine SMS mit dem Keyword «ZU WIN6» an 919 (Fr. 1.–/SMS). Infos: www.musical.ch. Vorverkauf: www.ticketcorner.com. (ZU/NBT)

Beratung & Styling

Heisse Stulpen für kühle Herbsttage

Ob bestickt, gerippt, mit Troddeln versehen oder mit Zopfmuster verziert – in dieser Saison kombiniert man Pumps und Stiefeletten mit der neuen Ära von Stulpen. Burberry, Christian Dior und Givenchy haben den neuen Trend bereits in der vergangenen Sommer-Saison eingeläutet. Nun greifen zahlreiche Labels den Look in ihren Herbst/Winter-Kollektionen erneut auf – bevorzugt im Zusammenspiel mit hohen Absätzen. Den Trend werden vor allem diejenigen schätzen, die auch an kühleren Tagen nicht auf ihre Lieblings-Heels verzichten möchten. Aber auch sportlich über



Jeans getragen sehen Stulpen toll aus und wärmen zusätzlich. Styling-Tipp: Den modischen Look trägt man in Kombination mit Minikleid, Minirock oder Shorts. Alltagsstauglich wird der

Trend, wenn Frau Stulpen und Heels Ton in Ton kombiniert und dabei bewusst gedeckte Farben wählt. Freche Akzente setzt man im Freizeitbereich mit alpinen Strickmustern oder Kontrastfarben wie knalligem Gelb oder Rot.

Für die sportliche Variante zieht man Stulpen bis über die Schuhe runter. Damit der Look nicht zu streng wirkt, sollten die Stulpen leicht «gestrupft» werden. Und besonders sexy wirkt der Trend natürlich mit Overknee-Stulpen.

Susanne Lamprecht, Stylistin, www.beratung-styling.ch und www.styling4u.ch

CD-Tipp

Gespentisch und verhext

«The Ghost Who Walks» verhext den Hörer von der ersten Sekunde an. Dabei ist Karen Elson alles andere als das, was man sich unter einer Hexe vorstellt. Von den roten Haaren, den Warzen, der krummen Nase und dem Buckel bleibt einzig die flammende Haarpracht, und selbst die schwarze Katze hat sich für das Albumcover in einen Raben verwandelt.

Karen Elson ist dann auch mehr eine Sirene, die den Mond anheult, als eine Hexe, die einen giftigen Trank braut. Bekannt als Fotomodell für zahlreiche Modelabels erschuf sie ihren ersten musikalischen Alleingang mit prominenter Hilfe: Jack White («White Stripes», «Raconteurs», «Dead Weathers») ist ihr Ehemann und Produzent und auf Erfolg und Qualität programmiert.

Gespentisch schleichen auf ihrem Debüt die Gitarren um ihre verführerische, einladende Stimme. Ganz Sirene umgarmt sie den Hörer und zieht ihn ins Verderben. Gefangen in countryfizierte Popmusik, schwarz eingefärbten Balladen, einem schunkelnden Walzer und einer keltischen Melodie verliebt sich der Hörer in Musik und Sängerin und bleibt ihr während mindestens einer Albumlänge treu, nur um ihr per Repeat-Knopf erneut zu verfallen.

Marco Wieser



Interpretin: Karen Elson; Titel: The Ghost Who Walks; Stil: Pop/Country; Vertrieb: Musikvertrieb

Werbung

Web-Videos

Die virtuelle Welt ist schnelllebig und kaum von Geduld geprägt. Dies trifft besonders auf die User von Web-Videos zu. Anbieter von Bewegtbildern im Internet müssen sich daher beeilen, um ihre Botschaft beim Publikum platzieren zu können, wie Online-Video-Spezialisten aufzeigen. Nur wenige Sekunden stehen beispielsweise den Machern von Werbevideos zur Verfügung, um die Aufmerksamkeit der Konsumenten zu gewinnen. Andernfalls «zappt» der durchschnittliche Betrachter schnell weiter. (pte)

Daily English

Wie heisst es richtig?

Übersetzen Sie die folgenden Sätze ins Englische:

1. Bevor ich nach Hause kam, dachte ich über meinen Fehler nach.
2. Alles, was sie im Leben wollte, war, reich zu sein.

Lösung:
1. Before I came home I thought of my mistake.
2. All she wanted in life was to be rich.