

## IN SACHEN LIEBE

# Ein Karussell mit Platz für jeden

Nicht nur in Patchworkfamilien ist es wichtig, dass schon bei der Urlaubsplanung die Bedürfnisse und Wünsche aller Familienmitglieder berücksichtigt werden

*Wir sind eine Patchworkfamilie mit vier Kindern: Ich habe zwei Kinder (13 und 10) mit in unsere Beziehung gebracht, mein Mann seine Tochter Leoni (11). Nun haben wir noch einen gemeinsamen Sohn (3). Unsere bisherigen Urlaubserfahrungen sind eher schwierig. Gemeinsame Zeit als Paar hatten wir praktisch gar nicht. Meist war ich mit drei Kindern unterwegs und mein Mann mit seiner Tochter. Mit der Mutter versteht er sich nicht so gut. Leoni hat es deshalb besonders schwer – oder wir mit ihr. Trotzdem wollen wir jetzt zusammen in den Urlaub. Haben Sie Tipps für uns? Sarah, 42*



KATHARINA  
GRÜNEWALD

Sie deuten typische Herausforderungen für (Patchwork-)Familien im Urlaub an. Die Urlaubszeit ist für sie eine besondere Zeit, und alle denken: „Jetzt ist endlich Raum für meine Wünsche!“ Damit sind Enttäuschungen oftmals vorprogrammiert, weil die Erfüllung der gesteigerten Erwartungen und Vorstellungen der einen Ungerechtigkeit für die anderen bedeutet. So ist das übrigens in allen Familien. Auch wenn Sie sich noch so anstrengen und sich selbst zurücknehmen – Sie alleine schaffen es nicht, alle gleichermaßen glücklich zu machen. Sie brauchen dazu die geheime Familienintelligenz!

Was ist damit gemeint? Öffnen Sie den Prozess der Urlaubsgestaltung bereits im Vorfeld, und beziehen Sie alle Familienmitglieder mit ein. Dabei kann Ihnen das Modell des Patchwork-Karussells helfen:

Stellen Sie sich ein Karussell mit Platzangeboten für verschiedene Konstellationen innerhalb Ihrer Familie vor. Es gibt auf jeden Fall

- einen großen Familien-Bulli für alle
- einen Oldtimer für Ihre alte (Teil-)Familie
- ein Cabrio für Ihren Mann und Leoni
- einen Feuerwehrauto, in dem alle Kinder Platz haben
- Pferde, auf denen nur eine einzelne Person Platz hat

## Leserfragen

Unser Team von Expertinnen und Experten beantwortet Ihre Fragen in der Zeitung. Die Psychotherapeuten Désirée Beumers, Carolina Gertenberg und Daniel Wagner sowie die Diplom-Psychologinnen Elisabeth Raffauf und Katharina Grünewald sind versiert in der Beratung rund um Liebe, Beziehung und Partnerschaft. Der Urologe Volker Witt-

„Eltern brauchen Paarzeit, damit ihre Liebe als stabile Energiequelle für die ganze Familie fließen kann“



- eine Hochzeitskutsche für Sie und Ihren Mann als Liebespaar
- einen Hubschrauber für Sie beide und Ihren gemeinsamen Sohn

Stellen Sie sich nun vor, dass Sie dieses Karussell mit in den Urlaub nehmen und zur Planung Ihrer Aktivitäten nutzen. Wichtig dabei ist, dass sich jeder mal zuerst einen Platz aussuchen darf. Sobald einer besetzt ist und vielleicht mit einer bestimmten Aktion konkretisiert wird, muss gemeinsam für die anderen nach einem passenden Platz gesucht werden. Beispiel: Was machen die anderen Kinder und Sie, wenn Leoni nur mit ihrem Papa ins Meer will? Erst wenn alle einen guten Platz haben, geht die Runde los. Dabei haben Sie und Ihr Mann als Erwachsene und „Baumeisterteam der neuen Familie“ zu jeder Zeit die Verantwortung, dass keiner aus der Kurve fliegt und alle die Runde gut überstehen.

Für die Kinder ist es gut auszuhalten, auch mal im Feuerwehrauto oder alleine auf einem Pferd Platz zu nehmen, wenn sie wissen, dass sie danach die Runde mit Papa im Oldtimer fahren.

So üben Sie spielerisch ein, dass jeder sein Highlight platziert und somit lernt, gut für sich zu sorgen. Gleichzeitig wird der Zusammenhalt gestärkt, indem alle gemeinsam die Wahl mittragen.

All das können sie im Vorfeld besprechen und die einzelnen Runden planen. Eigene Ideen dürfen jederzeit mit eingebaut werden.

Ein Urlaub ist übrigens eine gute Übungsphase, um das Patchwork-Karussell anschließend auch im Alltag leichter implementieren zu können. Gestalten Sie insbesondere die Feuerwehr (alle Kinder alleine) attraktiv, zum Beispiel mit einem gemeinsamen Bettenlager. Das bedeutet nämlich für Sie: Paarzeit! Und die brauchen Sie, damit Ihre Liebe als stabile Energiequelle für die ganze Familie fließen kann!

kamp kennt sich mit allem aus, was Liebe mit unserem Körper macht – und umgekehrt. Schreiben Sie uns, was Sie in der Liebe bewegt! Ihre Zuschriften werden anonymisiert weitergegeben. Schicken Sie Ihre Frage an:

» [in-sachen-liebe@dumont.de](mailto:in-sachen-liebe@dumont.de)