AB 7.2 Informationen über die Partnerschaft

Eine Partnerschaft ist eine intime Beziehung. Damit ist gemeint, dass die Partner*innen sich auch über sehr private Themen austauschen. Häufig haben sie auch sexuellen Kontakt zueinander, allerdings gibt es auch Partnerschaften, in denen Sexualität keine Rolle spielt. Wichtig ist, dass sich beide Personen einig sind, ob und wie häufig sexuelle Kontakte stattfinden. Sollte einer der beiden Partner*innen keine Lust auf oder kein Interesse an Sexualität haben, darf der Andere ihn oder sie nicht dazu zwingen.

Es gibt verschiedene Formen, wie eine Partnerschaft gelebt werden kann. Z. B. können beide Personen gemeinsam in einer Wohnung wohnen oder auch getrennte Wohnungen haben. Im letzteren Fall verabreden sich die Partner*innen in der Regel mehrmals pro Woche zu Treffen oder gemeinsamen Unternehmungen.

Generell wird in einer Partnerschaft eine Gegenseitigkeit erwartet. Damit ist gemeint, dass beide Personen füreinander da sind. Wenn z. B. einer ein Problem hat, hilft der Andere dabei, das Problem zu lösen. Oder wenn einer der beiden Hilfe bei etwas benötigt, hilft der Andere dabei. Generell wird erwartet, dass sich Partner*innen häufig miteinander austauschen, z. B. worüber sie sich Gedanken machen, was sie beschäftigt, worüber sie sich Sorgen machen etc. Dies bedeutet, dass zwischen Partner*innen häufig viele und auch längere Gespräche stattfinden. Dabei wünscht sich eine Person oft, dass sie von der anderen verstanden wird und dass die andere angemessen auf ihre Gefühle eingehen kann, z. B. wenn sie oder er einmal traurig ist.

Häufig sind auch gemeinsame Unternehmungen fester Bestandteil einer Partnerschaft, dazu gehören auch Verabredungen mit Freunden. Die Unternehmungen orientieren sich meist an den Interessen der Partner*innen. Generell sollte angestrebt werden, dass beide ihre Interessen und Bedürfnisse in einer Partnerschaft umsetzen können. Da die Bedürfnisse beider Personen oft nicht identisch sind, müssen auch Kompromisse geschlossen werden, z. B. wenn eine unternehmungslustiger ist als die andere, könnte man sich darauf einigen, dass an jedem 2. Wochenende eine Unternehmung stattfindet und man sich an dem jeweils anderen Wochenende zu Hause zurückzieht.

Zusammengefasst wird in einer Partnerschaft oft Folgendes erwartet:

- Interesse an der anderen Person zeigen und dieses z. B. durch Fragen (z. B. „Wie geht es dir?“) ausdrücken
- Regelmäßig Zeit bereitstellen für Gespräche oder Unternehmungen mit der Partner*in (dazu gehört aufmerksames Zuhören und auch selbst mal die Initiative für eine Unternehmung ergreifen)
- Fähigkeit, angemessen auf die Gefühle der Partner*in eingehen zu können (dazu gehört auch, die Gefühle der anderen zunächst zu erkennen oder zu wissen, wie man diese in Erfahrung bringen könnte)
- Kompromissbereitschaft, wenn beide Partner*innen unterschiedliche Interessen oder Bedürfnisse haben
- sich darüber einigen, ob, in welcher Form und wie häufig Sexualität in der Partnerschaft stattfindet
- Gemeinsame Zukunftsplanung (ein gemeinsames Leben über längere Zeiträume planen, dazu gehört z. B. auch eine Einigung darüber, ob man gemeinsam Kinder haben möchte)

© 2019 W. Kohlhammer, Stuttgart