



Freundschaften

Besser wenige Freunde, dafür die Echten? Was gehört zu einer guten Freundschaft dazu und wie komme ich nicht zu kurz dabei?

Freundschaften, ja das ist so eine Sache, vor allem eine Sache des Anspruchs. Als ich noch sehr jung war, wollte ich immer nur Freunde haben, bei denen „Alles“ passt, d.h. sie sollten zu jeder Gelegenheit mit mir zusammen passen. Wenn ich philosophieren wollte oder Party machen wollte oder einfach nur Spaß haben und verrückt sein. Heute weiß ich, dass das fast unmöglich ist jemanden zu finden, der „immer“ passt... genauso wie einen Mann zu finden, der „immer“ passt. Und sich davon zu verabschieden, hat vieles leichter gemacht. Heute habe ich ein paar enge Freunde, mit denen ich viele Seiten von mir teilen kann und dann noch einige Bekannte, mit denen ich halt „nur“ Anteile von meinem Ich teilen kann.

Wichtig ist dabei wieder der Blick in den Spiegel... was wünsche ich mir von meinen Freunden? Sind da immer noch alte Kinderbedürfnisse, die befriedigt werden wollen? Setze ich auch Freunde an eine Elternstelle und komme wieder ins Brauchen?

Und auch hier gilt wieder, wie auch in der Beziehung... je reflektierter ein Mensch ist, umso besser kannst Du eine Freundschaft mit ihm führen. Denn natürlich kann es auch ganz oft sein, dass dein Gegenüber noch alte Kinderbedürfnisse in sich herum trägt und dann ständig zu viel von Dir erwartet.

Also, wenn Du fühlst, dass etwas nicht passt und Dir etwas „zu viel“ oder „zu wenig“ ist, dann solltest Du das der Person auch sagen. Und natürlich auch vertragen können, wenn Dir jemand anderes die Meinung sagt. Mir sind Freunde am Liebsten, die ehrlich zu mir sind und zu denen ich ehrlich sein kann, denn dann kann man gemeinsam wachsen.

Oft entstehen z.B. durch Missverständnisse Streit. Das liegt einfach daran, dass andere Menschen die Welt durch ihre emotional eingefärbten Augen sehen und ich durch meine emotional gefärbten Augen. Wenn das beide wissen und auch darüber reden können, ohne sich gegenseitig schlecht zu machen, dann hast Du wirklich eine gute Freundschaft gefunden.

Also entscheide zuerst... ist es eine Freundschaft, oder eine Bekannte? Denn dann hast Du auch unterschiedliche Wünsche, wie diese Beziehung aussehen kann. An Bekannten habe ich sehr wenige Wünsche. Es ist einfach schön, mit ihnen eine schöne Zeit zu verbringen. Mit richtigen Freundschaften sieht es anders aus. Da möchte ich schon tiefer gehen und gleichzeitig lernen, den anderen so zu akzeptieren, wie er ist, ohne mich selbst zu verlieren. Du kannst jemand anderen akzeptieren, so wie er ist und trotzdem auch sagen, was Du Dir wünschst, oder nicht möchtest.

Was ich auch gelernt habe ist, der Sache Zeit zu geben. Ich wollte alles immer ganz schnell. Entweder es hat direkt gepasst und dann war es ok oder ich bin wieder gegangen. Das sehe ich heute auch anders. Ich bin vielleicht ein Mensch, der sich gern gegenüber anderen schnell öffnet, aber so ist nicht jeder. Das heißt, wir sollten nicht immer von uns auf andere schließen, sonst bräuchten wir ja einen Klon als Freundin ;-)

Du solltest Dir trotzdem im Klaren sein, was Du dir von einer Freundschaft oder einer Bekannten wünschst... und dabei wieder aufpassen, dass dies nicht alte Kinderbedürfnisse sind, um die Du dich selbst kümmern solltest. Und wenn eine Person nicht passt und Du es eine Weile ausprobiert hast, dann lass sie ohne Groll wieder los. Sie ist so, wie sie ist und nicht, weil sie Dich ärgern wollte. Sie passt dann einfach nicht zu Dir. Und weißt Du, wie viele Menschen es auf der Welt gibt?

Geh raus und lerne viele Menschen kennen, ohne Dich gleich mit ihnen verhaften zu wollen. Mach deine Basis und deine Selbstliebe so stark, dass Du keinen „brauchst“, sondern es schön ist, wenn Du eine freie Bindung genießen kannst. Lerne viele Menschen kennen und dann werden sich einige tolle neue Dinge ergeben. Trau Dich. Du bist wundervoll und das werden die Richtigen auch merken und gern mit Dir zusammen sein. Stell Dir vor, wie Du dir wünschst, behandelt zu werden und dann tu dies auch mit den anderen.

Viel Spaß dabei.

Yvonne