

# FamilyNEXT

EHE UND FAMILIE FÜR FORTGESCHRITTENE

So bleibt Sex aufregend:  
**WIE LIEBESSPRACHEN  
 DIE LUST WECKEN**

„MEIN BRUDER IST RECHTS ...  
 ... trotzdem bleibt er mein Bruder“

„DIE KRISE HAT MICH  
 IN DIE ARME GOTTES  
 GETRIEBEN“

Was trägt, wenn alles wegbricht

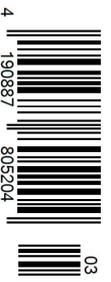
**WIE MAN FREUNDSCHAFTEN  
 BEGINNT ...**

... und auch mal beendet

DOSSIER:  
**MÄNNER UND  
 FRAUEN**

## DAS ANDERE IM ANDEREN

GEGENSÄTZE KÖNNEN KRAFT UND  
 SPRENGSTOFF FÜR DIE PARTNERSCHAFT SEIN



# DEN RÜCKEN FREIHALTEN – GEGENSEITIG



Im Lauf eines Familienlebens verändern sich die Rollen und Aufgabenverteilungen immer wieder mal. Drei Paare schildern ihre Erfahrungen.



Foto: Robert Kneschke/AdobeStock

## „EINE VERÄNDERUNG WAR NOTWENDIG“

Christina und Johannes Ott haben ihre Rollenaufteilung umstrukturiert.

**W**ir genießen heute die Früchte einer gereiften Partnerschaft. Das Arrangement, das wir heute leben, gefällt uns am allerbesten. Doch das ist uns nicht in den Schoß gefallen.

**1988:** Am Anfang unserer Ehe brachten wir das klassische Rollenverständnis aus unseren Familien mit. Zugespielt hieß das: Die Frau trägt im häuslichen Umfeld die Verantwortung und „hält dem Mann den Rücken frei“. Der Part des Mannes ist die öffentliche Arbeit. Wir waren DDR-Bürger, blutjunge Berufseinsteiger und total ineinander verliebt. Nach einigen Jahren, dem Theologiestudium von Johannes, der politischen Wende, zwei adoptierten Kindern, zwei Ortswechseln und den Anforderungen des hauptamtlichen Gemeindedienstes als Pastor führte dieses Modell für uns in die Sackgasse.

**Christina:** Ich wurde zunehmend unzufriedener. Die dienstlichen Anforderungen beanspruchten und erfüllten meinen Mann immer mehr. Gleichzeitig fühlte ich mich mit häuslichen Arbeiten und in der Kindererziehung oft allein gelassen. Außerdem wurden meine Interessen und Fähigkeiten in diesem kleinen Radius nur minimal abgerufen. Mein Bedürfnis nach einer gleichwertigen Partnerschaft und eigenen Entwicklungsmöglichkeiten wuchs und rumorte mächtig. Das zeigte sich auch an zunehmenden Streitigkeiten.

**Johannes:** Ich habe ehrlich gesagt nicht gleich gemerkt, was da abließ. Für mich passte ja alles. Ich konnte mich voll in meinem Dienst entfalten, meiner Berufung folgen und wurde dafür anerkannt. Zu Hause lief es bestens durch meine agile Frau. Also konnte ich noch mehr Gas geben. Mein familiärer Part war alles, was mit Finanzen, Technik und Behörden zu tun hatte. Und tolle Urlaube organisieren! Dafür wurde ich von der Familie gefeiert. Doch die Urlaubsidylle genügte nicht für den Alltag. Nach einem krisenhaften Wochenende war ich ziemlich ratlos: Unser Modell funktionierte nicht mehr. Was nun? Eine Veränderung wurde notwendig. Doch das Unbekannte war für mich ein graues Feld ohne Orientierung. Mir erschien es um ein Vielfältiges anstrengender, das Terrain einer neuen Rollenverteilung zu betreten, als einfach dem übernommenen Rollenverständnis zu folgen. Ich wollte etwas in unserem Zusammenleben verbessern, aber wusste nicht, wie. Der erste Schritt war dann, dass Christina geringfügig wieder in ihren Beruf einstieg und ich während dieser Zeit für Haushalt und Kinder zuständig war.



Privatbild

**2021:** Heute leben wir wieder ohne unsere Kinder. Jeder von uns hat starke Herausforderungen und fühlt sich vom Partner darin unterstützt. Die Anliegen und Projekte von uns beiden sind gleich wichtig. Jeder von uns übernimmt auch Tätigkeiten, die er vorher gern an den Partner delegiert hat. Das fühlt sich sehr dynamisch an, vermindert Spannungen und macht (manchmal) sogar Spaß.

**Johannes:** Jetzt kann ich kochen, mit der Kärcher-Technik Fenster putzen oder den Großeinkauf übernehmen. Christina interessiert sich mehr für Finanzen, Versicherungen, PC und Auto. Das gefällt mir. Letztendlich hat es mich sehr glücklich gemacht, mitzuerleben, wie meine Frau aufblüht und ihr Potenzial nutzt. Darin konnte ich sie aus tiefstem Herzen unterstützen. Das war wohl der Schlüssel zur veränderten Rollenverteilung.

**Christina:** In den letzten 12 Jahren hat sich bei mir enorm viel entwickelt. Ich bin heute selbstständig als Psychologische Beraterin/Supervisorin, reise als Referentin durchs Land und habe mein erstes Buch veröffentlicht. Johannes hat mir an allen Schwellen Mut gemacht und war bereit, dafür auch Aufgaben zu übernehmen. Wenn es erforderlich ist, halten wir uns gegenseitig „den Rücken frei“. Diese gelebte Gleichwertigkeit hat uns noch tiefer verbunden, und wir profitieren beide von der Vielfalt, die dadurch in unser Leben gekommen ist. Demnächst steht wieder eine dienstliche Veränderung an. Wir sind beide optimistisch, dass wir auch in dem neuen Umfeld ein Arrangement finden, das zu uns und den Anforderungen vor Ort passt.

-----  
**Christina Ott** arbeitet als Individualpsychologische Beraterin/Supervisorin und Referentin: [www.ott-beratungen.de](http://www.ott-beratungen.de). Ihr aktuelles Buch: „Unvollkommen glücklich. Vom Mut, ich selbst zu sein“ (Francke). **Johannes Ott** ist Theologe. Sie sind Eltern von zwei erwachsenen, adoptierten Kindern und leben in Schmalkalden.

