

Planen, einziehen, sich trennen? Wie gemeinsames Wohnen besser gelingt

Experten raten, die eigenen Bedürfnisse vor der Planung genau abzustecken

Von Claudia Riedler

Das erste gemeinsame Heim ist ein wichtiger Schritt in jeder Beziehung. „Es ist ein freudiger Anlass, man ist voller Ideen und es fühlt sich an, als wäre man frisch verliebt“, sagt Ute Giffey, Paartherapeutin aus Linz. Sind die Häuser dann gebaut und die Wohnungen eingerichtet, sieht es oft ganz anders aus. „Trennungen bereits vor oder kurze Zeit nach dem Einzug sind keine Seltenheit“, sagt Giffey. Hauptursache dafür: Es wurde zwar alles akribisch geplant, aber ohne vorher über die Bedürfnisse nachzudenken.

„Häufige Streitpunkte sind neben Geld die Lautstärke, Schlafen und Schnarchen und wenn einer zu wenig eigenen Raum hat.“



Ute Giffey, Psychotherapeutin

„Das sind etwa der Wunsch nach einem persönlichen Raum, besonders bei Frauen, oder nach mehr Geborgenheit, nach angenehmer Akustik oder nach Blickschutz. Auch über spätere Lebensphasen, etwa über den möglichen Wunsch der Kinder nach Privatheit, wird oft nicht nachgedacht“, sagt Baumeister Herbert Reichl. Er ist auch Wohn- und Architekturpsychologe. Sein Job ist es, die Bedürfnisse nach Geborgenheit, Wärme oder Natur in Planungssprache zu übersetzen.

Gemeinsam mit Psychotherapeutin Ute Giffey bietet Reichl am 27. Februar ein Seminar zum Thema „Wohnen für Paare“ im Bildungshaus Schloss Puchberg an (Info: planen-und-wohnen.at).

„Wohnqualität ist gleichzusetzen mit Lebensqualität – jedoch ändern sich die Anforderungen



Das Zusammenziehen ist ein wichtiger Schritt in jeder Beziehung. Foto: colourbox.de

ständig“, sagt Reichl. Ein Hausplan müsse deshalb flexibel sein. „Wohnen muss sich an geänderte Bedürfnisse anpassen. Möbel umstellen und neu streichen tut auch der Psyche gut, wenn man spürt, dass man etwas verändern kann. Das stärkt die Selbstwirksamkeit.“

„Geht es stattdessen nur darum, wer sich durchsetzt, wird das Wohnen zum Machtkampf“, sagt Ute Giffey. Und das habe Auswirkungen auf die gesamte Beziehung. „Wer dagegen versucht, mit-

„Viele Häusbauer orientieren sich zu sehr an Modeströmungen, anstatt die eigenen Bedürfnisse zu formulieren.“

Herbert Reichl, Wohn- und Architekturpsychologe und Baumeister



Foto: OÖN

FÜNF TIPPS FÜR PAARE

1 Häusbauer sollten sich nicht zu viel zumuten (Eigenleistung, Organisation, Finanzen) – das kann zu Überforderung führen.

2 Wohnbedürfnisse sollte man vorher formulieren. Das bedeutet auch, zu schauen, was hinter einzelnen Wünschen steckt. Beispiel: Kachelofen. Dahinter steckt vielleicht der Wunsch nach wohliger Wärme, die eventuell auch günstiger geschaffen werden kann.

3 Die Aufmerksamkeit richtet sich beim Hausbau oft nur auf Äußeres, auf die Finanzen und die Entscheidungen. Dennoch ist es wichtig, auch auf die Beziehung zu schauen – wie sieht es im Inneren aus? Versuchen Sie, die positive Anfangsstimmung zu bewahren.

4 Von Ratschlägen anderer sollte man sich abgrenzen und stattdessen ganz auf die eigenen Bedürfnisse achten.

5 Das gemeinsame Ziel sollte man immer vor Augen haben: Wie wollen wir uns als Paar in dem neuen Zuhause fühlen?

einander eine Lösung zu finden, bekommt ein schönes Gefühl von Gemeinsamkeit. Wichtig dabei: Jedes Bedürfnis ist gleich viel wert und muss gehört werden.“

Und wann sollte ein Paar zusammenziehen? „Die Dauer der Beziehung ist dabei nicht entscheidend“, sagt Psychotherapeutin Giffey. „Es geht darum, dass beiden klar ist, was sie wirklich wollen. Das es eine gemeinsame Idee gibt, mit der sich das Paar auseinandergesetzt hat.“

Valentinstag



Die Liebe feiern

Foto: colourbox.de

Valentinstag: Blumen und Zeit als Geschenk

Die unangefochtene Nummer eins bei Geschenken zum Valentinstag bleiben Blumen. Aber auch Süßes und Restaurantbesuche stehen hoch im Kurs, ergab der Handelsverband Consumer Check. Auffällig ist, dass Frauen und Männer mit durchschnittlich 30 Euro gleich viel für Geschenke ausgeben – und das, obwohl Frauen gerne Immaterielles schenken und ihren Partner mit gemeinsamer Zeit oder Ausflügen beglücken.

Last-Minute-Präsente zum Tag der Liebe

Geschenke für die Liebsten werden zum Tag der Liebe recht kurzfristig gekauft, etwa ein bis zwei Tage vor dem Valentinstag. Zehn Prozent besorgen ihr Präsent sogar erst am betreffenden Tag selbst. Die Last-Minute-Suchenden können froh sein, dass zumindest die Blumenhändler am Valentinstag – 2016 an einem Sonntag – geöffnet haben.

Ein Brite brachte den Brauch nach Österreich

Nach der „Floristenlegende“ verdanken wir erst einem britischen Besatzungssoldaten den Valentinstag. Er bestand am 14. Februar in einer Grazer Blumenhandlung auf einem Herzchen zum Glückwunschsträußchen für seine Liebste.

61 Prozent glauben an Liebe auf den ersten Blick

Fast zwei Drittel der Österreicher glauben an die Liebe auf den ersten Blick, mehr als die Hälfte (51,5 Prozent) haben sie sogar schon einmal selbst erlebt. Das ergab eine Umfrage von Marketagent.com unter mehr als 500 Österreichern.



Angela Merkel (links) im Gespräch mit Amal und George Clooney

Foto: Reuters

Clooney traf Merkel

Der Schauspieler lobt deutsche Flüchtlingspolitik

Ungewöhnlicher Besuch im Kanzleramt in Berlin: Bundeskanzlerin Angela Merkel (CDU) hat am Freitag Hollywood-Star George Clooney in ihrem Büro zum Gespräch empfangen. Bei dem Treffen ging es nach Angaben der Bundesregierung vor allem um die Flüchtlingskrise. Der 54-Jährige gehört seit langem zu den Schauspielern, die sich politisch engagieren. Bei dem etwa ein-

stündigen Treffen war auch seine Ehefrau Amal (38) dabei. Clooney hält sich für die Berlinale in der Hauptstadt auf. Die Filmfestspiele waren am Donnerstagabend mit seinem neuen Film „Hail, Caesar!“ eröffnet worden. Schon vor dem Treffen im Kanzleramt hatte er Merkels Flüchtlingspolitik gelobt. „Ich bin absolut einverstanden damit“, sagte er.

Selbstdarsteller: „Kanye liebt Kanye“

Wie ein Rapper der New Yorker Modewoche die Schau stahl

Gefeiert von 20.000 Fans hat US-Rapper Kanye West seine neue „Yeezy“-Kollektion und nach drei Jahren Wartezeit zugleich sein neues Album „The Life of Pablo“ präsentiert. Hunderte Statisten und zahlreiche Models, darunter auch Naomi Campbell und Veronica Webb, zeigten die vergleichsweise schlicht geschnittenen Stücke am Donnerstag im ausverkauften Madison Square Garden in New York.

Fast reglos standen sie eine Stunde lang, während Kanye vom Mischpult aus seine neuen Titel vorstellte. Die Show wurde live im Internet und in mehr als 700 Kinos in 23 Ländern übertragen. Außerdem kündigte der 38-jährige Rapper ein Computerspiel mit dem Namen „Only One“ an, das von seiner Mutter auf dem Weg in den Himmel handelt. Er zeigte einige Sequenzen einer animierten Frau mit gro-



Kanye West feiert sich selbst. (Reuters)

ßen Flügeln, die auf einem weißen Pferd durch Wolken reitet. Auf dem neuen Album, dessen Titel Kanye immer wieder geändert hatte, sind auch die Rapper Frank Ocean und Young Thug sowie Sängerin Rihanna vertreten.

Kanyes Frau Kim Kardashian erschien zur Show in einem übergroßen weißen Pelz mit Tochter North West auf dem Arm, begleitet unter anderem von ihren Schwestern Courtney und Khloé sowie Ex-Basketballstar Lamar Odom. Es war Odoms erster öffentlicher Auftritt, nachdem er bewusstlos im Zimmer eines Bordells aufgefunden worden und ins Krankenhaus gebracht worden war.

Der bis Donnerstag laufenden Fashion Week hat Kanye auf jeden Fall die Schau gestohlen. Dort trumpften bekannte Namen wie Tommy Hilfiger, Ralph Lauren und Michael Kors auf.