

# Wenn der Alltag stockt

EDITORIAL

Liebe Leserin, lieber Leser!

Bis hierher – und wie weiter? Die Frage stellt sich, wenn die alltäglichen Abläufe stocken, weil „etwas passiert“ und neue Herausforderungen auf uns zukommen. Oder weil wir merken, dass etwas nicht mehr so weitergehen kann wie bisher. Ein solcher Einschnitt kann die Geburt eines Kindes sein, die schwere Krankheit des Partners, die Einschulung eines Kindes oder der Wechsel in den Ruhestand. Plötzlich oder auch erwartet tritt etwas Neues in unser Leben. Vielleicht haben wir uns sogar gedanklich darauf vorbereitet; trotzdem kann sich die Situation anders anfühlen als gedacht... So oder so: All dies Neue erfordert eine Neuorientierung für uns selbst und in der ganzen Familie.

Wenn das nur so einfach wäre, wie es sich formulieren lässt! Etwas wirklich Neues verlangt von uns auch ein neues Verhalten, sogar ein neues Denken. Und das haben wir nicht einfach so zur Verfügung. Deshalb reagieren wir anfangs oft erschreckt, geschockt darüber, dass wir einfach nicht wissen, wie das Leben jetzt weitergehen kann. Und möglicherweise bleibt die Suche nach neuen Wegen zunächst sogar erfolglos. Das kann ganz schön beuteln! Wir sind gewohnt, unser Leben aktiv zu gestalten; nicht mehr zu wissen, was wir tun sol-

len, macht uns deshalb oft Angst.

Die gute Nachricht ist: Im Verlauf unseres Lebens lernen wir solche Krisenzeiten immer besser kennen, entwickeln zunehmend Erfahrung damit und das Vertrauen, dass wir die Situation schon „irgendwie“ meistern werden. Andererseits mobilisiert jede Krise auch Emotionen in uns, die uns nicht immer willkommen sind, uns vielleicht an unsere Grenzen bringen und die familiäre Umgebung in Mitleidenschaft ziehen.

Wendzeiten schlucken also viel Energie. Sie sind aber auch spannend, bieten uns oft die Gelegenheit, etwas Neues und ganz Individuelles zu schaffen. Dass und wie fruchtbar ein solcher Prozess war, merken wir oft erst im Nachhinein, nach mühe- und manchmal auch schmerzvollen Auseinandersetzungen.

Gerade fragt mich meine Tochter, ob sie ihr Bettzeug mitnehmen soll, wenn sie für ein Semester nach Frankreich geht. Eine Kleinigkeit, natürlich, aber dahinter spüre ich auch einen Stachel. Unser erstes Kind macht einen Schritt aus dem Elternhaus. Wie wird es uns anderen in der Familie damit gehen? Was heißt es für uns als Paar, wenn die Kinder unseren Alltag nicht mehr mitbestimmen? Das Familiensystem wird sich verändern. Wendzeiten kündigen sich an!

Viel Freude und Gewinn beim Lesen wünscht Ihnen



Johanna Rosler-Metzler



## Die Themen der nächsten Hefte

5/2010

**Unsere Partner, die Lehrer**

Lebensraum Schule: Da geht noch was

6/2010

**Lebenslänglich: Geschwister**

Perspektiven einer besonderen Beziehung

1/2011

**Wir schaffen's nicht!**

Wenn Lebenspläne scheitern