

Wie macht ihr das?

Es gibt Situationen, in denen wir nicht so genau wissen, wie „sich richtig verhalten“ geht. Deshalb beantworten an dieser Stelle Experten knifflige Alltagsfragen



Redaktion: Clara Meyer Illustration: Silke Werzinger

Mein Mann ist nicht so ordentlich wie ich. Es gibt darüber immer wieder Streit. Wie können wir das Problem lösen?

In Partnerschaften treffen meist zwei unterschiedliche Ordnungssysteme aufeinander. Der ordnungsliebende Partner wird den unordentlicheren jedoch nicht grundlegend ändern können und sicherlich sind Sie beide schon genervt, darüber zu streiten. Deswegen können Sie sich fragen: Ist es wirklich das Chaos, das mich stört? Oder vermisse ich etwas anderes, vielleicht ein generelles Engagement? Sprechen Sie mit Ihrem Mann darüber, wer was in die Partnerschaft einbringt: Der eine räumt möglicherweise auf und putzt, der andere kümmert sich dafür um die Wäsche, den Wocheneinkauf oder geht abends mit dem Hund raus. Lösen lässt sich das Problem nicht, so können Sie aber gelassener damit umgehen.

NELE SEHRT, Paar- und Sexualtherapeutin,
nelesehrt.de

Ich lasse meine vierjährige Tochter alleine auf den Spielplatz vor der Haustür gehen, um ihr Selbstständigkeit beizubringen. Eine andere Mutter kritisiert mich dafür. Wie soll ich mich verhalten?

Zunächst sollten Sie sich fragen, ob Sie Ihre Tochter wirklich bedenkenlos auf den Spielplatz schicken können oder ob an den Zweifeln der anderen Mutter womöglich etwas dran ist. Wenn der Spielplatz in Sichtweite liegt, Ihr Kind nicht ängstlich ist und es weiß, dass Sie in der Nähe sind, spricht nichts dagegen, es für eine kurze Zeit von maximal einer halben Stunde auch mal alleine dort spielen zu lassen. Gehen Sie auf die andere Mutter zu und erklären Sie Ihr, dass es sich um Ihre persönliche Entscheidung handelt.

KATHARINA POMMER, Familientherapeutin
und Autorin von *Stop MomShaming*

SIE HABEN EINE FRAGE? Dann schicken Sie eine E-Mail an post@freundin.de, Betreff: „Alltagsfragen“