

Hobby vs. Zweisamkeit?: Fussballfieber muss kein Beziehungskiller sein

Hobby vs. Zweisamkeit?: Fussballfieber muss kein Beziehungskiller sein

Jana Giger

Darum gehts

Eine erfüllte Beziehung besteht nicht nur aus Gemeinsamkeiten, sondern auch aus individuellen Interessen. Während die eine gerne wandert, der andere im Garten aufblüht, fiebert vielleicht jemand leidenschaftlich bei Fussballspielen mit. Doch je mehr Zeit ein Hobby einnimmt, desto eher kann es zu Spannungen kommen.

Besonders jetzt, wo die UEFA Champions League seit Mitte September wieder läuft, kann es frustrierend sein, wenn er oder sie jeden Match verfolgt. Viktor Arheit (65) berät Paare bei Paarberatung im Kanton Zürich und kennt solche Dynamiken aus der Praxis. Er empfiehlt, nicht zu schnell zu urteilen, sondern genauer hinzuschauen, worum es wirklich geht.

Zwischen Nähe und Freiraum

«Natürlich kann es Diskussionen geben, wenn eine Person rund um die Uhr Fussball schaut», sagt er. «Aber in der Regel hat sich das Paar bereits mit diesen Interessen kennengelernt. Die Leidenschaft für ein Hobby bringt man meistens mit.» In der Anfangszeit einer Beziehung sei man jedoch oft fasziniert vom Gegenüber und stelle die eigenen Bedürfnisse zurück, um möglichst viel Zeit miteinander zu verbringen.

Irgendwann kommen die persönlichen Interessen wieder stärker zum Vorschein und dann beginnt das Aushandeln: Was brauche ich für mich? Und was braucht unsere Beziehung? Laut Arheit sind es oft, aber nicht immer die Frauen, die mehr gemeinsame Zeit einfordern, während Männer stärker auf ihre individuelle Zeit pochen.

Viktor Arheit (65) unterstützt seit über 20 Jahren Einzelpersonen und Paare dabei, Krisen und Phasen intensivster Entwicklung zu meistern. Am Institut für Körperzentrierte Psychologie und Psychotherapie in Zürich liess er sich zum psychologischen Berater sowie Paar- und Familientherapeuten ausbilden. Er arbeitete einige Jahre in einer Praxis in Frankfurt (D), bevor er in die Schweiz zurückkehrte. Jetzt ist er als Berater bei **Paarberatung und Mediation im Kanton Zürich** tätig. Ausserdem bietet er zusammen mit seiner Frau bei Arheit Mentoring individuelle Programme zur Paar-Entwicklung an. Arheit lebt in Wohlen AG.

Viktor Arheit (65) unterstützt seit über 20 Jahren Einzelpersonen und Paare dabei, Krisen und Phasen intensivster Entwicklung zu meistern. Am Institut für Körperzentrierte Psychologie und Psychotherapie in Zürich liess er sich zum psychologischen Berater sowie Paar- und Familientherapeuten ausbilden. Er arbeitete einige Jahre in einer Praxis in Frankfurt (D), bevor er in die Schweiz zurückkehrte. Jetzt ist er als Berater bei **Paarberatung und Mediation im Kanton Zürich** tätig. Ausserdem bietet er zusammen mit seiner Frau bei Arheit Mentoring individuelle Programme zur Paar-Entwicklung an. Arheit lebt in Wohlen AG.

Wertschätzung und Respekt

Hinter dem Streit um das Fussballspiel steckt selten nur der Sport. «Meist geht es um Wertschätzung», sagt Arheit. «Darum, ob ich mich vom Partner oder von der Partnerin wahrgenommen, unterstützt und respektiert



fühle.» Die Champions League wird dann zum Symbol: Für die eine Person ist es Freizeit, für die andere ein weiterer Moment, in dem das «Wir» zu kurz kommt.

Wichtig sei, das Gespräch zu suchen, um herauszufinden, was eigentlich fehlt. Denn unter Wertschätzung kann jeder Mensch etwas anderes verstehen. Für jemanden ist es Zuhören, für den anderen Unterstützung im Alltag und für manche gemeinsame Zeit ohne Ablenkung.

Für die eigenen Bedürfnisse eintreten

Pauschale Tipps, um Kompromisse auszuhandeln, möchte der Experte nicht geben, da die Lebensrealitäten zu unterschiedlich sind. Ob frisch verliebt, Eltern mit kleinen Kindern oder langjährige Beziehung ohne familiäre Verpflichtungen – jede Situation verlange andere Lösungen. Entscheidend sei, dass ein Paar sowohl für die Beziehung als auch für die eigenen Bedürfnisse eintrete.

«Wenn ein Fussballfan sagen kann: Ich engagiere mich für meine Partnerschaft, ich zeige meiner Partnerin oder meinem Partner, dass ich sie oder ihn liebe, und wir verbringen Zeit miteinander, dann darf ich mir den Freiraum nehmen, Fussball zu schauen. Ganz ohne schlechtes Gewissen oder das Gefühl, um Erlaubnis bitten zu müssen.» Gleichzeitig dürfe das Gegenüber ebenso klar zu dem stehen, was ihm oder ihr wichtig sei.

<https://www.blick.ch/life/liebe/hobby-vs-zweisamkeit-fussballfieber-muss-kein-beziehungskiller-sein-id21328736.html>