

IM PSYCHOCHECK

Was *sich* LIEBT, das *neckt* SICH

PFLANZEREIEN. Vor allem, wenn sich zwei kennenlernen, rennt oft der Charmeschmäh und die beiden haben einander liebevoll auf der Schaufel. Neckt sich immer, was sich liebt? Oder liebt sich immer, was sich neckt? Wir wollten es wissen und haben das Sprichwort mit Expertin Nicole Siller gecheckt.

WIR CHECKEN DAS MAL AB

Vor allem beim Flirten gehört es für die meisten dazu, den bzw. die andere/n zu pflanzen. Und für eine Kennenlernphase ist das auch ein wichtiges Tool, meint Coachin Nicole Siller: „Damit findet man heraus, wie der Humor des anderen ist und ob er Interesse hat oder nicht. Liebevolle Neckereien bringen Menschen einander einfach näher und lockern die Stimmung auf.“

Ich pflanz dich heißt: Ich mag dich

„Was sich neckt, das mag sich“ gilt auf alle Fälle, meint unsere Expertin. Und zwar nicht nur in einer Liebesbeziehung, sondern auch unter FreundInnen, unter Geschwistern oder in der Kollegenschaft. „Wenn ich jemanden necke, gehe ich stark auf ihn ein, das mache ich nicht mit jemandem, der mir egal ist. Kinder machen das in der Schule auch ganz oft, dort ist das eine Art Spiel, das wir ruhig später beibehalten könnten.“

Den Schmäh nicht verlieren

Neckereien sind auch später in einer Beziehung wichtig, nicht nur am Anfang, sagen ExpertInnen. Weil sich nämlich der, der auf die Schaufel genommen wird, trotz seiner Schwächen respektiert und geliebt fühlt. „Man kann durchs Pflanzen Spannungen und Konflikte außerdem gut auflösen oder Misstöne aufweichen. Es hat eben etwas Lösendes und stabilisiert Liebesbeziehungen dadurch meistens“, sagt Nicole Siller. Miteinander humorvoll sein zu können sieht auch Wissenschaftler John Gottman – der Psychologe und Mathematiker gilt als „Liebes-Einstein“ – als einen der wichtigsten Faktoren an, damit eine Beziehung gelingt.



DIE EXPERTIN

Nicole Siller bietet in ihrer Praxis in Wien Dipl. Psychologische Beratung, Systemisches Resonanzcoaching und Sexualberatung an. lebensdich.at

NUR MUT!

Natürlich liegt das Schmähführen und Andere-auf-die-Schaukel-Nehmen nicht allen Menschen gleich. „Mit einem Partner geht das mal leichter, mit der anderen Partnerin nicht ganz so gut, es ist eben ein Spiel, wo es mindestens zwei Menschen braucht“, sagt Nicole Siller. Aber sich zu trauen und es immer wieder wertschätzend und auf eine liebevolle Art zu probieren, zahlt sich aus.

„Einander necken ist eine gute Herausforderung!“

Liebevoll bleiben

Necken, das provoziert und fordert den bzw. die andere/n heraus. Nicole Siller nennt es eine „gute Herausforderung“. Deshalb ist es wichtig, auf gewisse Grenzen zu achten, damit die Pflanzereien nicht verletzend werden. „Ich brauche auch ein Gespür dafür: Wann ist es genug? Reite ich immer auf den selben Sachen herum? Vor wem sag ich das jetzt oder nicht? Wenn man da vorsichtig bleibt, bleibt auch das Schmähführen lustig.“