

Querbeet

Beziehungsstress mit WhatsApp?

Reinhold Kölling

Nach der Übernahme durch Facebook ist WhatsApp nach wie vor in aller Munde und interessiert die Medien.

Nun ist bekannt geworden, dass WhatsApp nicht nur die Aktionäre von Facebook stresst, sondern wohl auch so manche Beziehung!

Frau hat Mann schon vor Stunden eine WhatsApp Nachricht geschickt – und noch immer ist keine Antwort da. Dabei war er doch mehrfach schon „online“. Das überprüft Frau natürlich laufend.

Nun ist Frau verletzt und fühlt sich versetzt! Sie kann nicht einschlafen- schließlich ist keine Antwort auch eine Antwort.

Dunkele Gedanken breiten sich aus. Die Verärgerung nimmt zu. Die jeweilige Laune verschlechtert sich weiter und stört die vielleicht bislang so harmonische Beziehung.

Der Heidelberger Paartherapeut und Führungskräftecoach Roland Kopp-Wichmann schrieb kürzlich in Focus-Online:

„WhatsApp macht Kontrolle möglich und manche werden süchtig danach, ständig nachzusehen, wann der „Andere“ online war.

Aha, er war nachts um 3.48 Uhr noch wach (online) und hat per WhatsApp geschrieben oder eine Mail gelesen. Doch mir hat er nicht

geschrieben und ich ihm auch nicht. Wem dann, oder wer ihm?“ Diese Frage stellt sich Frau, aber zunächst noch nicht dem Mann. Und somit kreisen die Gedanken.

Der Onlinestatus lässt sich im System ausschalten. Das bedeutet aber auch, dass man selbst den Status anderer Nutzer nicht mehr sehen kann. Sich selbst schützen und andere überprüfen funktioniert also nicht.

Um eventuellen Beziehungsstress zu vermeiden folgender Rat: es gibt noch viele andere Kurznachrichtendienste, die den jeweiligen Onlinestatus nicht ausweisen.

Wenn Mann und Frau also einen Nachrichtendienst benötigen, um zu kommunizieren und keinen Unsicherheiten Raum geben wollen, müssen sie auf einen anderen Dienst ausweichen.

Oder die Alternative wählen: „Was ich nicht weiß – macht mich nicht heiß!“