

## Ein Leben ohne Familie



**Es gibt ein Segment der Gesellschaft, das sich mit der Realität konfrontiert sieht, ein Leben ohne Familie führen zu müssen.** Und alles deutet darauf hin, dass diese Gruppe immer größer wird. Es ist eine neue Familienrealität, die sich auf der ganzen Welt ausbreitet.

**Die Gründe dafür sind vielfältig.** Manchmal handelt es sich um Einzelkinder, die dann keine eigene Familie gründen. So sind sie im Alter dann allein. Manchmal zerstreuen sich die Familien und ihre Mitglieder leben tausende Kilometer voneinander entfernt. In anderen Fällen zwingt Gewalt jemanden dazu, ohne Familie zu leben. Es gibt auch Fälle, in denen Menschen fortgeschrittenen Alters von ihren Verwandten verlassen werden.

*“Das Band, das eine authentische Familie verbindet, ist nicht aus Blut, sondern aus gegenseitigem Respekt und Freude.”  
Richard Bach*

Das Beunruhigende daran ist, dass dies bis vor nicht allzu langer Zeit eine außergewöhnliche Realität war. Doch heutzutage stellt es ein Phänomen dar, das, noch ohne eine Mehrheit zu beschäftigen, einen immer größeren Anteil der Bevölkerung betrifft. Die Zahl der Menschen, die sich gegen eine feste Partnerschaft entscheiden, ist gestiegen und der Anteil der Familien, die nur ein Kind haben, ist ebenfalls größer geworden.

### **Ein Leben ohne Familie macht dich verletzlicher**

Es ist wahr, dass die Familie zu vielen Gelegenheiten idealisiert wird. Aber die Familie stellt niemals einen Raum dar, in dem es keine Konflikte gibt. Wie jedes Paar ist auch eine Familie voller Widersprüche. Sie ist eine kleine menschliche Gesellschaft und in ihr werden gleichzeitig edle Gefühle und negative Leidenschaften gelebt.



**Trotzdem sieht die Realität meist so aus, dass die Verbindungen zwischen den Familienmitgliedern viel stärker sind als diejenigen, die zu Außenstehenden etabliert werden.** Es wird allgemein gesagt, dass "Blut dicker ist als Wasser". Selbst in Familien, in denen man sich nicht gut versteht, sind Blutsbande ein Zeichen der Verbundenheit mit den Verwandten.

**Aus diesem Grund führt ein Leben ohne Familie zu einem Zustand größerer Verletzlichkeit.** Zu anderen Mitgliedern der Gesellschaft besteht keine solche Blutsverwandtschaft, die in extremen Situationen wichtige Unterstützung bietet. Dennoch darf man nicht vergessen, dass die Familie manchmal eine Quelle physischer und psychischer Belastung ist. Wer jedoch eine mehr oder weniger gesunde, funktionierende Familie hat, ist besser vor den Auf und Abs des Lebens geschützt.

### **Einsamkeit als Entscheidung**

Es wird gesagt, dass jeder von uns früher oder später der Einsamkeit begegnen müsse. Entweder weil es niemanden gibt, an den man sich wenden kann oder weil andere nicht die Bereitschaft oder Verfügbarkeit für ein Gespräch mit uns haben. Das ist eine Realität, die mit und ohne Familie auftritt. Wir sollten uns alle emotional darauf vorbereiten.



**Ist es möglich, ohne Familie zu leben und sich emotional gut zu fühlen? Die Antwort ist ja.** Der Mensch ist mit einer unglaublichen Anpassungsfähigkeit ausgestattet, die es ihm ermöglicht, mit allen möglichen Umständen fertigzuwerden. **Das einzig wirklich Wichtige ist, dass dieser Zustand das Resultat einer bewussten Entscheidung ist.** Entweder weil man sich für ein solches freies Leben entschieden hat oder weil sich die Umstände so entwickelt haben und man das für sich akzeptiert hat, ohne seinen Kurs zu ändern.

**Wenn das Leben ohne Familie nicht durch eine selbst gewählte Entscheidung entstanden ist,** kann das zu tiefem Leiden führen. Außerdem fördern solche Situationen Angstzustände und Beklemmungen und können schließlich zu körperlichen Erkrankungen führen. Und sogar zum Tod.

### **Über die Zukunft nachdenken und sich selbst beschützen**

Jeder Mensch sollte sich selbst so gut kennen, dass er beurteilen kann, wie sehr ihn die Tatsache, ohne Familie zu leben, beeinflusst. Manchmal lässt man die Zeit verstreichen, ohne sich dieser Realität von Angesicht zu Angesicht zu stellen. Doch irgendwann kann es dafür zu spät sein.

**Wenn man erkennt, dass das Leben in Gesellschaft für einen sehr wichtig ist, muss man Entscheidungen und Maßnahmen treffen, um dieses zu erreichen.** Denn bereichernde Beziehungen fallen leider nicht vom Himmel. Sie sind ein sicheres Zuhause, das erst im Kopf und im Herzen und dann in der Praxis aufgebaut werden muss. Es gibt heutzutage viele Möglichkeiten, eine Familie zu gründen. Man muss einfach alle Optionen durchgehen und die Beste für einen selbst auswählen.



Wenn man jedoch feststellt, dass dieser Aspekt für einen nicht so grundlegend ist, ist es wichtig, sich darauf vorzubereiten, die Folgen dieser Entscheidung zu tragen. Und auch die Vorteile, die diese hat. Man muss wissen, wie man das Beste daraus macht. **Ohne Familie zu leben heißt nicht, in absoluter Einsamkeit zu versinken.** Es gibt auch Wege, die es uns ermöglichen, zu fühlen, dass alles und jeder unser Zuhause ist.

Die Inhalte von Gedankenwelt dienen ausschließlich zu Informations- und Bildungszwecken. Sie sind kein Ersatz für eine professionelle Diagnose, Beratung oder Behandlung. Wenn Sie Bedenken oder Fragen haben, konsultieren Sie am besten einen Fachmann Ihres Vertrauens.