

Die Apokalyptischen Reiter in der Paarbeziehung:

p

1. Destruktive Kritik, ständiges Nörgeln („Du bist immer/nie ...“, „Jetzt hast Du schon wieder.....“), damit beginnt meist die Abwärtsspirale, im weiteren Prozess treten dann die anderen Reiter auf.
2. Verachtung als Steigerung von 1.! Sarkasmus, Verhöhnern als Ausdruck tiefer Abneigung gehören auch zu diesem Reiter. Beschämen ist oft subtiler, kann aber in die gleiche Richtung zielen.
3. Rechtfertigung als Methode, nichts an sich ranzulassen, wie bei einer Gummiwand prallt alles ab. Evtl. wird auch von vornherein alles abgestritten und sofort zurückgeschossen. („Aber Du hast doch auch.....“)
4. Rückzug/Mauern signalisiert Gleichgültigkeit. „Auf Durchzug stellen“, sich innerlich wegbeamern oder gleich aus dem Zimmer gehen. Minimieren kann eine Vorstufe sein!