



Severins Augen funkeln im Kerzenschein. Ich bin immer noch nervös, dabei ist es bereits unser drittes Date. Insgeheim weiss ich aber, dass es nicht Severin ist, der die Nervosität auslöst, sondern mein Diabetes, der mir im Nacken sitzt. Sags ihm! Flüstert mir der kleine Zuckerteufel zu. Aber was, wenn er nicht damit umgehen kann?

Frisch verliebt zu sein, ist wunderbar. Schmetterlinge fliegen plötzlich zu jeder Jahreszeit, selbst im kältesten Winter. Die rosarote Brille lässt die ganze Welt zuckersüss aussehen, die Sekunden vergehen langsamer, bis man den Schwarm endlich wiedersieht. Der Diabetes ist dabei oft störend, denn einen "einfachen" Zeitpunkt, diesen anzusprechen, wird es kaum geben – den "richtigen" allerdings schon. Und dieser Zeitpunkt ist, wie so oft, sehr individuell. Irgendwo zwischen "Hey, mein Name ist Anna", und "Ja, ich hol die Kinder ab.", muss man die Krankheit ansprechen - aus Fairness gegenüber dem potentiellen Lebensgefährten, und auch einfach, weil es durchs Aufschieben nicht besser wird. Je länger man damit wartet, desto schwieriger wird's – und irgendwann hat man eine Grenze überschritten, nach der das Ansprechen in einen Vertrauensmissbrauch kippen könnte.

Deshalb unser Tipp: Nimm dir Zeit, überlege dir, wie du das Thema ansprechen willst, und dann raus damit, vielleicht beim ersten, vielleicht auch erst beim vierten Date. Lasse deinem Gesprächspartner Zeit, die Information aufzunehmen und zu verarbeiten, sei offen für Fragen und Meinungen. Habe keine Angst, vor der Reaktion – das Diabetesouting ist auch für dich aufschlussreich und zeigt dir, ob dein Gegenüber wirklich in deine Zukunft passt. Schlussendlich geht es in einer potentiellen Beziehung ja auch darum, miteinander zu reden, und das nicht nur über Blümchen und Herzchen. Ist das Thema mal angesprochen, kann sich dadurch ein sehr intimes, vertrauensbasierendes Gespräch entwickeln, dass eure Verbindung auf die nächste Ebene hebt.

Also pack den Zuckerteufel bei den Hörnern, und trau dich, den nächsten Schritt zu wagen. (MF)