

■ Felicitas Barend

Eheberatung in der Erlebnisgesellschaft



Bericht aus der Praxis

Ich arbeite als christliche Eheberaterin in Berlin. Ab und zu werde ich ge-

fragt, was die Paare beschäftigt, die zu einem Gespräch zu mir kommen.

Manche möchten auch wissen, ob es bestimmte Entwicklungen gibt, die

mir auffallen, die einen Trend anzeigen und Beachtung finden sollten.

Drei Aspekte möchte ich an dieser Stelle nennen. Sie können Zeichen der

Zeit sein oder eine Lebenshaltung widerspiegeln, die momentan beson-

ders prägend ist.

Immer weniger Zeit – immer weniger Pflege für die Partnerschaft

In diesem Fall habe ich das Ehepaar P. vor Augen, beide Ende dreißig. Er ist Manager einer großen Firma, sie arbeitet als Lehrerin mit halber Stelle. Sie haben eine siebenjährige Tochter. Der Anlaß für die Anmeldung zur Beratung war folgender: Er hatte in einem Kurzurlaub, den er mit Sportsfreunden unternahm, eine Affäre mit einer anderen Frau. Daher bestand seine Ehefrau nun darauf, daß, wenn ihre Beziehung weiter Bestand haben sollte, beide miteinander eine Paarberatung aufsuchten. Dort sollte geklärt werden, wie es um ihre Ehe tatsächlich stünde (sie war zum zweiten Mal verheiratet). Würde es noch Sinn machen, daß sie zusammenblieben?

Nach mehreren Gesprächen stellte sich heraus, daß die Grundlage ihrer Beziehung bereits seit Jahren auf »dünnem Eis« gebaut war. Haus, Kind und der »Alltagstrott« waren das einzige, was sie noch verband. Durch hohe berufliche Belastungen, ständig wechselnde Wohnsitze im In- und Ausland, Phasen von »Wochenendehe« und somit immer weniger Zeit für das Paar, distanzierten sich beide zunehmend voneinander. Das Klima war von Vorwürfen, Verletzungen und Enttäuschung geprägt. Beide hatten dazu beigetragen. Er war es gewohnt zu dominieren, sie paßte sich mehr und mehr an. Beide waren unglücklich in ihren »Rollen«.

In der Beratung wurde ermittelt, wo die verschütteten Bedürfnisse und Wünsche lagen. Außerdem bemühten wir uns herauszufinden, was seine Außenbeziehung ihm gegeben hatte,

das er in der Ehe vermißte. Darüber hinaus fragten wir uns, wie dieser Vertrauensbruch und die dadurch zugefügten Verletzungen verarbeitet und mühsam verkraftet werden könnten. Vielleicht ergäbe sich ja im besten Fall eine Chance, die für die Ehe genutzt werden könnte?

Beide Partner hatten noch Hoffnung für ihre Beziehung. Doch im Beratungsprozeß stellte sich heraus, daß sie sehr hohe Erwartungen hatten, jeder für sich und beide im Blick aufeinander: Vieles sollte sich ändern! Aber im Alltag waren beide kaum bereit, sich einzubringen und an einem neuen, positiven Verhalten zu arbeiten. Sie hatten zwar im Laufe der Sitzungen erkannt, woher ihre Krise kam. Aber sie waren – wie sich dann im Alltag zeigte – nicht bereit, die vereinbarten und besprochenen neuen Verhaltensmuster einzuüben. Dazu hätten beide ein Stück ihrer Bequemlichkeit aufgeben müssen, um die große Kluft, die inzwischen entstanden war, zu überbrücken.

Das Fazit der Beratungsgespräche war, daß die Ehefrau beschloß, sich von ihrem Mann zu trennen. Beide waren an einer friedlichen Trennungsregelung interessiert und bereit, sich einer Mediation zu unterziehen (Mediation = konfliktdämmendes Verfahren zwischen Kontrahenten; insbesondere die Ehescheidungs-Mediation, ein außergerichtliches Verfahren zur einvernehmlichen und eigenverantwortlichen Regelung von Ehescheidungskonflikten und Folgen der Ehescheidung. Quelle: www.wissen.de). Mehr aber war nicht mehr möglich.

In diesem Fall habe ich ein Paar vorgestellt, wie es mir immer wieder begegnet. Beide Partner haben ihre Beziehung mit hohen Erwartungen begonnen, dann kam der Streß an ver-

schiedenen Stellen und die Zeit für echte Begegnungen wurde immer seltener. Natürlich erlebe ich bei vielen Paaren auch neues Aufblühen, echte Bereitschaft zur Veränderung und Neuanfänge. Aber wenn es um Trends geht: Hier ist einer, der häufig wieder kehrt. Die Partner wollen alles gleichzeitig, doch die Pflege der Beziehung kommt zuletzt (hohe Erwartungen, doch nur geringe Investition). Für eine erfolgreiche Beratung ist es dann oft viel zu spät.

Unausgesprochene Erwartungen – Rückzug und Enttäuschung

Ein anderes Paar (beide Mitte 40) aus dem Berliner Umland. Er bekleidet eine leitende Stellung in der Computerbranche. Sie ist Hausfrau und kümmert sich vorwiegend um die Erziehung der vier Kinder. Die beiden sind seit 20 Jahren miteinander verheiratet und engagieren sich sehr in einer Kirchengemeinde. Bereits seit 15 Jahren sind die Partner immer wieder voneinander enttäuscht, verletzt und gekränkt worden. Jeder fühlt sich einsam. Die Ehefrau sieht sich außerdem überfordert und bei der Erziehung der Kinder von ihrem Mann im Stich gelassen. Er ist ebenfalls frustriert, vermißt ihre Zuwendung und beklagt, daß sie sich ihm sexuell entzieht. Frau X hat sich mit ihren Kindern arrangiert, er mit seinem Beruf, in dem er sehr erfolgreich ist.

Das Paar kommt zu mir in die Beratung, als sich ihnen eine zusätzliche Herausforderung stellt: Sie müssen sich um die Versorgung seiner plötzlich pflegebedürftigen Eltern kümmern.



Es wird sofort deutlich, wie stark beide unter der jahrelangen Last ihrer Probleme leiden: Sie wirken leer, müde, grau und völlig deprimiert. Die Sorge, wie es nun weitergehen soll, belastet sie sehr.

Schnell stellt sich heraus, daß weder Herr X noch seine Frau es gewohnt sind, offen und klar über ihre Wünsche und Bedürfnisse zu sprechen. Beide sind der festen Überzeugung (wie so viele Paare), daß der andere genau wissen müßte, was er / sie sich wünscht. Nach vielen Ehejahren sei das doch selbstverständlich. Leider ist das aber nicht der Fall. Und so haben sich beide mehr und mehr voneinander zurückgezogen. Offene, wertschätzende Gespräche hat es in ihrer Ehe kaum gegeben. Statt dessen kam es immer häufiger zu gegenseitigen Vorwürfen. Nur sehr vage und zurückhaltend deuten sie an, was er oder sie sich von Herzen wünscht.

Diese und andere Defizite wurden in der

VIELE MENSCHEN MEIDEN DAS RECHTZEITIGE UND ANGEMESSENE AUSTRAGEN VON KONFLIKTEN IN DER PARTNERSCHAFT. SIE HOFFEN, DASS SICH IHRE PROBLEME MIT DER ZEIT VON ALLEINE LÖSEN

Beratung deutlich. Jeder der beiden hatte den Freiraum, im Paargespräch über sich und seine Enttäuschung zu sprechen. Allmählich wurden Herr und Frau X offener. Sie begannen, ihr eigenes Fehlverhalten zu erkennen, es zu akzeptieren und neue Verhaltensmuster einzuüben.

Im Rückblick läßt sich erkennen, daß es für dieses Paar schon vor Jahren notwendig gewesen wäre, eine Beratung aufzusuchen. Doch bisher schien ihnen die Hürde zu groß, fachliche Hilfe in Anspruch zu nehmen. Hätten sie früher etwas mehr Mut gehabt, so wäre das jahrelange Leiden der beiden eventuell verkürzt worden. Das gilt leider für sehr viele Paare!

Es gibt nichts Selbstverständliches in einer Beziehung. Schweigen, nicht miteinander sprechen, und statt dessen Großartiges vom Partner erwarten, kann nur schief gehen. Erst wenn beide Partner beginnen, offener und deutlicher als zuvor auszusprechen, was sie so lange schon belastet und wie ihre jeweiligen Wünsche dem anderen gegenüber aussehen, wächst langsam das gegenseitige Verständnis und die Wertschätzung.

Auch das ist ein Trend unserer Zeit: Viele haben es nie gelernt oder vernachlässigen es, miteinander offen zu kommunizieren. Die Gründe dafür sind vielfältig. Zeit ist Geld, so lautet oft das Motto. Daß dabei Beziehung, Liebe und Wärme verlorengehen, wird vielen erst sehr spät bewußt. Doch in diesem Falle war es, Gott sei Dank, noch nicht zu spät.

Familiäre Dreiecksbeziehung – das eheliche Eis wird dünn

Ein Paar im Ruhestand war zur Beratung erschienen. Die Eheleute hatten Schwierigkeiten, sich von ihrem längst erwachsenen Sohn, der immer noch in ihrem Haus wohnte, zu lösen. Die Probleme ihres Kindes, die u. a. mit seinem Erwachsenwerden zu tun hatten, waren das beherrschende Thema des Paares. Durch die sogenannte Dreiecksbeziehung »Vater – Mutter – Sohn« war die Liebesebene des Paares selbst untergegangen. Sie waren so sehr auf ihren Sohn fixiert, daß sie einander aus dem Blick verloren hatten. Daher gab es fast keine schönen, »positiven« Zeiten der Begegnung.

In den Sitzungen überlegten wir miteinander, wie das Paar es schaffen könnte, sich von ihrem Sohn abzunabeln und sich einander wieder neu zuzuwenden. Dieses Thema war und ist eine große Herausforderung für die Eheleute. Es mußte und sollte ihnen deutlich werden: Um Beziehung in einer Partnerschaft weiter zu entwickeln, müssen lebensgeschichtlich notwendige Trennungen vollzogen werden – ansonsten kippt die Partnerschaft.

Soweit die drei Fälle aus der Beratungsarbeit. Alle sind typisch, denn sie kehren immer wieder. Außerdem zeigen sie ein Grundproblem unserer Zeit: Viele Menschen meiden das rechtzeitige und angemessene Austragen von Konflikten in der Partnerschaft. Sie hoffen, daß sich ihre Probleme mit der Zeit von alleine lösen. Oder sie »holen« sich das, was sie in ihrer Ehe vermissen, in außerehelichen Beziehungen. Trotzdem wünschen sie sich, daß ihre eigene Beziehung erhalten bleibt. Sie möchten alles besitzen, ohne dabei etwas zu verlieren. Daß bei solchen Zerreißproben für alle Beteiligten Lebensqualität verloren geht, wird vielen oft zu spät bewußt. Es ist die »Erlebnisgesellschaft«, die hier zum Vorschein kommt. Sie begegnet uns überall, auch in der Beratungsarbeit.

Natürlich gibt es immer wieder Menschen, die Veränderungsschritte für sich ablehnen. Ihnen erscheinen die damit verbundenen Ängste und Anstrengungen zu groß. Doch niemand wird in der Beratung gezwungen, sich zu ändern. Jeder kann selbst entscheiden. Auch solche Erfahrungen gehören zum Beratungsalltag dazu.

Spannend ist für mich immer wieder, wie Frauen und Männer, Paare oder Einzelne, Entwicklungsschritte machen. Wie die lang verschüttete Liebe eines Paares wieder aufblüht und Partner merken, daß es sich lohnt, an der Ehe zu arbeiten.

Mein Glaube hilft mir in der Beratungsarbeit, Menschen mit Gottes Augen zu sehen und auf seine Hilfe zu vertrauen. 