

EFB-aktuell 2016/02:

„Paare im Liebes-Check“

Susanne Beley, Dipl. Sozialpädagogin, Paar-Lebens- und Familienberaterin
Mitarbeiterin der Erziehungs- und Familienberatungsstelle des Naemi-Wilke-Stift Guben

Stellen Sie sich vor: Sie fahren in Ihrem Auto zur Arbeit oder zum Einkauf. Plötzlich stottert der Motor, der Wagen bleibt stehen. Sie schauen auf's Armaturenbrett. Der Anzeiger sagt: der Tank ist leer, es ist kein Kraftstoff mehr da. Würden Sie sich dann von Ihrem Auto trennen?

Vermutlich passiert so eine Panne vielen Autofahrern nicht – oder höchst selten. Denn sie wissen: Sorge ich rechtzeitig vor und fülle den Tank auf, bekomme ich keinen Ärger. Das ist nachvollziehbar.

Was für Ihren Wagen gilt, trifft auch auf die Liebe zu. Ohne regelmäßige Pflege läuft da nichts. Die Beziehung trocknet aus, oder stirbt ab.

Eltern, die in unserer Beratungsstelle eine Paarberatung in Anspruch nehmen, wollen ihr „Auto“ nicht auf der Straße stehen lassen, weil es tuckert. Sie wollen sich nicht voneinander trennen. Aber die meisten wissen nicht, wie der Liebes-Motor wieder zum „Laufen“ gebracht werden kann. Eine Paarberatung kann da sehr hilfreich sein. Nicht nur für das Paar selbst – sondern auch für die Kinder, die mit ihnen zusammen leben. Voraussetzung ist natürlich, dass beide ein Interesse daran haben, für ihre Beziehung etwas zu tun.

In einem ersten Kennenlern-Gespräch berichten sie dann, dass es ständig Streit zwischen ihnen gibt, weil:

- wichtige Wünsche eines Partners nicht mehr angesprochen oder erfüllt werden
- einer oder beide Partner sich häufig kritisieren
- eine oder beide Partner sich unverstanden fühlen
- Ziele oder Pläne für die Zukunft weit auseinander gehen
- die Partner zu unterschiedliche Ansichten bezüglich der Kindererziehung vertreten
- es kaum noch gemeinsame Interessen gibt
- es in der Beziehung an Intimität, Nähe und Vertrauen mangelt
- einer der beiden (oder beide) eine Außenbeziehung eingegangen ist

In der gemeinsamen Arbeit versuche ich als Beraterin gemeinsam mit dem Paar heraus zu finden, was mit dem „Liebes-Motor“ in den vergangenen Jahren geschehen ist. Früher, zu Beginn ihrer Beziehung, waren sie ja glücklich miteinander. Sie waren verliebt, waren begeistert voneinander und schenkten sich jede Menge Liebe, Zeit und Respekt. Der „Liebes-Motor“ lief hervorragend.

Heute schauen sie sich nur noch selten an – und wenn, dann eher gekränkt und vorwurfsvoll. Sie tun einander weh, mit Worten, Gesten und Taten. Ihre Seelen sind verwundet. Wunden, die nur mühsam heilen – manchmal auch gar nicht. Am Ende fragen sich beide: Was ist mit der Liebe und dem Respekt von einst passiert? Weshalb ist es so schwer, die Liebe im Alltag, zwischen beruflichen Verpflichtungen und Kindererziehung, zu pflegen?

Unser Auto bringen wir regelmäßig zu Check – und was machen wir mit der Beziehung zu einem der wichtigsten Menschen in unserem Leben?

Verallgemeinernd kann man sagen: Liebe und Kommunikation verkümmern, wenn wir uns nicht regelmäßig dafür Zeit nehmen. Dabei geht es nicht darum, sich jede Woche zu einem romantischen Abendessen zu verabreden oder jede freie Minute mit dem Partner zu verbringen. Solche aufwendigen Gesten sind im Alltag kaum umzusetzen.

Vielmehr geht es darum – und das üben Paare in der Beratung – den Partner wieder in den Blick zu nehmen. Ihre/seine Wünsche zu verstehen, ihre/seine Verletzungen wahrzunehmen, neu zuhören, miteinander verhandeln und wieder miteinander reden zu lernen. Eine gelingende Kommunikation ist letztlich der Motor, der die Liebe zwischen zwei Menschen wieder zum Laufen bringen kann.

Am Ende ihrer Paarberatung berichten viele Eltern, dass nicht nur die Partnerschaft, sondern das Familienleben insgesamt harmonischer geworden ist. Sie erleben, dass auch die Kinder unbeschwerter und fröhlicher sind, wenn ihre Eltern wieder liebevoll miteinander umgehen.

Was müssen Paare also tun, um ihre Liebe wieder zu finden? Nun, Sie sollten ihre Beziehung zum „Liebes-Check“ in unserer Beratungsstelle anmelden. Unter der **Tel.Nr. 035601-403 219** sind wir für Sie erreichbar.