

Am Anfang ist Beziehung

Paarkompetenzen kann man lernen

Oft wird die Familie als belastend erlebt. Erwachsene müssen einander Erwartungen und Ansprüche erfüllen, Rücksichten nehmen, zu denen sie manchmal gar nicht in der Lage sind. Zudem erleben sie dort Streit und Auseinandersetzungen. Die eigene Familie kann viel Kraft kosten, ganz abgesehen davon, dass gesellschaftliche, soziale und wirtschaftliche Einflüsse gerade der Arbeitswelt auf die Familien stärker einwirken als je zuvor. Dabei fühlen sich Frauen oft stärker

belastet als Männer. In diesem Zusammenhang sind Konflikte besonders häufig und wirken sich störend auf die Partnerschaft aus, was nicht selten zu ihrer Auflösung führt. Solche Konflikte können, wenn sie lange andauern, zu Verhaltens- und Persönlichkeitsstörungen, ja zu psychischen oder psychosomatischen Erkrankungen führen.

So ist verständlich, wenn Margrit Wolf sagt: «Wir haben immer mehr Klienten, die uns direkt von Ärzten überwiesen werden.» Mit «uns» meint sie die Interkonnessionelle Eheberatungsstelle in Baden (IEB), die 1973 vom reformierten Pfarrer Markus Sager gegründet und seither kontinuier-

lich ausgebaut wurde, ideell und finanziell getragen von 15 katholischen und acht reformierten Kirchgemeinden sowie der christkatholischen Kirchgemeinde im Kanton Aargau. Zusammen mit ihrem Kollegen Heinz Bernegger teilt sie die Stellenverantwortung; beide sind als Fachpsychologen für Psychotherapie FSP gut ausgebildet, um psychische Probleme zu beurteilen und Einzelpersonen, Ehepaaren wie Familien je nach Bedarf Beratung oder Therapie anzubieten.

Mit der Juristin Nathalie Gadola steht über dies

eine Mediatorin zur Verfügung, die durch Trennung und Scheidung begleitet. Das Honorar bei den Therapeuten wird den wirtschaftlichen Möglichkeiten der Klienten angepasst. Dies soll Betroffene motivieren, früher Hilfe aufzusuchen und nicht erst, wenn «das Haus der Liebe schon brennt». Die solidarische Haltung der Trägerschaft macht dies möglich.

Mit welchen Problemen kommen die Menschen nun zur IEB? Hier seien nur einige der häufigsten Konflikte genannt: Die Partner haben sich auseinander gelebt und können nicht mehr miteinander reden, einer will alles allein

bestimmen, Untreue, Übertragungsprobleme aus der Kindheitsgeschichte, unterschiedliche Entwicklungen der Partner, Schwierigkeiten bei Nähe und Distanz, im Geben und Nehmen, die Ankunft des ersten Kindes, das Leben nach der Pensionierung, Sinn- und Beziehungskrisen, Trennungsabsichten.

Für Margrit Wolf stellen sich dem Menschen drei fundamentale Lebensaufgaben: Beruf, Liebe und Freundschaft/Gemeinschaft. Für alle drei Lebensfelder gilt die Aussage, dass am Anfang die Beziehung steht, die heute stark vom Postulat der Gleichwertigkeit der Beteiligten und dem Interesse füreinander bestimmt wird. Wenn Beziehungen krank machen können, so gilt auch dessen Gegenteil: Beziehungen können den Menschen heilen. Dazu gehört auch die Beziehung zu sich selbst. Deshalb ist Margrit Wolfs Ausgangsfrage zumeist: Wie kann ich dazu beitragen, dass die Ratsuchenden in Kontakt zu ihren inneren Kräften kommen? Was liegt unter dem Schutt von Alltagstrott, Entfremdung und Streit in einer Partnerbeziehung verborgen und könnte allenfalls hervorgeholt werden?

Das Ziel in Beratung und Therapie sieht Margrit Wolf im Suchen und Finden einer Beziehungsform, die den Neigungen und Eigenschaften der Partner möglichst optimal entspricht, was aber nur in Solidarität und Verantwortung dem Partner, der Familie und der Gemeinschaft gegenüber gelingt. Ganz wesentlich hängt das Geschick einer Partnerschaft aber auch von Kompetenzen ab, die trainiert und ausgebildet werden können: sich Zeit füreinander nehmen, gut miteinander kommunizieren, sich gegenseitig achten, Alltagsprobleme befriedigend lösen. «Wir müssen die Liebe pflegen, ihr Sorge tragen und wissen, wie wir dies tun können.»

Thomas Schnelling

Eheberatungsstellen im Kanton Aargau:

www.paarberatung-aargau.ch



Foto: Reinhard Wolf

Margrit Wolf: «Mich einfühlen in den anderen, das bedeutet: Mich in seine Schuhe stellen, mit seinen Ohren hören und seinen Augen sehen.»

Interkonnessionelle Eheberatungsstelle Baden (IEB)

Zürcherstrasse 27, 5400 Baden
T 056 222 44 80
kontakt@ieb-baden.ch
www.ieb-baden.ch

Für Mitglieder einer der Landeskirchen sind die ersten zwei Gespräche mit Margrit Wolf oder Heinz Bernegger gratis.