

Das Glück zu zweit

Eine glückliche Beziehung, möglichst ein Leben lang, wer von uns wünscht sich das nicht? Die Interkonneffionelle Eheberatung Baden (IEB) bietet kompetente Beratung für Paare an, welche Unterstützung für die Überwindung ihrer Partnerschaftsprobleme suchen.

Der Dalai Lama wurde einmal gefragt, was das Ziel des Lebens sei. Darauf antwortete er mit nur einem Wort: «Happiness-Glück». Die meisten Menschen wünschen sich eine lebenslange, glückliche Partnerschaft und sehnen sich nach Nähe, Geborgenheit und beständiger Liebe. Durch die Anforderungen des Alltags kann die Liebe stark belastet werden und mit der Zeit sogar ganz verschwinden, unabhängig davon, wie stark sie zu Beginn einer Beziehung war. Die Liebe zwischen zwei Menschen kann verglichen werden mit einer Pflanze, die gehegt und gepflegt werden will, damit sie gedeihen und wachsen kann. Ein Beispiel aus der Beratungspraxis der IEB soll diese Aussage illustrieren (inhaltliche Angaben zu den Personen wurden aus Datenschutzgründen leicht abgeändert): Frau M. meldete sich telefonisch an der IEB und erzählte stotternd und immer wieder durch Tränen unterbrochen, sie habe herausgefunden, dass ihr Mann sie betrüge. Für sie zentrale Werte wie Familie, Kinder, das Füreinander da sein, seien damit aufs Größte verletzt worden und sie wisse nicht, wie es mit ihr und der Beziehung weitergehen könne. Herr M., mit dieser Entdeckung konfrontiert, konnte für eine Paarberatung



Heinz Bernegger und Margrit Wolf

gewonnen werden, da beiden an einer Weiterführung der Ehe viel gelegen war. In der gemeinsamen Arbeit kristallisierte sich heraus, dass sich nach der Geburt der beiden Kinder die Beziehung stark verändert hatte. Sämtliche Gespräche und Aktivitäten bewegten sich nur noch rund um die Kinder. Das Familienleben bot viele schöne Erlebnisse, jedoch blieb das, was sie als Paar verbunden hatte, im Laufe der Zeit auf der Strecke. Herr M. gab in einer der Sitzungen an, dass er sich in der Ausenbeziehung wieder freier und vor allem begehrt gefühlt hatte. Zentrales Thema der Gespräche war, wie es ihnen als Paar gelingen kann, ihre Beziehung lebendig zu halten und sich Freiräume für die Zeit zu zweit zu schaffen. So vereinbarten sie beispielsweise, sich fix in ihrem Wochenplan eine Zeit nur für sie beide zu reservieren, um gemeinsam etwas zu unternehmen. Nach

insgesamt acht Sitzungen konnte die Beratung erfolgreich abgeschlossen werden. Eine Krise in einer Beziehung ist immer auch ein Hinweis darauf, welche Wünsche und Bedürfnisse nicht gelebt oder angesprochen werden können und ist als solche eine Chance für Veränderung, sofern beide Seiten gewillt sind, daran zu arbeiten. So vielfältig die Ursachen für Partnerschaftsprobleme sind, so vielfältig und individuell sind auch mögliche Wege aus der Krise. An der IEB ist es uns ein grosses Anliegen, fachlich kompetente Beratungen in einer wohlwollenden Atmosphäre anzubieten, in der alle Gedanken und Gefühle zur Sprache kommen können. Nicht immer gelingt es, dass die Paare sich wieder näher kommen und zusammen bleiben. In solchen Fällen bietet die IEB eine Trennungs- oder Scheidungsmediation an, welche hilft eine für alle

Seiten einvernehmliche Lösung zu finden.

Informationen zur IEB

Die IEB besteht seit nunmehr 37 Jahren und hat sich in all diesen Jahren zum Ziel gesetzt, Menschen mit Schwierigkeiten in der Partnerschaft oder der Familie kompetent und neutral zu beraten und zu unterstützen. Dadurch ist sie zu einer wichtigen Institution im Raum Baden geworden, welche professionelle Hilfe zu einem günstigen einkommensabhängigen Tarif anbietet. Die IEB ist als Verein organisiert und wird von verschiedenen Kirchengemeinden des Bezirks Baden (römisch-katholisch, christ-katholisch und reformiert) finanziell getragen. Psychotherapeutisch wird die Stelle in Ko-Leitung von Frau lic. phil. Margrit Wolf und Herrn lic. phil. Heinz Bernegger, beides Fachpsychologen für Psychotherapie FSP, geführt. Trennungs- und Scheidungsmediationen sowie Rechtsberatungen werden von Frau Lic. jur. Nathalie Gadola-Dürler, Familienmediatorin SVM angeboten. Weitere Informationen über die IEB, das Angebot und die Tarife können der Homepage www.ieb-baden.ch entnommen werden, ebenfalls besteht die Möglichkeit einer telefonischen Kontaktaufnahme über Telefon 056 222 44 80. ●

Anlässlich des 5. Elternbildungstages der Region Baden vom 26. März 2011 führen wir einen Workshop mit dem Thema «Die Kunst miteinander als Paar zu kommunizieren» durch und würden uns freuen, möglichst viele Paare begrüssen zu dürfen.