

Na, wie steht es denn um Ihre Partnerschaft? Ich hoffe nicht, dass Sie die „stade“ Zeit, bekannt ja als die kritischste für die Liebe, mit Streiten verbracht haben. Denn leider ist es ja so, dass eine Banalität als Auslöser plötzlich, dass man schon seit langem in einer tiefen Ehekrise steckt. Es geht meist nicht um den vordergründigen Streitpunkt, sondern um dahinterliegende Motive, die in solchen Machtkämpfen sichtbar werden. Probleme, die es länger schon gibt, brechen aufgrund der emotionalen Grundstimmung plötzlich heraus.



Paarberater Peter C. Ecker

Zuhörer und Aufklärer – der Paarberater

Es besteht Hoffnung!

Aber oft geht es ja nicht um die Trennung, es ist die Unzufriedenheit und unzählige kleine Merkmale an denen man im Alltag spüren könne, dass etwas nicht stimmt. „Männer behaupten oft, sie würden aus heiterem Himmel getroffen, das stimmt nicht.“ Aus Eckers Sicht besteht sein Part meist darin, den Paaren klar zu machen, wo sie jetzt stehen und wohin ihr „gemeinsamer Weg“ gehen kann. Der geeignetste Zeitpunkt für eine Paarberatung ist am besten nach einigen gemeinsamen Jahren sozusagen als Wartung, wie sie es von ihrem Auto kennen. Je länger Zwei sich gegenseitig verletzen, je länger sie ungelöste und unausgesprochene Probleme vor sich hertragen, je länger sie nicht konstruktiv miteinander sprechen, je länger Enttäuschungen und Vertrauensverlust die Beziehung unterwandern, desto schwieriger wird es, die Beziehung zu retten. „Wenn Sie einem Hochzeitspaar ein sinnvolles Geschenk machen wollen, schenken sie ihm eine gute Paarberatung, damit es gut vorbereitet den Sprung von Wolke 7 in den Alltag schafft.“

Was nun?

Es gab ja auch schöne Momente, vielleicht sind ja auch Kinder mit im Spiel. Wenn man nicht gleich alles über Bord werfen will, kann eine Paarberatung helfen. Sie kann helfen, eine Trennung zu vermeiden und die Beziehung zu retten. Oder auch, um sich „anständig“ zu trennen. Voraussetzung im ersteren Fall ist natürlich, dass beide Partner den Wunsch haben, etwas für die Rettung ihrer Beziehung zu tun. „Eigentlich ist es gerade die Zeit, die man sich füreinander nimmt, die zentrale Säule einer glücklichen Partnerschaft“, so Paarberater Peter Ecker. Denn sich Zeit für einander zu nehmen ist aus seiner Sicht der entscheidende Punkt. Klappt dann noch die Kommunikation und Sexualität, ist das für viele Jahre gute Partnerschaft bereits eine Garantie.

Die kritischen 40er Jahre

Meist trifft die Krise um die 40 ein. Die Kinder sind oft aus dem Haus, dass „gerade die Frauen in diesem Alter ihre sexuell aktivste Zeit haben, erkennen Männer gar nicht oder können nicht damit umgehen.“ Männer haben oft in der Sexualität ihren Ablaufplan. Was für sie funktioniert, wird ungern geändert. Und die Frauen stellen sich dann oft die berühmte Frage: „War das alles?“ Für Ecker lassen sich die beiden Geschlechter in ein einfaches Schema bringen. Eigentlich sei alles ganz einfach: Zwei Individuen, zwei „Ichs“ treffen sich und werden ein Paar. Sie bekommen Kinder, gründen eine Familie, oft trete dann die Zeit des Paar-Seins und des Ich-Seins in den Hintergrund. Zwischen Beruf und Familie bleibe keine Zeit der Kommunikation und Zärtlichkeit für einander. Sind die Kinder dann aus dem Größten heraus, tritt oft das „Ich“ wieder in den Vordergrund. Das Paar sein wurde ja nicht mehr gelebt. Paare, die versäumt haben, sich Auszeiten zu gönnen, etwas „nur als Paar zu unternehmen“, den eigenen Freundeskreis aufgegeben haben, seien dann stark gefährdet. Schon heute sind fast 50 % aller Paare über 40 Jahren von einem Seitensprung offen oder versteckt belastet. Männer fühlten sich oft wohl in ihrem Trott, Frauen jedoch brauchten Veränderung. Hinzu komme, dass manche Männer immer noch in ihrer dominanten Rolle verharren „schon lange aber keine Löwen mehr herumlaufen“, und Frauen sich auch trennen ohne Hängematte. „Sie sind mutiger geworden, können sich selbst ernähren.“ Dies sei auch statistisch zu belegen, dass sich von 10 Männern, die fremdgehen, nur einer trennt, von 10 Frauen sind es 5 bis 6. „Wenn sie erkennen, dass in der Partnerschaft keine Liebe mehr zu erwarten ist, dann ist die Entscheidung meist unwiderruflich.“ Hier kann die Paarberatung aber entscheidend helfen, verstaubte oder verschüttete Liebe wieder entfachen und somit an den individuellen Ressourcen des Paares ansetzen.

Wenn sich das „Wir“ in „Du“ und „Ich“ aufspaltet

„Zu 90 Prozent kommen beide Partner“, so Ecker, viele scheuten auch eine Strecke von bis zu 80 Kilometern nicht. Da er keine Praxis hat, gibt es auch kein Wartezimmer. Die für 90 Minuten angesetzten Gespräche finden in ganz „normaler“ Atmosphäre statt. Tisch, Stühle oder auch eine Couch mit Kissen, jeder kann ganz nach seinem Gusto Platz nehmen. „Wichtig ist, es geht nicht darum, etwas auf Biegen und Brechen zusammen zu halten. Ich treffe auch nicht die Entscheidung, wer recht hat oder schuld ist.“ Zwei Drittel bleiben nach der Beratung zusammen und die Beziehung verbessert sich nachhaltig, ein Drittel trennt sich. „Meine Paare trennen sich anders, meist dann nicht auf die brutale Art. Die Schmerzhaftigkeit der Trennung nimmt ab.“ Hier gelte es für den verlassenen Partner, das „Warum“ zu verstehen, dann kann er es auch anders verarbeiten.



derpaarberater

Peter C. Ecker, zertifizierter Paarberater (TMI)
Dorfener Str. 18/2. Stock
85435 Erding (gegenüber Kino)
Tel. 08122/1 80 95 73
email: ecker@derpaarberater.de
www.derpaarberater.de