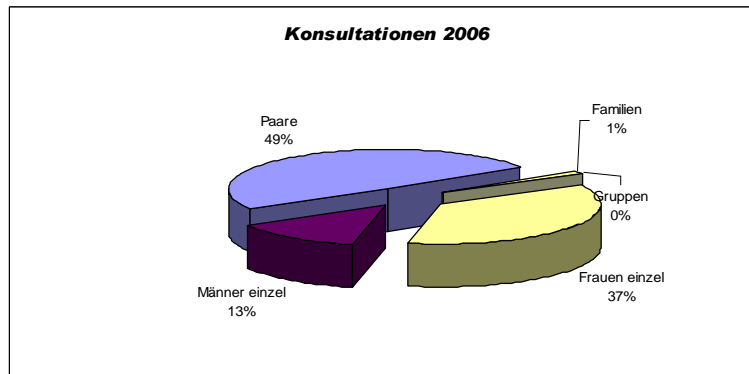


Jahresbericht 2006 Beratungsstelle Ehe · Partnerschaft · Familie Oberaargau



Der Blick auf die Konsultationen zeigt im Vergleich zum Vorjahr einen leichten Rückgang der Konsultationsstunden 965 (2005: 1003). Der Anteil Paare, die sich bei uns beraten liessen, war 49% (2005: 48%). Männer waren es 13% (2005: 12%), der Anteil der Frauen betrug 37% (2005: 38%), Beratungen von Familien 1% (2005: 2%).

50% (2005: 57%) der Ratsuchenden sind zwischen 30 und 45 Jahre, 8% (2005: 8%) sind jünger als 30 Jahre und 42% (2005: 35%) sind über 45 Jahre alt. 63,5% (2005: 65,9%) aller Klienten gehören der reformierten Kirche an, 23% (2005: 20,5%) sind katholisch, 13,5% (2005: 13,6%) geben keine Konfession an, sind Mitglieder von Freikirchen oder von anderen Religionsgemeinschaften. Ein hoher Anteil der Ratsuchenden gelangt aufgrund der Werbung im Amtsanzeiger, andere durch Empfehlung von Bekannten oder zuweisenden Stellen (Sozialdienste, Hausärzte) oder über den Eintrag im Telefonbuch an unsere Beratungsstelle.

Neben der Beratungstätigkeit fanden folgende Veranstaltungen statt:

- Paarkurs in Langenthal, 3 Abende (Stefanie Petermann/Bernard Kaufmann)
- Verschiedene Artikel in der BZ, Bund und UFA-Revue zu Paar- und Familienproblemen in der Landwirtschaft (Bernard Kaufmann)
- Auswirkungen des Strukturwandels in der Landwirtschaft für die bäuerlichen Familien und die Beratungsarbeit, Weiterbildung in Bern
- Umgang mit Trennung und Scheidung in der Therapie, Weiterbildung in Bern
- Teilnahme an der Regionalkonferenz Emmental-Oberaargau in Rüegsau
- Sexualität im Lebenslauf, Weiterbildung an der Uni Freiburg
- Neues Scheidungsrecht, Weiterbildungsnachmittag in Bern
- Einsatz von Medikamenten bei Depressionen in Bern, Weiterbildung

Bernard Kaufmann
Stefanie Petermann Wittwer

Trennung – eine Möglichkeit zusammen zu finden?

Lasst Raum zwischen euch.
Und lasst die Winde des Himmels zwischen
euch tanzen.
Liebt einander, aber macht die Liebe nicht
zur Fessel:
Lasst sie eher ein wogendes Meer zwischen
den Ufern eurer Seelen sein.
Khalil Gibran

Wer heiratet, sagt ja ohne Einschränkung und stellt sich vor: „Wir wollen von nun an unseren Weg gemeinsam gehen.“ In der Liturgie der reformierten und der katholischen Kirche heisst es: „Ich verspreche dir die Treue zu halten in guten und in bösen Tagen, in Gesundheit und in Krankheit, bis der Tod uns scheidet.“ Auch wenn diese Formulierung nicht mehr so gewählt wird und veraltet klingt, die meisten Paare heiraten für den Rest ihres Lebens und mit guter Absicht. Auch wenn uns die Trennungs- und Scheidungsstatistiken ein anderes Bild vermitteln. Auf 100 geschlossene Ehen wurden 2006 über 40 wieder geschieden. Unsere Arbeit als Paarberaterinnen und Paarberater besteht oft darin, mit den Ratsuchenden nach neuen Möglichkeiten zu suchen, den gemeinsamen Weg, der mühsam und steinig geworden ist, wieder zu finden.

Die Ehepaare, die sich bei uns melden, haben sich alle vor Jahren das Versprechen gegeben, zusammen zu bleiben und stets miteinander durch Freud und Leid zu gehen. Viele suchen Hilfe, um ihre Beziehung zu stärken und zu beleben. Andere sprechen in dieser Situation den Wunsch aus, mindestens eine Zeit lang ihren eigenen Weg gehen zu können. Sie sehen zum gegenwärtigen Zeitpunkt keinen Sinn mehr, zusammen zu bleiben. Es fehlt ihnen die Energie, wieder in ihre Beziehung zu „investieren“.

Es tönt dann manchmal so:

- Ich weiss nicht, ob ich meinen Partner noch liebe
- Wir mögen uns zwar, aber wir streiten ständig
- Mir fehlt das nötige Vertrauen
- Mein Mann erdrückt mich mit seinen Wünschen
- Ich brauche Zeit, um wieder etwas zu mir zu kommen
- Es hat keinen Wert, wir drehen uns im Kreis

Das sind einige Aussagen von Ratsuchenden. Es wäre einfach, pauschal zu urteilen und zu sagen: „Diese Menschen machen es sich zu einfach. Sie wollen den bequemsten Weg gehen.“ Es sind schwierige Situationen. Da ist der Druck von innen: „Nimm dich zusammen! Was sagen die Leute? Du musst Rücksicht nehmen wegen der Kinder. Meine Eltern werden mich verstossen.“ Oder der Druck von aussen: „Du kannst doch deine Frau nicht „hocken“ lassen, das kannst du ihr nicht antun.“

An dieser Stelle, besonders bei Paaren wo noch ein ernsthaftes Interesse an der Beziehung besteht, sollte auch über die Möglichkeit einer Trennung nachgedacht werden. Wenn die Kraft nicht mehr reicht und die Bereitschaft nicht mehr vorhanden ist an der Beziehung zu „arbeiten“. Wollen wir uns nicht eine „Beziehungspause“ gönnen?

Viele äussern dann grosse Ängste: „Wenn es zur Trennung kommt, wenn du das von mir verlangst, dann können wir uns gerade so gut scheiden lassen.“ Mir kommt dann in diesem Zusammenhang der Ausdruck time-out in den Sinn. Ein Fremdwort aus dem Wettkampfsport. Ein Unterbruch der im Sport (Handball, Volleyball, Eishockey) dem Trainer die Möglichkeit gibt, seine Spieler aus dem Geschehen zu „nehmen“ und ihnen in einem kurzen Gespräch taktische Anweisungen zu geben.

In einer langjährigen Beziehung haben sich feste Muster gebildet. Sie sind schwierig zu erkennen und oft noch schwieriger zu verändern. Die Trennung als Besinnungspause, als Unterbruch gedacht, kann helfen eingeschliffene Muster bewusst zu machen und zu

korrigieren. Gerade bei Paaren, die hohe Erwartungen an die Beziehung stellen und damit den Partner oder die Partnerin überfordern, kann eine Trennungssituation sogar heilsam sein. „Ich habe gemerkt, dass ich meine Frau eigentlich so liebe, wie sie ist und ich kein Recht habe sie verändern zu wollen.“

Die Befürchtung, dass die Beziehung unweigerlich scheitert, wenn eine Trennung stattfindet, ist nicht ganz unbegründet. Es braucht von beiden Seiten die Bereitschaft die Form der Trennungssituation zu besprechen und genau fest zu legen. Es ist nicht selten die Angst alleine zu sein und diese Situation nicht zu ertragen. Es ist die Befürchtung den Partner oder die Partnerin an jemand anderen zu verlieren. Festhalten fällt uns leichter als loslassen. Jemanden „gehen lassen“ den man liebt, ist ein hartes Stück Arbeit. Immer wieder mache ich die Erfahrung, dass es sich lohnt. Die Situation wird klarer, neue Möglichkeiten tun sich auf, manchmal auch unerwartete. Das Paar Hans und Barbara ist ein gutes Beispiel dafür, was das Wagnis einer Trennung bewirken kann. Die Schwierigkeit, die vielen zu schaffen macht, ist die Angst davor ein Risiko einzugehen. Man hält lieber fest, was man hat, auch wenn es ganz schwierig geworden ist.

Hans und Barbara

Hans (41) und Barbara (38) sind seit 16 Jahren verheiratet, haben drei Kinder, eine 14-jährige Eva, einen 12-jährigen Jan und eine 7-jährige Claudia. Hans ist als Computerfachmann stark absolviert, geht morgens um 7 Uhr aus dem Haus und kommt abends meist nicht vor 18 Uhr nach Hause. Er ist gerne daheim, spielt einmal in der Woche Volleyball und geht hin und wieder mit einigen Kollegen vom SAC an einem Wochenende in die Berge. In der übrig bleibenden Freizeit ist Hans gerne mit seiner Familie, macht Wanderungen mit seiner Frau und den Kindern. Ab und zu kocht er gern und lädt ein befreundetes Ehepaar ein. Er bezeichnet seinen Alltag und sein Leben als zufrieden stellend, ganz im Gegensatz zu Barbara, die sich mit dem wenigen nicht mehr begnügen will.

Barbara ist hauptsächlich in der Familie beschäftigt. Sie bezeichnet sich selber als Familienfrau, besorgt den Haushalt und freut sich mit der ganzen Familie etwas Interessantes zu unternehmen. Seit einiger Zeit ist Barbara mit sich und ihrem Leben nicht mehr zufrieden. Sie hat als Sekretärin wieder einen 30%-igen Job gefunden. Er hilft ihr und der Familie das Haushaltbudget aufzubessern und bedeutet ihr eine willkommene Abwechslung.

Sie begründet ihre Unzufriedenheit vor allem mit den fehlenden Gefühlen für Hans. Das mache sie sehr traurig. „Hans war doch einmal mein Wunschpartner. Jetzt muss ich mich überwinden, wenn er etwas von mir will. Die Lust ist mir abhanden gekommen. Ich weiss nicht, was mit mir passiert ist. Ich habe den Eindruck, dass ich ihm nicht mehr viel bedeute. Seine Arbeit und seine Kollegen sind ihm wichtiger als ich. Mir fehlt etwas. Ich habe das Gefühl, ich komme zu kurz.“

Das Paar ist bereit in eine Therapie einzusteigen. Bald jedoch merken beide, dass sich nichts bewegt. Die Unlust bei Barbara, ihre fehlende Energie sich für die Beziehung zu engagieren, ist offensichtlich. Das stösst bei Hans auf Unverständnis. „Ich weiss nicht, was du hast. Dir fehlt doch nichts. Wir haben ja alles, was wir brauchen. Und ich habe dich immer noch lieb wie am ersten Tag. Bitte sag mir doch, was ich ändern muss, damit du wieder die „alte“ Barbara sein kannst.“

In der fünften Paarsitzung kommt Barbara mit einer klaren Entscheidung und entsprechenden Forderung: „Ich will die Trennung. Ich brauche Zeit, um mir zu überlegen, wie es weiter gehen soll. Ich muss allein sein, um wieder „zu mir zu kommen. Ich bin mir selber so fremd geworden. Ich weiss, dass ich Hans schrecklich wehtue, aber es geht nicht anders. Es tut mir leid.“ Hans sperrt sich anfänglich völlig gegen diesen Vorschlag. „Das ist das Ende unserer Ehe. Dann kannst du ja gerade die Scheidung einreichen. Denk an die Kinder und nicht nur an dich.“

In der nächsten Sitzung scheint sich etwas gewandelt zu haben. Zunächst meine ich eine Veränderung der Stimmung wahrzunehmen. Hans und Barbara wirken gelöster. Zunächst denke ich: die haben sich das nochmals überlegt und werden heute nicht mehr über eine Trennung sprechen. Aber ich täusche mich. Hans berichtet: „Wir haben uns ausführlich über unsere Situation unterhalten. Auch wenn es mir schwer fällt, bin ich zum Schluss gekommen, dass eine erzwungene Beziehung keine Lösung ist. Es tut zwar schrecklich weh, aber ich merke, wenn ich Barbara jetzt nicht gehen lasse, verliere ich sie ganz. Sie würde vielleicht noch eine Zeit mit mir ausharren, aber dann wäre es endgültig vorbei. Wir sind zum Schluss gekommen, dass wir unserer Beziehung eine Pause gönnen müssen. Ich habe in den letzten vierzehn Tagen, seit unserer letzten Sitzung bei Ihnen gemerkt, dass ich viel zu stark auf meine Frau fixiert war. Sie ist nicht nur Mutter für die drei Kinder, sondern auch für mich so etwas wie eine Mama. Das kann es doch nicht sein, dass ich emotional so stark von meiner Frau abhängig bin. Ich möchte, auch wenn ich schrecklich Angst davor habe, meine Zeit nutzen, um für mich selber wieder eigenen Boden zu finden. Ich kann mir aber nicht vorstellen Barbara zu verlieren.“

Barbara erzählt, wie schwer die beiden letzten Wochen für sie waren. „Ich komme mir als grosse Egoistin vor. Wenn ich aber ehrlich bin, muss ich zugeben, dass es mir besser geht. Irgendetwas hat sich bewegt. Ich fühle mich freier und irgendwie merke ich auch, dass mir meine Beziehung zu Hans schon etwas bedeutet. Aber ich möchte jetzt diesen Weg gehen und mich mit Hans über die Form unserer Trennung auseinandersetzen. Den Kindern haben wir noch nichts gesagt. Dieser Schritt löst bei mir grosse Angst und Schuldgefühle aus.“

Hans und Barbara kommen nach zwei weiteren Gesprächen zum Schluss ihre Beziehung für sechs Monate zu trennen. Wir machen zusammen einen angepassten Trennungsvertrag, wo neben den finanziellen Folgen vor allem die Betreuung der Kinder, der Kontakt miteinander und regelmässige Gespräche auf der Beratungsstelle festgelegt werden.

Die Kinder reagieren unterschiedlich. Eva und Claudia bleiben recht gelassen und freuen sich sogar darauf bei Papa regelmässig übernachten zu können. Jan hat am meisten Mühe und will lieber nicht darüber reden.

Die sechs Monate sind für alle sehr bewegt. Hans fühlt sich oft sehr alleine. „Manchmal habe ich das Gefühl, du hast mich rausgeschmissen. Dann fehlst du mir wieder sehr. Ich muss mir hie und da richtig zureden die Situation auszuhalten und die Hoffnung nicht ganz aufzugeben.“

Anfänglich trifft sich das Paar selten, nur gerade für die Übergabe der Kinder und etwa alle sechs Wochen auf der Beratungsstelle. Barbara begegnet in der Trennungszeit einem ehemaligen Schulkollegen, den sie immer gemocht hat. Für Hans ist das eine schlimme Kränkung, obwohl beiden bewusst war, dass so etwas passieren kann. Er merkt aber noch deutlicher, wie fest ihm Barbara fehlt und dass er sie nicht verlieren will. Endlich kann er ihr klar und deutlich sagen: „Du bist die Richtige für mich, ich möchte meinen zukünftigen Weg mit dir teilen.“

Dieser Durchbruch in einer weiteren Sitzung mit dem Paar hat Folgen. Bei Barbara löst es viel aus. „Das hast du mir in all den Jahren noch nie gesagt.“ Sie spürt, dass der Entscheid für sie bei ihr viel auslöst. Sie spürt ihre Liebe zu Hans wieder viel deutlicher und es wird ihr klar: „Ich möchte das auch. Die kurze Geschichte mit meinem ehemaligen Schulkollegen hat keine Zukunft.“

Das Paar lässt sich Zeit und beschliesst erst nach einigen Monaten wieder zusammen zu ziehen. Beide äussern nach einiger Zeit auch ganz klar: „Unsere Beziehung hat sich gefestigt. Wir fühlen uns wohl zusammen. Die Trennungszeit war hart, aber sie hat uns beiden gut getan. Etwas Neues konnte wachsen. Wir sind uns wieder näher gekommen.“

Bernard Kaufmann