

Der Trennung vorbeugen



Leser fragen –
Experten antworten

Wir sind seit drei Jahren glücklich verheiratet. Allerdings haben sich in unserem Freundeskreis drei Paare innerhalb kurzer Zeit getrennt. Alle frisch verheiratet, alle mit einem Kind – wie wir. Auch bei ihnen schien es so harmonisch. Das macht uns Sorge. Was können wir tun, damit uns das nicht passiert? Es heißt doch: »Was Gott zusammengeführt hat, das soll der Mensch nicht trennen.«

Theresa Schade, 31 Jahre

Liebe Frau Schade, ich höre die Frage, welche Schritte Sie gehen können, damit es Ihnen gelingt, Ihre Partnerschaft zu bewahren.

Meine Beobachtung ist, dass bei häufigen und schnellen Trennungen viele Ursachen zusammentreffen. Zum einen sind unsere Erwartungen an Partnerschaft gestiegen. Manche davon sind wichtig und richtig. So sind Augenhöhe, die Nähe zueinander,



Familienberaterin **Annette Buschmann** leitet die Diakonie-Lebensberatungsstelle Chemnitz.

eine gute Sexualität und nicht zuletzt die Einzigartigkeit der Beziehung, die gegenseitige Treue wichtige Voraussetzungen der Partnerschaft.

Paare sind aber häufig darin gefangen, dass in der Beziehung Harmonie und Nähe vorherrschen. Das suggeriert, dass Auseinandersetzung und Streit die Beziehung infrage stellen, ja das Ende der Liebe bedeuteten. Dabei ist es wichtig, neben der Suche nach Glück und Harmonie die Auseinandersetzung zu wagen. Der Mut zu fairer Auseinandersetzung gehört zu einer Beziehung wie Nähe und Vertrautheit. Denn durch Auseinandersetzung stellen wir neben der Nähe auch wieder die nötige Distanz her. Sie hilft uns, neben dem Anderen auch uns selbst zu sehen.

Zum anderen erlebe ich, dass nicht das Ringen um die gemeinsame Zukunft, sondern die Trennung als Folge von Partnerschaftskrisen gelebt wird. Das übersieht, dass es um die Trennung von Problemen geht. Die sind nicht immer dann gelöst, wenn sich die Partner trennen. Ein gemeinsames Durchstehen von Krisen kann Tiefe und Verstehen bei beiden begründen.

Ein weiterer Punkt ist, dass innere Konzepte und äußere Vorbilder dafür fehlen, wie Beziehung durch Krisen hindurch gelebt wird. Die Vorbilder gelingender Partnerschaft sind seltener, wenn Trennung bei Konflikten der Regelfall wird. Und auch der Blick auf die Generationen vor uns ist nicht nur hilfreich. Wohl niemand will dahin zurück, dass Menschen beieinander bleiben um einer

gesellschaftlichen Ächtung zu entgehen oder weil die Lebensgrundlagen nach einer Trennung nicht gesichert sind. So ist es auch eine Chance, eine Partnerschaft in Freiwilligkeit zu leben und nicht unter dem Druck, dass eine Trennung niemals sein darf. Diese Freiheit will gestaltet sein, mit allen Chancen und Schwierigkeiten.

Wir haben die Erwartung, dass Partnerschaft schon irgendwie funktioniert. Das Auto bringen wir zum TÜV. Auch ein Gelingen der Partnerschaft heißt, in die Beziehung zu investieren, sie zu pflegen, zu begreifen, wie wichtig diese Beziehung ist. Dazu kann auch gehören, auf die Beziehung zu schauen. Eine Erfahrung aus der Beratung ist, dass Paare oft zu spät kommen. Wenn einer der beiden bereits innerlich gekündigt hat, kann es für Beratung zu spät sein. Ich wünsche mir, eine Eheberatung bekäme etwas Selbstverständlicheres wie zum Beispiel ein TÜV. Auch Paarseminare, die von Beratungsstellen der Diakonie angeboten werden, sind eine gute Möglichkeit für neue gemeinsame Erfahrungen. Denn es kann gelingen, in einer lebendigen und aufrichtigen Beziehung auch lebenslang zu bleiben.

Annette Buschmann

Annette Buschmann antwortet an dieser Stelle im Wechsel mit Rolf-Dieter Hansmann auf Ihre Lebensfragen. Sie können diese – gerne auch anonym – an uns senden. Per E-Mail an <lebensfragen@sonntag-sachsen.de> oder per Post an: Redaktion DER SONNTAG, Blumenstraße 76, 04155 Leipzig.