

Eheberater können Paaren helfen, eine neue Basis zu finden

# Wenn die Liebe leise geht...

Die Zeiten, in denen er ihr jeden Wunsch von den Augen ablas, sind längst vorbei. Jetzt schweigt er wie ein Stockfisch und verschanzt sich hinter seiner Arbeit. Sie fühlt sich vernachlässigt und wird zusehends unzufriedener und depressiver. Ein Fall für die Eheberatung?

„Möglich“, sagt die systemische Familientherapeutin Eva-Maria Hesse. „Aber die Initialzündung muss von den Paaren selbst ausgehen.“ Wenn ein Partner erkennt, dass es ihm in der Beziehung zunehmend schlechter geht, dass sich alles nur noch im Kreis dreht und die Verletzungen und Kränkungen immer größer werden, dann zieht er vielleicht doch irgendwann die Reißleine.

Eheberater oder Therapeuten übersetzen als neutrale Moderatoren unter anderem die unterschiedlichen Sichtweisen von Mann und Frau. Das ist für beide die Chance, ein oft jahrelanges Kommunikationsdesaster zu beenden und in der Beziehung neu durchzustarten.

Trotzdem zögern nach wie vor unglückliche Paare, professionelle Hilfe in Anspruch zu nehmen. Manche befürchten, plötzlich als der Alleinschuldige dazustehen. „Die Sorge ist unbegründet, denn „Berater und Therapeuten sind keine Schiedsrichter“, betont Hesse. Um Vertrauen, Wertschätzung, Respekt und Intimität wieder aufbauen zu können, ist es nach Meinung der Expertin wichtig, die verbindenden Elemente der verlorengangenen Liebesbeziehung ins Blickfeld zu rücken.

Deshalb fragt Eva-Maria Hesse gleich in der ersten Therapiestunde: Weshalb haben Sie sich in Ihren Mann/Ihre Frau verliebt und was ist passiert, dass diese positiven Gefühle abhanden gekommen sind? Die Antwort öffnet nicht selten beiden Partnern die Augen. Viele lächeln unwillkürlich, wenn sie an den Beginn ihrer Liebe zurückdenken, beobachtet die Therapeutin. Den Urzustand einer

Beziehung wiederherstellen aber kann kein Berater, weil sich naturgemäß Partnerschaften verändern und am Laufen gehalten werden wollen.

Professionelle Beratung kann helfen, den emotionalen Stillstand zu überwinden und zu einer lebendigen und erfüllten Liebesbeziehung zurückzufinden. Dazu gilt es, verborgene Problemfelder aufzuspüren und Lösungen zu erarbeiten. Auch der Themenkomplex „Sexualität“ kommt auf den Tisch. Darüber hinaus müssen alte Verhaltensmuster und Rituale auf den Prüfstand gestellt sowie falsche Vorstellungen, Kinderträume und Illusionen über Bord geworfen werden.

## Paare müssen harte Arbeit leisten

„Harte Arbeit, aber sie versetzt die Paare in die Lage, ihre Konflikte künftig selbst konstruktiv zu lösen“, sagt Eva-Maria Hesse. Bei ihrer Therapieform seien dafür durchschnittlich nicht mehr als fünf Sitzungen notwendig. Das Stunden-Honorar für freiberufliche Berater und Therapeuten liegt in der Regel bei etwa 60 Euro. Städtische und kirchliche Institutionen beraten meist unentgeltlich.

Die Ehe- und Familienberatung der Erzdiözese Bamberg verzeichnet für 2009 rund 700 ratsuchende Ehepaare. Noch vor einigen Jahren schleppten meist die Frauen ihre Partner zu den Beratungsstellen. Inzwischen ergreifen immer mehr Männer die Initiative. Bei 159 der insgesamt 369 Paare, die 2009 bei der Stadtmission zur Beratung kamen, war der Ehemann die treibende Kraft.

Eine Eheberatung garantiert keineswegs den Fortbestand der Partner-



Eva-Maria Hesse ist überzeugt von der systemischen Familientherapie. Foto: Niklas

schaft. Die Paare aber, die sich nach der Beratung dafür entschieden haben, ihre Beziehung weiterzuführen, sind laut verschiedener Erhebungen deutlich zufriedener mit ihrer Lebenssituation als zuvor. *Uschi ABfalg*

**☎ Kontakte:** Eva-Maria Hesse, Kirchenweg 35, ☎ 93 89 37 90; Paarberatung der Stadtmission, Pilotystraße 15, ☎ 35 24 00; Ehe- und Familienberatung der Erzdiözese Bamberg, Sandrartstraße 43, ☎ 3 78 03 03; Ehe- und Familienberatung des Bistums Eichstätt, Gisbertstraße 67a, ☎ 80 81 60.

Noch bis einschließlich Sonntag, 14. Februar, (Valentinstag) läuft die „Marriage Week“ mit 32 Veranstaltungen für Ehepaare in verschiedenen Stadtteilen rund um das Thema „Abenteuer Ehe“.