

Wo ist nur unsere Liebe hin?

Kinder verändern jede Beziehung — Gefährlicher Verlust von Zweisamkeit



Wer mit Alltag zwischen Arbeit, Familie und Haushalt arg eingespannt ist, verliert sich leicht aus den Augen. Foto: dpa

VON IRINI PAUL

Es sollte die Krönung der Liebe sein, das schönste Ergebnis der Beziehung. Ein Kind kann beides sein und dabei doch die größte Belastungsprobe für jedes Paar. Denn Nachwuchs verändert die Beziehung. Wer nicht aufpasst, läuft Gefahr, sich als Paar aus den Augen zu verlieren.

Dabei schien alles perfekt. Das Wunschkind mit dem Traumpartner. Alles wunderbar, der Himmel voller Geigen. Das Glück ist in der Beziehung zu Hause, das Kind kann da nur noch das Sahnehäubchen sein. Eva-Maria Hesse hat andere Erfahrungen bei ihrer Arbeit gemacht. „Vielen Paaren ist gar nicht klar, dass ein Kind immer die Beziehung verändert, dass etwa ein Baby eine echte Bewährungsprobe ist.“ Die 49-Jährige ist Familien- und Paartherapeutin und ist vielen Paaren begegnet, die ernüchtert feststellen mussten, dass es eben gar nicht so leicht ist, gute Eltern zu sein und dabei auch ein Paar zu bleiben.

Auf dem Papier

Inzwischen zerbricht in Deutschland jede zweite Ehe, wobei Paare, die nicht verheiratet sind, hier nicht erfasst sind. Bei der Hälfte der Trennungsgeschichten sind Kinder betroffen. Immerhin halten Ehen heute länger als noch Anfang der 90er Jahre. Damals hielt eine Ehe, statistisch betrachtet, elf Jahre, heute halten es Paare immerhin 14 Jahre miteinander aus – zumindest auf dem Papier.

„Ich habe die Erfahrung gemacht, dass sich viele schon früher getrennt hätten, wenn es keine Kinder gäbe“, sagt die Therapeutin. Doch das komme keinem Armutszeugnis gleich. Denn damit zeigen Paare auch, dass sie sich bemühen, eben nicht die Beziehung, das Familienleben leichtfertig aufzulösen. „Das ist auch für Kinder ein gutes Signal: Es gibt Krisen, aber man kann

an ihnen arbeiten und versuchen, sie zu lösen.“

Warum es überhaupt so weit kommt, dass eine – zumindest dem Anschein nach – gute Beziehung mit Kindern in die Schieflage geraten kann, weiß sie aus 20 Jahren Praxis. Es ist vor allem die Zeit, die irgendwann auf der Strecke geblieben ist. „Das Hauptproblem ist, dass die Paare keinen Raum mehr für sich haben. Sie funktionieren nur noch als Familie.“ Das bedeute auch, dass über kurz oder lang die „Geliebten-Ebene“ wegfallt. Man lebt nur noch nebeneinanderher.

„Und wenn es dann viele Auseinandersetzungen gibt, hat das natürlich auch Auswirkungen auf die Zärtlichkeit. Wenn es tagsüber schlecht läuft, wie soll am Abend dann Stimmung aufkommen“, sagt Eva-Maria Hesse.

Meist seien es dann die Frauen, die fassungslos vor der Situation stünden, nach dem Motto: Ich mache doch alles, den Haushalt, habe die Schule und die Kinder im Blick. „Aber Männer wollen eben nicht nur eine Mutter und Hausfrau, sondern auch eine Partnerin.“ Doch gerade wenn das Kind noch sehr klein sei, kommt es häufig vor, dass die Symbiose zwischen Mutter und Kind besonders eng sei und Väter in der zweiten Reihe stünden, so Eva-Maria Hesse weiter.

„Aber auch Frauen wollen nicht nur den Versorger neben sich“, sagt sie. Es sei eine schwierige Situation, in der alle ihre Bedürfnisse hätten, aber eben auch unter Druck stünden. Das Problem sei nur, dass viele die Krise nicht als solche wahrnehmen

würden. Sie kommen erst dann, wenn die Situation festgefahren ist.

Damit eine Therapie funktionieren kann, braucht es vor allem eines: die aufrichtige Bereitschaft, um diese Liebe kämpfen zu wollen. „Wenn einer es nur dem anderen zuliebe macht, dann funktioniert es nicht“, sagt sie. Das merkt sie immer sehr schnell. Auch wenn es eine Alibiveranstaltung für einen der Partner ist. Sprich: Wenn sich einer bereits emotional verabschiedet oder vielleicht sogar umorientiert hat. „Paaren muss klar sein, dass sie beide ihren Teil

dazu beigetragen haben, dass die Situation so aussieht, wie sie nun ist“, sagt Eva-Maria Hesse.

Manche geben trotz Therapie auf. Doch die meisten schaffen es. Ein Viertel ihrer Klienten entscheidet sich dafür, getrennt voneinander neu anzufangen. Der Großteil aber geht am Ende aus ihrer Praxis in die gleiche Richtung. Dabei gibt es eine schlüssige Formel für einen Neustart. „Eine funktionierende Familie steht immer auf drei Säulen: der Familie, in der auch die Kinder ihr

Recht auf Familie haben, dem Eigenleben mit eigenen Freunden und Interessen und der Paarbeziehung.“ Letztere zu pflegen, sei besonders schwer, aber möglich. „Es wäre ein guter Anfang, sich einmal pro Woche Zeit für sich als Paar zu reservieren, um sich wieder auszutauschen und einen Zugang zueinander zu finden.“ Diese Zeit sollte man aber nicht dazu nutzen, nur über die Kinder und den Alltag zu reden. Denn es gibt wirklich auch noch andere Themen. Nur haben das viele eben vergessen.



Therapeutin Eva-Maria Hesse.