



11 Jahre Eheberatung – was hat sich geändert?

Wenn ich auf die 11 Jahre meiner Beratungstätigkeit zurückschaue, stelle ich fest, dass sich die Probleme, mit denen Menschen zu mir kommen, kaum verändert haben. **Verändert haben sich gesellschaftliche Rahmenbedingungen, in denen Menschen Beziehungsprobleme lösen müssen.**

Seit 2001 fanden rasante Entwicklungen in vielen wirtschaftlichen, politischen, technologischen und kulturellen Bereichen statt. Aspekte dieser Entwicklungen wirken sich prägend auf Konfliktsituationen aus. Sie verschärfen Probleme, behindern Veränderungen, erweisen sich teilweise aber auch als unterstützend und hilfreich. Ich greife im Folgenden einige Faktoren auf, die mir besonders häufig aufgefallen sind:

- Internet und Co - Beschäftigung und Ablenkung rund um die Uhr

Ein zentraler Schwerpunkt in vielen Beratungen besteht für Paare darin, wie-der Zeitinseln der persönlichen Begegnung, des gemeinsamen Austausches und Erlebens zu finden. Menschen haben öfters deshalb Mühe solche Frei-räume zu finden, weil sie sich stundenlang am PC mit interaktiven Spielen, Facebook, youtube etc. beschäftigen.

- Gelegenheit macht Diebe...

Wenn Paarbeziehungen sich nicht befriedigend gestalten, bieten Internet und Handy Möglichkeiten an mit anderen Männern/Frauen neue Kontakte zu knüpfen und zu pflegen via Chatten, Facebook, Mails, SMS etc. - und das jederzeit, praktisch überall, und in grosser Vielfalt. Frust lässt sich so leicht kompensieren und Konflikte können verdrängt werden.

- "Top Sex" - ohne emotionale Herausforderungen durch ein Vis-à-vis

Die Sexualisierung der Gesellschaft ist kein neues Phänomen, hat sich aber in den letzten Jahren massiv ausgeweitet, nicht zuletzt durch die Angebote des Internets. Läuft „es“ in der Beziehung nicht mehr befriedigend, lässt sich im Internet dank Porno-Industrie genügend und unbeschränkt „Ersatz“ finden. Dadurch erübrigen sich - vorerst und vordergründig - anstrengende Auseinandersetzungen und Prozesse in der Partnerschaft.

- Hohe Glückserwartungen im Hier und Jetzt - Teilhaben an der „Options-Gesellschaft“

Der soziologische Begriff der „Optionsgesellschaft“ bringt einen Aspekt unserer heutigen Situation treffend auf den Punkt: Noch nie boten sich der (westlichen) Menschheit so viele Freiheiten und Möglichkeiten bezüglich Lebensgestaltung, im Speziellen in der Freizeit, an. Diese Entwicklung begann im 20. Jahrhundert und verstärkte sich zunehmend in den letzten Jahren. Die Ansprüche auf persönliche Freiräume, Persönlichkeitsentwicklung, „fun“ und Glücksgefühle sind gewachsen. In schwierigen Beziehungs- und Familienphasen, in denen anstrengende emotionale Prozesse gefordert sind und/ oder eigene Bedürfnisse zurückgestellt werden müssen, kann das zu Ängsten, Frust und Druck führen. Das Gefühl, das Leben und das Glück zu verpassen, entsteht. - Die Optionsgesellschaft und ihre Freiheiten kann eine wertvolle Chance sein. Mann/Frau wird allerdings gefordert bewusste Entscheide in Richtung Prioritätensetzung zu fällen und Verzichte zugunsten von Beziehungen zu machen.

- Verstärkte Berufstätigkeit von Frauen

Die Zahl der teilzeiterwerbstätigen Frauen hat deutlich zugenommen. Einer-seits kann das zusätzlichen Stress bringen, andererseits beinhaltet es für viele Paare auch Chancen. Berufsarbeit bietet Frauen ein Stück finanzielle Unabhängigkeit, anregende Herausforderungen, Anerkennung und Wertschätzung sowie Herauskommen aus den oft beengenden „vier Wänden“. Sie verlieren den Bezug zur Arbeitswelt und ihrem Beruf nicht, was im Zeitalter von langer Lebenserwartung und turbulenten wirtschaftlichen Entwicklungen ein wichtiger Faktor ist. Männer werden durch die Erwerbstätigkeit ihrer Partnerinnen entlastet und in ihren finanziellen Verantwortlichkeiten unterstützt. ihre Partnerinnen als interessantes, gleichwertiges Gegenüber.

- Engagierte Väter

Ich erlebe zunehmend Männer in der Beratung, die sich intensiv, mit grosser Freude und Befriedigung für ihre Kinder engagieren. Töchter und Söhne, aber auch Mütter, schätzen das sehr und profitieren davon.

Die gesellschaftlichen Entwicklungen fordern uns heraus unsere persönlichen Werte und Lebensziele zu reflektieren, zu wählen und Entscheide zu treffen. Das bedeutet einerseits Chancen, andererseits immer auch bewusste Verzichte auf andere Optionen.