



Viktor Arbeit,
Paarberater/
Mediator, Affoltern

Ich stehe zu dir

Klar, in einer Beziehung stehen beide zueinander. Dazu ist eine Beziehung doch da. Oder wie erleben Sie das?

Ich erlebe immer häufiger, dass dieser sichere Wert verloren geht.

Wann, in welchen Situationen, wird das Zueinanderstehen schwierig?

Sobald sich die erste Euphorie gelegt hat und der Alltag in die Beziehung einzieht. Oft wünschen sich Frauen oder Männer nur die angenehmen Seiten des Partners/der Partnerin. Doch sowohl das Gegenüber wie auch er/sie selbst haben unangenehme Gewohnheiten, unreife, verletzte Seiten. Irgendwann kommt es zum Konflikt. Eine Beziehung ohne Konflikte gibt es nicht.

Konflikte können anstrengend sein, aber auch bereichernd.

Genau. Dem anstrengenden Teil weichen viele aus. «Ich brauche dich, um Energie zu tanken» – diese Haltung treffe ich vermehrt an. Konflikte können Energie rauben, doch wenn sie gut ausgetragen werden, sind sie bereichernd.

Und wenn sie nicht ausgetragen werden?

Ich treffe öfters Paare, die eben nicht zueinander stehen und bei der ersten Kurve gleich aufgeben. Sie beenden die Beziehung und schleichen sich vor dem Konflikt davon. Damit verpassen sie die Chance, miteinander den Weg nach der Kurve zu entdecken. Viele Paare tun sich schwer, sich den Herausforderungen eines gemeinsamen Alltags zu stellen.

Dennoch hat das klassische Familienmuster nicht ausgedient.

Ob das klassische Familienmodell oder ein anderes – den Wunsch nach einer verlässlichen, dynamischen, würdevollen und dauerhaften Zweierbeziehung tragen die meisten Menschen weiterhin in sich.

Früher sagte man: «Bis dass der Tod euch scheidet.» Wie weit hat das Durchstehen einen Sinn?

Natürlich gibt es eine Schmerzgrenze. Wenn ein Paar über Jahre leidet und auch mit längerer fachlicher Unterstützung keinen Zugang mehr zueinander findet beziehungsweise die Konflikte nicht überwindet, kann die Trennung der richtige Schritt sein. Das Potenzial einer Partnerschaft liegt darin, Krisen konstruktiv zu durchleben und Liebe, Respekt und Würdigung des anderen stetig zu vertiefen. «Ich stehe zu dir, du stehst zu mir», kann dabei ein tragender Pfeiler sein, der durch die schwierige Zeit hilft.