

**B+** Nur eine Krise oder kurz vor der Trennung?

# Paarberater sagt, wann die Beziehung noch zu retten ist

Eine Paartherapie ist für viele der letzte Ausweg, wenns kriselt. Oftmals sei es dann bereits zu spät, sagt der erfahrene Paarberater Werner Klumpp. Wenn eine Gegebenheit aber vorhanden ist, hat ein Paar noch eine Chance.

Publiziert: 02.04.2025 um 10:55 Uhr | Aktualisiert: 02.04.2025 um 16:34 Uhr



Beziehungsprobleme würden oft verschleppt, sagt der Experte. Ob man als Paar noch eine Chance habe, hänge von etwas ganz Bestimmtem ab – auf beiden Seiten.

Foto: Getty Images



## DARUM GEHTS



- Kommunikationsschwierigkeiten sind bei 80 Prozent der Paare in Beratung das Hauptproblem
- Besonders der Versuch, «echte» Gespräche digital zu führen, führt zu weiteren Missverständnissen
- Ist eine Eigenschaft noch gegeben, dann ist es nie zu spät, den Beziehungskurs noch zu ändern

Die künstliche Intelligenz von Blick lernt noch und macht vielleicht Fehler.

[Mehr erfahren](#) • [Feedback senden](#)



**Olivia Ruffiner**

Redaktorin

Werner Klumpp ist seit elf Jahren als Paarberater tätig und hat unzählige Paare begleitet. Er weiss genau, welche Konflikte am häufigsten auftreten – und warum viele Paare zu lange warten, bevor sie professionelle Hilfe in Anspruch nehmen.

### **Blick: Welches Problem treffen Sie bei Paaren am häufigsten an?**

**Werner Klumpp:** Der häufigste Konfliktpunkt, den Paare bei mir in der Paarberatung ansprechen, ist die Kommunikation. Ich schätze, das sind etwa 80 Prozent der Paare. Da geht es um Missverständnisse, ums Aneinander-vorbei-Reden, um Vorwürfe und Abwertungen oder auch ums Lautwerden bis hin zur Eskalation.

### **Woran liegt das?**

Vielfach liegt die Ursache darin, dass Paare zwischen Tür und Angel reden und im Alltag die Zeit für tiefer gehende und konstruktive Gespräche fehlt. Ich beobachte auch, dass Paare versuchen, Konflikte über digitale Kommunikationskanäle wie Whatsapp zu lösen, das führt aber in den meisten Fällen zu weiteren Missverständnissen und Frustration.

### **Wann sollten Paare eine Beratung aufsuchen?**

Viele Paare suchen die Beratung oft als letzten Ausweg auf, wenn die Entscheidung für eine Trennung eigentlich schon gefallen ist, zumindest auf einer Seite. Anstatt erst im Krisenmodus Hilfe zu suchen, würde ich es mir wünschen, dass sich Paare bereits frühzeitig mit ihren Beziehungsproblemen auseinandersetzen. Viele Konflikte könnten so entschärft werden. Auch ein guter Moment für eine Art Standortgespräch sind bedeutsame Beziehungsphasen wie der Übergang vom Verliebtsein zur langfristigen Partnerschaft oder vom Paar zur Familie.

### **Woran erkennen Sie, dass die Beratung der letzte Ausweg ist?**

Einen letzten Moment sehe ich oft dann, wenn die Bereitschaft, in die Beziehung zu investieren, und die Hoffnung auf Veränderung auf einer oder auch auf beiden Seiten sehr gering sind. Es ist aber wichtig, was das Paar als «letzten Ausweg» definiert. Ist es der Zeitpunkt, an dem das Paar selbst erkannt hat, dass es alleine nicht aus seinen problematischen Beziehungsmustern findet, und sich mit Hoffnung professionelle Unterstützung einholt? Oder bedeutet «letzter Ausweg», dass der Gang in die Paarberatung eine bloße Alibi-Handlung ist, um dem oder der anderen einen Gefallen zu tun?

### **Warum meinen Sie, kommen viele Paare erst so spät?**

Oftmals ist es so, dass das Paar bereits eine längere Wegstrecke mit wiederkehrenden und frustrierenden Konflikten hinter sich hat, bevor es eine Paarberatung aufsucht. Die Hoffnung, es doch aus eigener Kraft zu schaffen, trägt mit dazu bei, dass Beziehungsprobleme verschleppt werden. Die Beziehungsschwierigkeiten werden häufig nicht gelöst, sondern im Alltag verdrängt. Es entsteht der Eindruck, dass es doch irgendwie läuft, bis zum nächsten Knall.

## **Der Beziehungsprofi**

Werner Klumpp (54) ist Paarberater und Mediator an der Beratungsstelle Bülach.



Paarberatung und Mediation im Kanton Zürich

### **Ist die Beziehung dann noch zu retten?**

Ich habe keinen digitalen Prüfstand, welcher ermittelt, in welchem Zustand die Paarbeziehung ist; keine «grüne Lampe», die aufleuchtet, wenn diese noch zu retten ist. Und das ist gut so. Im Gespräch mit dem Paar zeigt sich jedoch schnell, wie es miteinander kommuniziert. Für eine positive Veränderung der Paarbeziehung sind eine respektvolle Kommunikation und auch eine gewisse Wertschätzung für den anderen grundlegend. Sind beide bis zum Letzten motiviert, die Beziehung zu erhalten, kann der Beziehungskurs vielleicht auch zu einem späten Zeitpunkt neu ausgerichtet werden.

### **Was muss ein Paar haben, damit Sie sagen: Doch, diese Beziehung kann noch funktionieren?**

So einfach es tönt: Ich muss meinen Partner, meine Partnerin noch lieben. Auch wenn die lodernden Liebesflammen stark verflacht sind, braucht es eine minimale Glut, welche entfacht werden kann. Sind beide bereit, an der Beziehung und auch an sich selbst zu arbeiten, indem der Blick auch auf den eigenen Anteil an den Schwierigkeiten gerichtet wird, sehe ich grosse Chancen.

### **Also an der Beziehung, aber auch an sich selbst arbeiten. Was dürfen Paare von einer Beratung erwarten und was nicht?**

Nicht erwarten sollte man, dass die Beratungsperson als Schiedsrichter fungiert oder ausschliesslich dazu verhilft, den anderen zu verändern. In einer Paarberatung profitiert das Paar vom Know-how der begleitenden Fachperson, von ihrer Verschwiegenheit sowie einer offenen und neutralen Haltung dem Paar gegenüber. Das Tempo der Beratung bestimmt das Paar selbst. Es kann darauf vertrauen, dass wir Therapeuten auch schwierige Situationen begleiten und aushalten können. Der fachliche Blick von aussen hilft, Beziehungsmuster und persönliche Prägungen zu erkennen.