

Julia Belting - Paarberaterin und -mediatorin

Meine Arbeit als Paartherapeutin bei "Psychaspekt" in Zürich weckt häufig ein besonderes Interesse. Fast jeder weiß aus eigener Erfahrung, dass eine gute Beziehung eine Lebensherausforderung darstellt und es häufig zu Konflikten kommen kann. Die Motive und Gründe von Paaren, in unsere Beratung zu kommen, sind sehr verschieden. Deshalb kann es auch kein einheitliches therapeutisches Vorgehen nach Lehrbuch geben – diese Idee ist schlichtweg naiv. Viele Paare erhoffen sich jedoch eine schnelle Lösung und Klärung ihrer Themen.

Die Herausforderung für den Therapeuten besteht darin, dem Paar ein Gefühl der Hoffnung zu geben, gleichzeitig aber auch die Erkenntnis zu fördern, dass der Prozess mühsam sein kann und nur durch das Paar selbst erkannte und erarbeitete Lösungen die gewünschte Nachhaltigkeit besitzen können. Eine besondere Schwierigkeit der therapeutischen Begleitung ist, dass der Verstehensprozess hier drei Personen involviert und nicht nur zwei, wie bei einer Einzeltherapie oder -beratung. In diesem Sinne muss man als Mediatorin oder Paartherapeutin auch "Neugier für den anderen" wecken, denn es geht darum, dass die beiden Partner nicht nur sich selbst, sondern auch den anderen besser verstehen lernen.

Das Schöne an meiner Arbeit ist, dass bei jedem Kontakt neue Erfahrungen und Erkenntnisse entstehen. Die Lebendigkeit menschlicher Beziehungen und die Vielfalt der individuellen Lebens- und Beziehungsgeschichte stellen einen bei jeder Begegnung vor neue Aufgaben, die ein hohes Mass an unvoreingenommener Aufmerksamkeit erfordern. Dabei darf man auch nicht der Versuchung erliegen, Interpretationen und Sichtweisen von einem der beiden Klienten zu übernehmen. Im Unterschied zur klassischen Therapie ist für mich die Frage von Nähe und Distanz zu den Klienten sensibler und bekommt eine weitere Dimension: Schon der Eindruck eines Klienten, sein Partner würde besser verstanden als er oder sie selbst, kann Irritationen auslösen. Die so genannte Allparteilichkeit – beide Klienten haben mit ihrer Wahrnehmung erst mal "recht" – ist eine der wichtigsten Maximen.

Ein Problem ist freilich, dass die Beratung privat bezahlt werden muss und das stellt für viele Paare eine Hürde dar. Das ist verständlich, denn ein Erfolg ist schwer vorherzusehen. Man erlebt dementsprechend auch Situationen, in denen sich Paare innerlich bereits getrennt haben und kein konstruktiver Verstehensprozess mehr möglich ist. Das kann frustrierend sein, bei aller Freude, die diese Arbeit sonst mit sich bringt. Allerdings kann man ein Paar auch bei einer Trennung unterstützen, indem man versucht, die dabei entstehenden Probleme im Rahmen einer Mediation zu klären.

Anzeige

**WIR HABEN GUTE
NACHRICHTEN
FÜR SIE!**

Täglich
informiert mit
dem Newsletter von
wissenschaft-online.de!

MEHR DAZU!