



## Eheberatung und Lebensberatung Renate Lammy

### Was ist los mit der Familie?

Familie ist ein umstrittenes und viel diskutiertes Thema. Die Familie ist krank und macht krank, sagen die einen. Sie ist in einer Krise, sagen die anderen und meinen damit die ausgebrochene Familienmüdigkeit. Die Familie löst sich auf, befürchten einige. – Was ist also los mit der Familie?

Familienleben / Beziehung ist keine Konstante sondern ein Wechselspiel von Flexibilität und Stabilität. Wir haben heute weder die reine Form der romantische Liebe, noch der gestifteten Vernunft- oder Versorgungsehe. In Konfliktsituationen reagieren wir jedoch noch immer nach den verinnerlichten Vor-Stellungen unserer Kindheit, also meist nach nicht mehr passenden Mustern. Dadurch sind die Wünsche und Erwartungen an den Partner oft widersprüchlich. Die Folge sind Verwirrung und Missverständnisse auf beiden Seiten.

Die jungen Familien sind mit den erweiterten Möglichkeiten der Empfängnisverhütung, dem Dehnen der Fruchtbarkeitsspanne bis ins frühere Großelternalter, Retortenbabys und vieles mehr konfrontiert. Ganz neue Perspektiven bringt alleine die höhere Lebenserwartung und noch steigende Lebenserwartung mit der heute jeder wie selbstverständlich rechnet. Das bedeutet auch eine viel längere Beziehungsspanne (bis zu 60 Jahren) als früher. Paare sind nun herausgefordert ihre wechselseitigen Bedürfnisse zu artikulieren und ihre Lebensentwürfe miteinander zu gestalten. Frauen und Männer können weitgehend selbst über eine Lebensform als Single oder sich für eine Partnerschaft, mit oder ohne Kinder entscheiden.

Was früher »richtig« war, zur jeweiligen Rolle gehörte, kann heute von jedem einzelnen (für die jeweilige Lebensphase) angepasst werden. Gleichberechtigung in einer Beziehung ist für viele Paare (theoretische) Selbstverständlichkeit. Denn auch wenn ein berufstätiges Paar sich jahrelang bemüht, dass beide den Geschirrspüler ausräumen, mehr oder weniger beide das Putzen, Kochen und Bügeln übernehmen, wird ab dem Moment, in dem ein Kind da ist, das Gleichgewicht (die Belastung) auf eine Seite rutschen. Aber wie führt man eine Paarbeziehung in der Praxis unter den neuen gleichgestellten Bedingungen?

**We can work it out ...** schrieben die Beatles (1965) in ihrem Lied. Wir können es ausreden wenn du bereit bist, es auf meine Weise zu sehen – und ich es auf deine Weise sehe, sonst könnte passieren, dass uns die Liebe verlässt, ...

Wir leben in einer Zeit, in der es modern ist, keine Zeit zu haben. Zeit ist darum auch das Wertvollste, das wir unserer Partnerin / unserem Partner schenken können. Wie wir unsere Zeit verbringen sagt uns, was uns wichtig ist, wo unsere Prioritäten liegen, denn Liebe ist auch eine Zeitfrage. Beziehungsarbeit bedarf der »Pflegerie«. Das klingt anstrengend? Wenn wir einen Anreiz haben (Geld, Ansehen,... ) den notwendigen Aufwand an Zeit und Aufmerksamkeit auf uns zu nehmen, dann setzen wir uns für etwas ein, das gilt auch für unseren Partner/Partnerin. Die Logik der Liebe hilft, zugunsten ihrer gemeinsamen Ziele und Werte ab und zu auf etwas zu verzichten. Paare die ihre Liebe pflegen wollen, tun gut daran, sich wieder etwas Zeit und Aufmerksamkeit zu schenken.

Als wir frisch verliebt waren, hatten wir da nicht ganz viel Zeit füreinander? Damit Paare die Liebe nicht verlässt, muss es Zeiten geben, die bewusst aus dem täglichen Arbeitsablauf, der täglichen Routine ausgeklammert sind. Um die Liebe in einer Paarbeziehung lebendig zu halten, braucht es Zeiten der Stille, in denen man einfach beisammensitzt, Zeiten der Zärtlichkeit und der körperlichen Begegnung. »Inseln im Strom des Alltags, Blumenbeete im Garten der Nutzpflanzen, Oasen in der Wüste.« Gerade in der frühen Familienphase, wenn die Kinder klein sind und die Eltern durch Aufbau von Familie und Beruf sehr gefordert sind, sollte man zusehen, dass man Zeit mit dem



## Eheberatung und Lebensberatung      Renate Lammy

Partner verbringt. Und zwar angenehme Zeit. Überlegen Sie bitte einmal selbst: Wie viel angenehme Zeit haben Sie in der letzten Woche mit ihrer Partnerin / ihrem Partner verbracht? – nicht als Familie, nicht mit Planen des Alltags, sondern nur Sie und Ihr Partner als Liebespaar?

Wir brauchen Anerkennung und Wertschätzung so notwendig, wie die Luft zum Atmen. Anerkennung und Wertschätzung – davon leben wir und unsere Kinder. Auch wer ganz zufrieden mit seinem Partner zusammenlebt, sollte wieder entdecken, wie gut es tut, sich die gegenseitige Liebe in Worten, Gesten oder Handlungen zu zeigen. Die Liebe ist nicht manipulierbar, aber man kann Bedingungen zulassen, die bewirken, dass das Liebeserlebnis des Anfangs einfach untergeht. Oder man kann Bedingungen schaffen, die bewirken, dass die Liebe zu einander wieder erwacht – stiller vielleicht, weniger stürmisch aber deswegen keineswegs weniger tief.