Heilpraxis für Pschotherapie und psychologische Beratung
Dr. phil. Peter Kobosil
Sonnenblumenstr. 12
81377 München
Telefon: 089 571 110

Die Fachaufsätze geben Einblick in Inhalte von Vorträgen und Seminaren - und sie informieren über wichtige Lebensthemen sowie über Beratungs- und Therapiemethoden.

Beratung **Psychotherapie** **Logotherapie** **Rückführungstherapie** **Heilbehandlung** **Enneagramm** **Trauerbegleitung** **Tod und Angst** **Ängste** **Schuldgefühle** **Depressionen** **Schicksal** **Partnerschaft** **Sexualität** **Zeitenwandel** **Psychosomatik** **Herz** **Atemwege** **Immunsystem** **Nervensystem** **Nieren und Blase** **Magen** **Leber und Galle** **Haut Teil 1** **Haut Teil 2** **Krebsgeschehen** **Psychologische Astrologie**

.

Partnerschaften – Konflikte - Trennungen

Das Problem verstehen lernen

Dr. Peter Kobosil

Problematische Auseinandersetzungen in der Partnerschaft und schließlich die Trennung als Ausweg in der scheinbar anders nicht lösbaren Situation gab es zu jeder Zeit. Heute jedoch häufen sich gerade hier die Probleme, die Konflikte und schließlich auch die Trennungen – jede vierte Ehe wird geschieden, und das oft sogar nach 30 Jahren des Zusammenseins. Ist das nur eine Laune der Zeit? Geht es uns zu gut? Oder zeigt sich hier eine Entwicklung, die für uns durchaus auch wertvoll sein könnte? - Versuchen wir darüber nachzudenken, auch wenn für so ein Thema ein viel größerer Rahmen zur Verfügung stehe müsste, als dies hier der Fall sein kann.

Wenn wir von Partnerschaft sprechen, so wollen wir nicht übersehen, dass es viele Formen sinnvoller Partnerschaften gibt. Immer geht es dabei um Gemeinsamkeit, um Ergänzung von Qualitäten und Fähigkeiten, damit Ziele erreicht und Aufgaben erfüllt werden können, die der Einzelne allein nicht so gut oder überhaupt nicht bewältigen kann. Es geht auch um jene Erfülltheit im Leben, die in der Einsamkeit des Alleinseins nicht möglich ist. Manchmal steht die bloße Zweckerfüllung im Vordergrund, meistens ist jedoch Anziehung, Sympathie und Sehnsucht dabei – und das hat etwas mit Liebe zu tun, wie immer das jeder für sich auch ausdrücken möchte.

In diesem Beitrag geht es vor allem um die Partnerschaft zwischen Mann und Frau, eine Gemeinschaft, in der die duale Ergänzung von männlich und weiblich noch zusätzlich eine bedeutende Rolle spielt. Und es geht hier vor allem darum, verstehen zu lernen, warum gerade hier so viele und tief greifende Schwierigkeiten auftreten können, wo dieser Beziehung im Allgemeinen doch Liebe und Sehnsucht zugrunde liegen, wo schon von der Schöpfung her ein unsichtbares geistiges Band angelegt worden ist, durch das sich gerade diese beiden Pole immer wieder zu einer Partnerschaft hingezogen fühlen.

Das Problem der Umbruchszeit

Wir leben heute in einer Zeit, in der fast nichts mehr so läuft wie früher – auch in der Partnerschaft nicht. Der schon lange vorausgesagte rasante Umbruch, in allen Bereichen des

Lebens, ist in vollem Gang. Und immer steht der Mensch mitten darin und wird gefordert: Der einzelne Mensch allein oder in der Zweisamkeit, in der Familie, in Gruppen oder in Völkergemeinschaften. Wie wir sehen kann niemand diesen vernetzten, weltumspannenden Umformungskräften ausweichen. Mehr oder weniger überfordert werden wir einfach mitgerissen und zu Veränderungen gezwungen. Wir stehen gegenwärtig in einer Übergangsphase, in der bisheriges Denken und Verhalten keine guten Ergebnisse mehr bringen, aber eine wirklich gefestigte neue Orientierung und Ordnung auch noch nicht möglich ist. Noch fühlen wir diesen Bewegungen gegenüber eine gewisse Hilflosigkeit und Ohnmacht, doch bleibt jeder von uns als geistige Persönlichkeit trotzdem verantwortlich für seine Lebensgestaltung und muss auch in den zwingenden Sog der zunächst irritierenden Veränderungskräfte seine ethischen und moralischen Grundlagen einbringen – sicherlich neu geformt der neuen Zeit angemessen. Und aus der Sicht des geistigen und göttlichen Potenzials im Menschen heißt „neu" und „zukunftsorientiert" immer, dass etwas besser, stärker und insgesamt menschen- und lebensgerechter werden muss. Das heißt aber auch, dass wir ohne Bewältigung unserer menschlichen Schwächen und Weiterformung unserer Charakterstärken dieser drängenden Entwicklung nicht gerecht werden können. - Was hat das aber mit Partnerschaft und mit den hier zunehmenden Problemen zu tun?

Auch die Herausforderungen in der Partnerschaft können diesem Umbruch nicht ausweichen. Ja, gerade die Partnerschaft zwischen Mann und Frau stellt ein Zentrum dar, in dem sich wesentliche Lebensabläufe vollziehen, in dem menschliches Leben gezeugt wird, seelisch-geistige Entfaltung stattfindet und dadurch natürlich auch ganz besonderen Herausforderungen in Richtung Veränderungen, Korrekturen und Erneuerungen ausgesetzt ist. In dieser, von der Schöpfung selbst angelegten dualen Einheit von männlich und weiblich, können die umfassendsten und intensivsten Aktivitäten in Bewegung kommen. Hier kommt es zu den intimsten Wechselwirkungen in allen geistigen, seelischen und körperlichen Ebenen, und in allen Höhen und Tiefen. Hier sind die stärksten Kräfte im Spiel und die tiefgreifendsten Entwicklungsschritte möglich, aber hier können verständlicherweise auch die heftigsten Störungen auftreten, wenn menschliche Schwächen mit dabei sind, und das ist ohne Ausnahme bei uns allen der Fall. – So bringt die Umbruchszeit durch die massiven Anforderungen an die einzelne Person auch heftige Turbulenzen in die Partnerschaft hinein, durch die wir heute viel schneller an unsere Grenzen stoßen als früher.

Das heißt zusammenfassend, dass ein Großteil der Probleme nicht durch die Partnerschaft selbst entsteht, sondern die Probleme, die jeder Einzelne von uns hat, werden in der Partnerschaft nur ausgefochten und können auch hier durch die ergänzenden Möglichkeiten wie sonst nirgends besser ausgefochten werden. Dort wo Sympathie, Liebe und Freude die Seele bewegen, dort wo Verständnis und Verzeihung leichter fallen, dort ist ein starker Boden, um notwendige Charakterarbeit zu bewältigen. Doch die eigenen Probleme kann jeder von uns nur selbst lösen und nicht unser Partner, auch wenn er oft viel zu einer Lösung beitragen kann. Und das ist ein gravierender, meist viel zu wenig beachteter und nicht bewusster „Knackpunkt", der viele scheinbare Partnerschaftsprobleme unlösbar macht: Aufgrund mangelnder Einsicht, Selbstkritik und Ehrlichkeit schieben wir unsere eigenen Schwierigkeiten dem Partner in die Schuhe – Schwachstellen gibt es dafür zur Genüge. Wenn hier aber ein gewisses Maß übersehen wird, dann entsteht ein in sich verstricktes Knäuel von Schuldzuweisungen, die nur mehr schwer der Seite, auf der die Lösungen möglich sind, zugeordnet werden können.

Das Problem der Emanzipierung

Eine zweite Zeiterscheinung, die weitere Schwierigkeiten gerade auch in die Partnerschaft bringen kann, besteht in dem zunehmenden Bedürfnis, die eigene Persönlichkeit mehr und mehr zur Entfaltung zu bringen. Und wenn das bei Einzelnen noch nicht so ist, dann werden sie von

dem heutigen Zeitgeist dazu aufgefordert und zur Übernahme von mehr eigener Verantwortung gedrängt. Wir nennen diesen Vorgang „Emanzipation", das heißt Befreiung aus Abhängigkeit und Bevormundung. Dieses Wort ist schon länger in aller Munde, vor allem dort, wo es sich um ein Stärker- und Selbständiger-Werden der Weiblichkeit handelt, aber Emanzipation heißt ganz allgemein freier werden und immer mehr zu seinem eigenen Selbst finden – im männlichen Bereich ist das genauso notwendig. Und unter Emanzipieren im geistig fortschrittlichen Sinn darf auch nicht ein Freier- und Stärkerwerden verstanden werden, um den Weg allein gehen zu können, weil wir ja jetzt stark genug dazu wären, sondern um den Gemeinschaftsgeist mit den persönlichen individuellen Qualitäten zu bereichern, zu beleben und zu befruchten. Nach einem langen Erfahrungsweg wissen wir heute, dass es für eine dauerhafte, gut funktionierende Partnerschaft ganz wichtig ist, die eigene Persönlichkeit herauszubilden und in einer gewissen Freiheit die eigenen Qualitäten zu entfalten, um sie wiederum in die Partnerschaft einzubringen, und damit auch neue Frische und gemeinsame Entfaltungsmöglichkeiten in gemeinsame Aufgaben. – Auch dieser ganz wesentliche Werdegang befindet sich noch in einer Übergangsphase und funktioniert noch nicht richtig. Die meisten von uns befinden sich bereits auf diesem Weg, doch es treten noch allzu viele Holprigkeiten, Missverständnisse, Spannungsfelder und Konflikte auf, die aus zu geringem Verständnis der Situation viel zu früh zur Trennung führen. Frauen verlassen ihre Männer, weil das bisweilen starke Geschlecht mit dem weiblichen, vom Zeitgeist unterstützten Vorwärtsdrängen nicht Schritt halten kann, und Männer verlassen ihre Frauen, weil sie nicht mehr die gewohnte rückhaltlose Unterstützung der dienenden Partnerin bekommen, sich in ihrem Stolz verletzt fühlen und emotional an ihren Grenzen angelangt sind. Beide versuchen meist ihr Glück in einer anderen Partnerschaft, um sehr bald doch wieder einsehen zu müssen, dass hier ganz ähnliche Schwierigkeiten auftreten und nur ein verständnisvolleres kompromissbereiteres Verhalten auf beiden Seiten zum Ziele führen kann.

Wenn in einer Partnerschaft ein scheinbar unerträgliches Maß an Spannungen erreicht ist, dann steht auch die Versuchung im Raum, verletzt, enttäuscht und resignierend zu glauben, es sei ein Fehler gewesen, mit dem offenbar falschen Partner diese Gemeinschaft einzugehen. – Dazu soll gesagt sein, dass sich tief in unserer Seele ein Lebensplan befindet, der die wesentlichen Schritte in unserem Leben drängend und zwingend und auch oft ohne uns zu fragen in der Führung einer höheren Weisheit durch entsprechende Lebensumstände einleitet. Und dazu gehört ganz sicher auch die wertvolle Zeit einer Partnerschaft. Solche lebensformenden Schritte macht man nicht einfach so nebenbei. Und wenn wir in einer Partnerschaft das nicht gelernt haben, was in diesem Lebensplan an Lernaufgaben vorgesehen ist, dann wird das in einer anderen Partnerschaft wieder auf dem Plan stehen, das ist eine altbekannte Tatsache. Das heißt, nicht so schnell aufgeben, und ernsthaft prüfen und überlegen, ob es wirklich Zeit ist, etwas aufzulösen, um eine andere Bindung einzugehen oder um den Weg allein weiter zu gehen. Das Möglichste tun, das ist auch hier die Devise und die beste Grundlage für alles Kommende, und das Möglichste kann durch immer noch weitere Erkenntnisse immer mehr sein.

Das Problem der Trennung

Und wenn eine Trennung nicht mehr zu verhindern ist, dann sollte sie nicht hart, kompromisslos, beschuldigend, unversöhnlich und verurteilend vollzogen werden – das bringt für beide Seiten ein behinderndes Weitergehen - sondern möglichst verständnisvoll, einsichtig und mit einem möglichen Rest von Verbindlichkeit, vor allem dann, wenn ernsthafte Verpflichtungen nicht einfach beendet werden können, wie gemeinsame Kinder oder andere verantwortungsvolle Aufgaben. Wie die Tatsachen es uns zeigen, ist das trotz Bemühen nicht immer möglich, aber wiederum die Möglichkeiten auszuschöpfen, das obliegt unserem guten Willen.

Eine hilfreiche Methode in einer Partnerschaftskrise, die noch sehr viel guten Willen beinhaltet, ist

das möglichste Hineindenken, Hineinfühlen, Hineinschlüpfen in den anderen: - "Was würde der Partner von mir brauchen, damit er glücklicher sein kann; was für ein Verhalten von mir macht es ihm besonders schwer, mit mir zu leben; wo kann ich ihm entgegenkommen; der andere ist es mir wert, dass ich mich bemühe; ich gestatte dem anderen auch eine eigene Meinung zu haben, wenn grundsätzliche Gemeinsamkeiten dadurch nicht in Frage gestellt werden." Achtung und Liebe müssen in jeder Partnerschaft eine Rolle spielen, damit sie dauerhaft sein kann.

Aber trotz großem Bemühen gehen Wegstrecken mit bestimmten Menschen oft zu Ende. Zwar wurde auf dem Boden von Liebe und Zuneigung einst gern der Schwur geleistet: "Solange bis der Tod uns scheidet" - doch sogar bei den Menschen mit größtem Verantwortungsbewusstsein treten manchmal unvorhersehbare Umstände ein, die diesen Vorsatz nicht gelingen lassen.

Ganz sicher ist es aber wesentlich, wie wir unsere Beurteilungen und Entscheidungen in die Tat umsetzen - ob mit oder ohne unser Gewissen, ob mit oder ohne Bemühen, nicht zu verletzen, zu verwunden und zu verurteilen, ob mit oder ohne dem Aspekt der Nächstenliebe und der Achtung des persönlichen Werdeganges des anderen. Und ich glaube, an diesem "Wie" werden wir letztlich gemessen und beurteilt, ob wir gescheitert sind oder bestanden haben.

Dieser Artikel wurde bereits 4277 mal angesehen.