

TRENNUNG IN LIEBE - KONFLIKT- BEWÄLTIGUNG AUF AUGENHÖHE

„Trennung in Liebe“ hat sich Mathias Voelchert, Paarberater und Beziehungs-Coach zur Aufgabe gemacht. Er berät und betreut Paare, deren Beziehung an einem Wendepunkt angelangt ist. Paare, deren Veränderung im Laufe des Zusammenlebens ein Überdenken der eigenen und gemeinsamen Situation „not-wendig“ macht. Ob diese Paare nach dem Coaching zusammenbleiben oder sich trennen - das ist nicht das Thema für Mathias Voelchert. „Das“, so der Coach, „können Sie nur mit sich und Ihrem Partner lösen.“

Meist ist es einer der beiden Ehepartner, der sich per Telefon oder E-Mail an Mathias Voelchert wendet. Das Thema seiner Arbeit „Trennung in Liebe“ spricht viele Paare an, die wohl merken, dass sie an einem Wendepunkt ihrer Beziehung angelangt sind und doch nicht wissen, wie sie damit umgehen sollen.

Momentaufnahme der Beziehung

Da kommt das Angebot des Münchner Beziehungscoaches gerade Recht. „Die Paare, die zu mir kommen, haben eine offene Rechnung miteinander“, erklärt Voelchert, „und dann kommt der Trennungsgedanke auf den Tisch. Wir sprechen dann über das Anliegen beider Beteiligten und das Ergebnis ist eine Momentaufnahme der Beziehung.“

Das Ergebnis dieser Zusammenkunft ist aber nicht zwangsläufig die Trennung. „Wenn sich durch diese Gespräche herausstellt, dass das Paar über all die Jahre eine Vertrauensbasis geschaffen hat, die es möglich macht, die Partnerschaft neu anzugehen, kommt es vielleicht gar nicht zur Trennung“, sagt Paarcoach Mathias Voelchert, „eine Beziehung über all die Jahre hinweg ist ja auch Veränderung.“

Veränderungen bringen den unausgesprochenen Vertrag zum Kippen

Was sind die Ursachen dafür, dass das einstige Liebespaar, das sich zu einem gemeinsamen Leben „bis dass der Tod Euch scheidet und in guten wie in schlechten Tagen“ zusammengefunden hat, durch diese Veränderungen auseinanderdriftet?

Voelchert: „Die Paare schließen bei der Heirat einen unausgesprochenen Vertrag miteinander, das sind unausgesprochene Vereinbarungen, die



Mathias Voelchert
Buchautor und Paarberater

beide zu der Zeit akzeptieren. Das ist oft noch sehr patriarchalisch ausgerichtet - der Mann arbeitet und bringt das Geld nach Hause. Die Frau bekommt die Kinder und bleibt zu Hause. Dann wird das Kind zehn Jahre alt. ‚Ich will zurück in den Job‘, sagt die Frau. ‚Wieso?‘, wundert sich der Mann. Ein eigener Job bringt Unabhängigkeit, eigenes Geld und bedroht damit die unausgesprochenen Vereinbarungen, die mit der Eheschließung einhergingen.“

Partner, die Macht abgeben müssen (in diesem Beispiel der Patriarch, der Macho), bekommen feuchte Hände. „Es kommt zum Streit über die Veränderungen“, hat Mathias Voelchert oft genug erlebt.

Trotz Trennung ‚Liebe‘ füreinander?

Auch er selbst hatte immer folgendes Bild verinnerlicht: „Wir sind beide grau und alt und sitzen gemeinsam auf einer Bank, freuen uns, dass wir ein langes und schönes gemeinsames Leben hatten ...“ Voelchert und seine Frau haben sich vor zehn Jahren getrennt. „Und wir könnten heute noch gemeinsam grau und alt auf einer Bank sitzen, einfach, weil wir es geschafft haben, dass unsere ‚Liebe‘ zueinander diesen ‚Streit‘ überlebt hat.“

Und das ist Voelcherts Ansatzpunkt, wenn er mit Paaren an einer „Trennung in Liebe“ arbeitet. „Veränderungen sind legitim“, sagt er, „Trennungen sind halt einfach da, das passiert im Leben. Also muss man sich damit auseinandersetzen. Dabei müssen sich beide Partner ihre Situation klarmachen, aber nicht bewerten.“ Statt gegenseitig Schuldzuweisungen zu verteilen, müssen sich die Ehepartner in der Krise auf „Augenhöhe“ begegnen.

Begegnung auf Augenhöhe

„Nicht selten sitzen die Männer, deren Frauen sich trennen wollen, erst einmal lässig da ...“, beschreibt der Münchner Paarcoach die Haltung vieler seiner Klienten, „doch diese Haltung kehrt sich schnell um“, wenn sie die Ernsthaftigkeit des Anliegens ihrer Noch-Partnerin begreifen. „Eine mögliche Trennung macht Angst, das Märchen ist vorbei. Und der andere hat nicht nur etwas zu verlieren, an Macht zu verlieren, er muss seine Partnerin sogar unterstützen, damit die handeln kann.“ Verhandeln auf Augenhöhe also ...

Und so arbeitet der Münchner Paarcoach mit seinen Klienten. „Die meisten meiner Klienten haben den Kontakt zu mir über das Internet gefunden. Sie kommen allein, aber auch zu zweit.“ 40 bis 50 Prozent der Paare suchen die gemeinsame Lösung und das gemeinsame Gespräch.

Trennung in Liebe - „ach, ist es schon soweit?“

Derjenige, der den Kontakt zu Voelchert gesucht hat, ist natürlich der Aktivere, hat vielleicht auch schon dessen Buch „Trennung in Liebe“ - siehe Kasten - gelesen. „Ach, ist es

schon soweit? wundern sich manche Partner, wenn sie dann bei mir sitzen und die Partnerin auf das Buch verweist“, erzählt Mathias Voelchert von der Reaktion mancher Klienten, wenn die Karten auf den Tisch kommen. Um beide Partner zum Nachdenken über die eigene Situation und die gemeinsame Beziehung zu bewegen, hat Mathias Voelchert einen Fragebogen entwickelt, der Fragen zur eigenen Person und zur Sicht auf den Partner enthält.

Getrennte Befragung bringt Ungleichgewicht ans Licht

Das Ergebnis dieser getrennten Befragung wird immer mit Spannung erwartet - nämlich vom jeweils anderen. „Das interessiert die Partner: ‚Was hat der oder die denn geschrieben?‘ Plötzlich reden die gar nicht mehr mit mir, sondern miteinander“, erzählt Voelchert. Ein erster Erfolg. „Veränderung braucht Antrieb“, sagt der Paarcoach, „plötzlich gibt es eine ‚Not-Wendigkeit‘, die Beziehung zu betrachten. Ich beobachte mich und dich und ich bewerte nicht.“ „Was ist denn der Grund, dass Sie sich trennen wollen, frage ich“, erklärt Voelchert sein weiteres Vorgehen und „was wäre, wenn Sie den Grund wüssten? Würden Sie sich ändern? Würden Sie die Situation ändern?“ „Aber“, gibt er zu bedenken, „du kannst aus einem schwarzen Pferd kein weißes machen. Wir unterliegen der Illusion, wenn ich den Grund wüsste, könnte ich die Beziehung retten. Doch die Entwicklung über Jahre hinweg kann man nicht rückgängig machen.“

Trennung ist ein Lebensprozess

Dann doch in vielen Fällen eine „Trennung in Liebe“? „Trennung ist ein Lebensprozess. Ich werde den Partner nie mehr los, muss Umgangsformen finden - Streit, Krach, Schuldzuweisungen sind üblich“, weiß Paarcoach Voelchert, „man kann sich nicht vor Verletzungen, dem Schmerz einer Trennung schützen.“ Auch der Coach hat es letztlich nicht in der Hand, ob seine Klienten im Zorn auseinandergehen oder ob sie durch ihn angeregt über die Selbstreflexion zu einer neuen

Form der Partnerschaft finden, die auf einer möglichst gewaltfreien Beziehung basiert, die die gemeinsamen Kinder stärkt, die die gemeinsame Firma stärkt, die dem trennungsbereiten Paar das erarbeitete Geld erhält ... „Ich bin auch nicht der Freund oder der Feind des einen oder anderen“, erklärt Voelchert seine eigene Position in dem „Spiel“, „Ich bin der Freund der Beziehung der beiden.“ Und das ist sein Ziel: Menschen zum Nachdenken zu bewegen, Paare zur Kommunikation zu bringen. „Letztlich hat es jeder selbst in der Hand“, sinniert Mathias Voelchert, „will ich zerstören? Will ich den anderen verletzen? Oder will ich in Freundschaft auseinandergehen.“

Interview: Marion von Gratkowski, Mike Neumann

Weitere Informationen unter: www.trennung-in-liebe.de

Infoabende & Seminare

München. Einmal monatlich bietet Mathias Voelchert Informationsabende zu den Themen „Trennung in Liebe“ oder „Paare im Wandel“ an. Nächste Termine: 26.5.2006, 2.6.2006, 7.7.2006 jeweils ab 18.30 Uhr, München, Amalienstr. 41 Rückgebäude, Eintritt frei.

Köln und München. Vier Workshops zum Thema „Trennung in Liebe - Partnerschaft in Liebe“ finden in Zusammenarbeit mit Jürgen Schneid, Familien- und Paarberatung in Köln und München statt. Dazu sind beide Partner eingeladen. Nächste Termine: 1. bis 3. September 2006 in München, circa 20 Teilnehmer/innen, 10. bis 12. November 2006 in Köln, circa 20 Teilnehmer, nur für Männer. Kursgebühr: 280,- Euro. Anmeldung: www.trennung-in-liebe.de

Weitere Vorträge. Bayreuth 28.4.2006 Vortrag ab 19.30 und Seminar am 29.4.2006, 9.30 - 17.30, Anmeldung: www.ebw-bayreuth.de; Karlsruhe, wirkstatt, Workshop, 12.5.2006, 18 Uhr, 13.5.2006 ab 9.30 Uhr, Kursgebühr 180 Euro, Paare 290 Euro. Anmeldung unter www.wirkstatt.de Kurs 5662.

TRENNUNG IN LIEBE ... DAMIT FREUNDSCHAFT BLEIBT

Mathias Voelchert weiß, wie es ist, wenn sich Paare nach einer langen gemeinsamen Zeit trennen. Sicher schmerzlich, aber auch eine Chance für einen neuen Anfang. Aus der eigenen Erfahrung hat der Münchner Paarcoach ein Konzept entwickelt, mit dem er trennungswilligen Paaren einen Weg aufzeigt, wie sie sich ohne Bitterkeit und gegenseitige Schuldzuweisungen trennen können. Bei aller Wut, Trauer, Angst oder Hilflosigkeit, die in einer solchen Situation entstehen: Aus einer Liebesbeziehung kann durch eine aufrichtige und respektvolle Trennung eine Freundschaft werden. Ehrlichkeit, gegenseitige Achtung und Wertschätzung des gemeinsam Erlebten sind Grundstock für einen solchen Weg. Das Buch ist ab sofort auch im RosenKrieg-Buchshop (siehe Seiten 52 bis 55) erhältlich.



Mathias Voelchert,
„Trennung in Liebe ... damit
Freundschaft bleibt“,
März 2006, Kösel Verlag, Euro 19,95.
www.paareimwandel.de