

Erfahrungsbericht unserer Paartherapie

Carola und Johannes

Carola 44 J. :

Zwei Jahre Kennenlernen, Heirat – und zwei weitere Jahre später Ende der Gemeinsamkeiten in drohender Sicht, in dieser Situation haben wir bei Frau Broermann mit der Paartherapie begonnen, da uns beiden viel daran lag, zusammen zu bleiben und nicht wieder in die nächste Beziehung abzuwandern. Nach einigen Monaten mit zweiwöchigen Sitzungen war ich wieder bereiter und in der Lage die Ansichten meines Mannes anzuhören und ernster zu nehmen: nicht als gegen mich gerichtet und einschränkend, sondern als eigenständige, halt oft ganz andere und daher für mich unverständliche und unbequeme Lebenseinstellungen und Wünsche.

In den vergangenen Jahren haben wir weiter begleitend ein paar Mal im Jahr Paarstunden gehabt, und bei allen Themen und Veränderungen, die für uns als Paar Einschnitte und Umdenken erforderten, wie z.B. die Geburt unseres Sohnes, Todesfälle, berufliche Schritte, Umzug lernten wir, im Gespräch zu bleiben, im Stress und in Konflikten einen Schritt zurückzutreten statt in Kampf und Abwertung zu verfallen und auch zu akzeptieren, dass man sich teilweise nicht gut aushalten kann und dem dann Raum geben sollte, indem man Abstand wahrt. Dazu war es nötig, unsere jeweilige Familiengeschichte und auch aktuelle Verhaltensmuster zu hinterfragen. Unsere große Verschiedenheit sehen wir inzwischen auch als Bereicherung. Wir finden zwar nur teilweise einen gemeinsamen Nenner, nutzen dann aber die so entstehenden Freiräume.

Frau Broermann hat es geschafft, uns beide mit großem Wissen und Einfühlungsvermögen zu unterstützen, ohne Partei zu ergreifen, obwohl ich mir manchmal natürlich gewünscht hätte „Recht zu haben“ und es teilweise auch nicht angenehm war, sich damit auseinanderzusetzen, wie man selbst gerade handelt.

Wir sind jetzt seit 11 Jahren zusammen und sehr dankbar, mit der Unterstützung der Therapie ein glücklicheres miteinander Umgehen erlernt zu haben, d.h. auch viel mehr miteinander lachen können und nur selten kämpfen.

Erfahrungsbericht unserer Paartherapie

Carola und Johannes

Johannes 56 J.:

Wenn man eine Liebesbeziehung eingeht und dies in nicht mehr so ganz jungen Jahren tut, bringt man in die neue Beziehung eine Menge positiver wie auch negativer Vorerfahrungen ein. Weil dies so ist, sind Entscheidungen, die getroffen werden, schwerwiegender und weitreichender als in jungen Jahren. In meinem Fall war das so, und die Entscheidungen fielen schnell: zusammenziehen, heiraten, ein Kind kriegen, umziehen, sich beruflich verändern, und das in kurzen und deshalb oft auch angespannten Situationen.

Wenn man als Paar sehr verschieden ist, und das waren und sind wir, treten Situationen auf, die man allein nicht bewältigen kann, in denen man sich in Konflikten wiederfindet, die scheinbar nicht lösbar sind. Und plötzlich entstehen Situationen, die die gesamte Beziehung in Frage stellen. Da war und ist es für mich und uns als Paar sehr hilfreich gewesen in den regelmäßigen Sitzungen mit Frau Broermann an uns zu arbeiten.

Frau Broermann hat uns immer wieder den Spiegel vorgehalten, das so entstandene Bild neu ausgeleuchtet und neue Bilder entworfen. Das war nicht immer angenehm, aber sinnstiftend und erkenntnisreich, weil es getragen war von dem Wunsch unsere Beziehung dauerhaft stabilisieren zu helfen. Nie hat das Gefühl überwogen, dies geschehe einseitig.

Frau Broermann ist in ihren Formulierungen oft sehr pointiert und nachhaltig, immer klar und oft sehr humorvoll. Sie schöpft in ihrer Arbeit aus einem großen Erfahrungsschatz. Oft waren es die scheinbar kleinen Dinge, die, in einen größeren Zusammenhang gestellt, den Kern von Konflikten erreichten und Lösungen ermöglichten. Wie gesagt, das tut manchmal weh und ist anstrengend, aber es lohnt sich!