

Verliebt, verheiratet, geschieden?

von Monika Kiel-Hinrichsen

Max streicht sich zufrieden über seinen braungebrannten Kahlkopf und zieht das weiße Hemd aus dem Schrank. In einer Stunde beginnt die Chorprobe. Es hat ihn vor einem halben Jahr Mut gekostet, im Chor vorzusingen, aber das war seine Chance, etwas für sich tun! Lara hingegen hat immer irgendwo einen Termin – und oft genug saß Max allein und unzufrieden vor dem Fernseher. Die Frage nach ungelebten Ressourcen haben ihm dann die Augen geöffnet. Früher war er Gitarrist in einer Band und hatte auch Solos gesungen, doch das passt heute für ihn mit 46 Jahren nicht mehr. Stattdessen singt er nun im Opernchor als Tenor und fühlt sich seitdem so lebendig wie selten zuvor. Doch vermutlich spielt dabei auch Rosa eine Rolle ...

Max freut sich jede Woche schon Tage zuvor auf die Begegnung, den Klang ihrer warmen Altstimme im Ohr. Anfangs hat er versucht, dieses Gefühl zu verdrängen, aber es hat ihn stattdessen umso mehr ergriffen. Heute beginnen die Proben für den Gefangenenchor der Verdi-Oper *Nabucco*, der interessanterweise auch der «Freiheitschor» genannt wird – und in einem Monat folgt ein Chorwochenende an der Ostsee, auf das er sich schon freut, wird es doch eine Gelegenheit sein, Rosa noch näher zu sein. Als würde Lara spüren, was in Max vorgeht, macht sie häufiger spitze Bemerkung über seinen Chor. Doch das perlt inzwischen an ihm ab. Sie haben sich in den letzten Jahren auseinandergelebt, kein wirkliches Interesse mehr aneinander gezeigt. Lara hatte sich von seinem Phlegma immer mehr in die Schwere ziehen lassen und fühlte sich zeitweise richtig depressiv. Bis sie für sich die Entscheidung treffen konnte, wieder mehr nach außen zu gehen: Tanzen, Sport, Sprachkurse, Wochenenden mit Freundinnen und auch ein Seitensprung gehören in ihr «Freizeitprogramm». Das war gut für sie – hat sie als Paar allerdings immer weiter voneinander entfernt.

Marlen und Daniel sitzen in der dritten Mediationssitzung. Sie leben seit einem Dreiviertel Jahr getrennt. Zu Beginn, gesteht Marlen, sei sie mit in die Mediation gegangen, weil sie hoffte, dadurch die Beziehung zu Daniel retten zu können. Doch die letzte Sitzung hat noch einmal die alten Gefühle von Wut und Ohnmacht ans Tageslicht gebracht und ihr gezeigt, wie wesentlich für sie Vertrauen und Zuverlässigkeit sind – Bedürfnisse, die zu lange ein Mangel waren.

Marlen und Daniel mussten noch einmal beide erkennen, dass es in der Vergangenheit zu viele gegenseitige Verletzungen gab, die eine Fortführung ihrer Ehe ausschließen. Ein schmerzlicher Prozess, einer Trennung nun wirklich ins Auge zu blicken! Beide möchten ihre Ehe nicht nur als gescheitert betrachten, sondern richten den Blick auch auf das, was in den letzten 18 Jahren gut ging; und sie richten den Blick noch einmal auf die Anfangssignatur ihrer Beziehung, die schon zu Beginn mit Fragen nach «der Richtigen» / «dem Richtigen» geprägt war. Diese Fragehaltung zog sich neben 15 glücklichen Elternjahren wie ein roter Faden durch die Beziehung und sorgte für Spannungen, Verletzungen und Demütigungen, die auch jetzt in der Mediation noch einmal als Schatten ans Licht kamen. Da sie ihren beiden Kindern aber weiterhin vertrauensvolle Eltern sein möchten, entschieden sie sich für eine Trennungsmediation, um neben einer guten Regelung bezüglich der Vermögensverhältnisse so auch neue Wege für den Umgang mit den Kindern zu finden. Denn verbunden bleiben sie durch die gemeinsamen Kinder ein Leben lang!

Wohl fast jede Beziehung kommt einmal an den Punkt, an dem sich die Partner die Frage nach der Dauer ihrer Ehe oder ihrer Verbindung stellen. Da Paare in einem Beziehungssystem leben, in dem fortwährend Wechselwirkungen stattfinden, sind sie



daher auch ständig Veränderungen ausgesetzt, die gemeinsam gelebt und gestaltet werden wollen.

Man darf sich diesen Prozess wie ein Mobile vorstellen: Nehme ich an einer Stelle etwas ab oder füge etwas Neues hinzu, verändert sich die Lage aller Gegenstände, und es braucht ein feines Auge und eine sichere Hand, um alles wieder ins Gleichgewicht zu bringen. Für eine Weile geht alles durch ein Chaos, nennen wir es Krise, um durch deren Bewältigung eine neue Ordnung zu erlangen. Diese fällt besonders schwer, wenn einer der Partner eine Außenbeziehung eingeht und so plötzlich eine «Dreiecksbeziehung» entsteht.

Lara hatte einen Seitensprung und Max ist dabei, sich in Rosa zu verlieben. Beide haben ihre Liebesenergie an einen anderen gegeben und fühl(t)en sich nicht mehr so stark mit dem eigentlichen Partner verbunden. Jeder von ihnen hat einen neuen Entwicklungsschritt getan, an dem der andere nicht teilhaben konnte – worauf häufig die Trennung folgt.

Eine Außenbeziehung bedeutet aber nicht zwangsläufig das Ende einer Beziehung, sondern ist ein Symptom für Ungelebtes in der bisherigen. Sie kann als ein Weckruf für das Paar gesehen werden und bietet die Chance, auf erneute Entdeckungsreise zu

gehen. Max war an Laras Entwicklung zu sich selbst erwacht. Der «Freiheitschor» hat ihn aus seiner inneren Gefangenschaft erlöst, wodurch er empfänglich für Rosa wurde, aber eigentlich auf der Suche nach sich selbst war. Als Max und Lara das gemeinsam erkannten, konnten sie einen neuen Schritt in ihrer Beziehung gehen und haben sich «nur» von alten Beziehungsmustern trennen müssen.

Doch nicht immer gelingt es auf diese Weise. Marlen und Daniel waren an den Punkt gekommen, sich zu trennen und hatten sich für eine Trennungsmediation entschieden, um so außergerichtlich in einer konstruktiven Atmosphäre für beide Seiten stimmige Vereinbarungen zu finden. Daniel war sich seiner Entscheidung sicher, während Marlen noch Beziehungshoffnung hegte, wodurch im Prozess der Blick auf die unterschiedlichen Gefühle und Bedürfnisse gerichtet wurde, was noch einmal zu Konflikten führte. Aber gerade die klaren Mediationsregeln und -phasen verhalfen den beiden in den Folgesitzungen dazu, immer wieder respektvoll und konstruktiv miteinander umzugehen. So konnten sie auch ihre Trauer zulassen und ein gewünschtes Abschiedsritual füreinander finden. Ein kostbarer Moment, der ihnen bei den klaren Vereinbarungen für ihre gemeinsame Zukunft als Eltern sehr half. ■