

Midlife-Crisis in der Partnerschaft

von Monika Kiel-Hinrichsen

Henri kommt todmüde von der Baustelle, wo er gerade die letzten Fliesen verlegt hat. In einem Vierteljahr soll der Umzug ins neue Haus stattfinden. Der Druck, der auf seinen Schultern lastet, steigt allmählich zum Überdruck an! Hoffentlich sind die Kinder schon im Bett, und Miriam ist zum Elternabend gegangen, denkt Henri, denn er hat keine Lust mehr auf den nervigen Alltagsstress. Wenn er gewusst hätte, was mit dem Bau des Hauses auf ihn zukommen würde, hätte er sich dagegen entschieden.

Es ist jetzt zwei Jahre her, dass Miriam, heute 37 Jahre, und er Henri, 39 Jahre, sich entschieden hatten, ein Haus in der neuen Ökosiedlung zu bauen. Sie sind jetzt seit dreizehn Jahren zusammen, haben zwei Kinder und kamen besonders im letzten Jahr immer wieder an Schmerzpunkte, die ihre Beziehung in Frage stellen. Miriam öffnet ihm verärgert die Tür: «Musst du immer so spät kommen? Ich sitze auf heißen Kohlen. Mir scheint, du bist mehr mit dem Haus verheiratet als mit mir.» Das hat gegessen! Henri weiß, warum er sich Miriam bereits auf dem Elternabend gewünscht hatte. Sie steht frisch geduscht und bereit zum Aufbruch vor ihm. «Ich geh später noch mit Malte was trinken, wir müssen am Rundbrief arbeiten», wirft sie ihm nebenbei zu – und weg ist sie! Henri holt sich frustriert ein Bier aus dem Kühlschrank, schaltet den Fernseher ein, zappt durch die Programme und geht dann wütend ins Bett. Abrupt steht er wieder auf, nimmt sein Bettzeug und quartiert sich im Arbeitszimmer auf der Couch ein. Als Miriam nachts nach Hause kommt, findet sie das leere Bett vor.

Ein Synonym für ihre Beziehung, denn es ist nicht nur im Bett eine Leere eingetreten, sondern auch seelisch. Irgendwie haben sie sich voneinander entfernt, eine Entfremdung hat stattgefunden. Als sie mit der Hausplanung beschäftigt waren, fühlte sich alles noch stimmig für sie an. Doch inzwischen sind zwei

Jahre vergangen und sie haben sich auseinandergelebt. Henris Leben besteht nur noch aus Arbeit: tagsüber ist er in der Baufirma und abends auf dem Bau. Er denkt nicht viel darüber nach, er funktioniert einfach. Anders ist es bei Miriam, sie hat keine Lust mehr auf dieses Zusammenleben und stellt gerade alles in Frage, auch den Hausbau! Zu lange hat sie sich zurückgenommen. In ihr rebelliert es – sie hat Sehnsucht nach LEBEN! Die Kinder fordern viel von ihr, und auch das ist ihr zu viel. Am liebsten würde sie noch einmal eine neue Ausbildung beginnen, denn in ihrem Beruf als Krankenschwester ist sie nicht glücklich. Midlife-Crisis auf allen Ebenen!

Henri hat lange genug funktioniert, jetzt aber kann er die Egozentrik von Miriam nicht mehr gut ertragen. Eigentlich ist es ein nichtiger Anlass gewesen, und doch hat ihn dieser Satz, er sei mehr mit dem Haus verheiratet als mit ihr, sehr gekränkt. Was denkt sie sich eigentlich? Für wen macht er das denn alles? Inzwischen hätte auch er größte Lust, alles zu kappen. Waren sie nicht glücklicher ohne dieses große Projekt? Auch Henri weiß im Moment gar nicht mehr, was er will. Wenn die Kinder nicht wären, hätte er schon lange einen deutlichen Punkt gesetzt. Außerdem bemerkt er, dass Miriam wieder mehr Wert auf ihr Äußeres legt – aber das scheint nicht ihm zu gelten. Denn während früher sie es war, die ihn verführte, so läuft nun seit Monaten «im Bett» gar nichts mehr. Miriam scheint auf allen Ebenen zu rebellieren.

Der Übergang in eine neue Beziehungsphase verläuft nicht selten krisenhaft. Wie in der Einzelbiografie kommt auch eine Partnerschaft um das vierzehnte Jahr in eine Art Pubertät, die zum großen Prüfstein für Beziehung werden kann. Die Partner haben sich aufeinander eingestellt, Kinder haben das Paar zu einem Familiensystem werden lassen, in dem jeder seine Aufgaben als



Mutter und Vater gefunden hat und «funktioniert». Zukunftspläne wurden geschmiedet und mündeten nicht selten – wie auch bei Henri und Miriam – in eine tiefere Verwurzelung durch ein «Eigenheim», in dem man gerne neu ankommen möchte.

In gewisser Weise ist es jetzt wie beim Besteigen eines Berges: die Partner haben ihren Wanderweg gemeinsam begonnen, manche Mühen bereits auf sich genommen und sind dabei, die Spitze des Berges zu erklimmen. Inzwischen sind die frischen Beziehungskräfte aber verbraucht, und so steht man oben auf dem Berg entweder mit einem guten, zukunftssträchtigen Ausblick oder mit der Sorge, dass es von nun an bergab gehen wird. Dann taucht die Frage auf: Und was nun? Wohin will ich? Wohin soll es mit uns gehen?

Findet diese Pubertätsphase der Beziehung auch noch eine Entsprechung im Lebensalter der Partner zwischen 35 und 42 Jahren, so können wir – wie bei Miriam und Henri – eine Verdoppelung erleben. In der Biografie findet in diesen Jahren eine Art Midlife-Krise statt. Beide erfahren, zwar auf unterschiedliche Weise, ein Aufwachen im eigenen Leben und in der Beziehung. Alles kommt unter den «Hammer des Bewusstseins» und wird geprüft. Hat die eigene Pubertät in der Jugend nicht genügend Erlebnis- und Erfahrungswelt bieten können,

wird sie oft in dieser Beziehungsphase in Form von neuen Abenteuern und neuen Idealen nachgeholt.

Miriam und Henri haben sich durch den Hausbau einer großen Herausforderung gestellt. Sie brauchen einen klaren Blick für die Aufgaben in ihrem Alltag und eine Trennung der sachlichen von der Beziehungsebene. Das Projekt «Hausbau» wirft noch einmal für jeden der beiden die existenzielle Frage auf: Wie will ich mich begründen? Was bedeutet der andere für mich? Welche biografischen Muster verfolge ich in meinem Leben? Bevor jedoch das Hausprojekt bezugsfertig ist, benötigt das vernachlässigte Beziehungshaus die volle Aufmerksamkeit: Welche Räume bedürfen der besonderen Pflege? Wie, wann und wo wird miteinander gesprochen? Welche seelische Qualität im Sinne einer Neueinrichtung braucht der Beziehungsraum, in dem wieder Nähe und Sexualität entstehen kann? Wie kann das Dach neu gestaltet und gedeckt werden, dass eine neue, gemeinsame, ideelle Richtung wachsen kann? Wo gibt es innere Rückzugsräume für jeden Einzelnen, die der andere akzeptiert und durch die für jeden ein Stück neue Freiheit erwachsen kann?

Durch die gemeinsame Auseinandersetzung mit diesen Fragen können Miriam und Henri ein sicheres Fundament legen, um aus ihrem «Hausbau» keine Beziehungsrüine entstehen zu lassen. ■