



*Wir zwei*



Der Ehepaar

*Immer  
wieder neu*

Ausgabe 66

Newsletter aus Schönstatt

*Liebes Ehepaar,*

für den Trassenverlauf der Autobahn A 4 wurde Mitte der 1930er Jahre gezielt die Südseite der Hörselberge gewählt, obwohl die Streckenführung hier mehrere starke Steigungen nötig machte. Es ging den damaligen Planern und Autobahnbauern nicht darum, die einfachste oder kürzeste Streckenführung zu finden, es wurde bewusst die schönste gesucht mit Blick auf die Wartburg. Ein Bild für Ihre Ehe. Neue hilfreiche Entdeckungen für Sie beide, wünscht Ihnen

*Ihr Pater Elmar Busse*

## Aus alten Verhaltensmustern ausbrechen

*Nach der Wiedervereinigung entpuppte sich dieser 4-spurige Streckenabschnitt als extremes Nadelöhr. So entschied man sich für eine weiträumige Nordumfahrung der Hörselberge, die dann sechsspurig gebaut wurde. Im Januar 2010 wurde der neue Streckenabschnitt in Betrieb genommen und der Verkehr umgelegt. Die alte Trasse wurde zurückgebaut und das Gelände renaturiert.*

*Die Verlegung der Autobahn und die Renaturierung des Geländes kann für uns zum Gleichnis werden für eine Herausforderung, vor der viele Paare stehen: aus alten, suboptimalen Verhaltensmustern ausbrechen und neue Verhaltensweisen einüben.*



**I**ch erinnere mich an ein Paar, deren Ehe zu zerbrechen drohte. Die Ursache: Beide waren ausgesprochene Rechthabertypen. Und die begonnene Sanierung eines Altbaus bot genügend Konfliktpotential, um sich immer wieder in die Wolle zu kriegen. Das ging natürlich auch an den drei Kindern nicht spurlos vorüber. Typisch für Rechthaber war die Sicht eines Konfliktes als ein sogenanntes „Nullsummenspiel“: Alle Karten zusammen haben 120 Punkte. Je mehr Augen der Sieger hat, desto weniger hat der Verlierer.

**D**ass es auch Konfliktlösungen geben kann, wo es zwei Gewinner gibt (win-win-Situation), oder „Lösungen“, wo es zwei Verlierer gibt (siehe Nahostkon-

flikt), das hatten die beiden nicht auf ihrem Radar. Es war ein anfangs mühsamer aber im Lauf der Beratungen ein immer schönerer Wandlungsprozess, wie aus zwei Rechthabern zwei Problemlöser wurden.

**B**eide lernten, ihre Anliegen genauer wahrzunehmen und noch nicht die Lösung zu präsentieren, die sie sich vorstellen konnten. So entwickelten sie nach und nach beide eine Flexibilität und eine Kreativität, dass am Ende oft Lösungen vereinbart wurden, die anfangs gar nicht zur Debatte standen. Beide schöpften so Vertrauen in diesen neuen Stil des Umgangs miteinander.



**D**och es gab auch Rückschläge, wo einer oder beide in die alte Rechthaberei zurückfielen und dann die ganze gemeinsame Zukunft vom Schatten eines großen Fragezeichens verdunkelt wurde. Sie beschlossen: Wir verbieten uns strikt wieder in das alte Muster zu fallen, sonst kommen wir nur im Schneckentempo voran; und das ermüdet und raubt uns die Hoffnung.

**F**ür dieses Paar war es die Rechthaberei. Es gibt viele Ehepartner, die schleppen noch ungelöste Konflikte mit dem andersgeschlechtlichen Elternteil mit sich herum. Man fühlte sich nicht genügend geschätzt, Geschwister wurden bevorzugt, Eltern konnten die heranwachsenden Kinder nicht loslassen, für Paarkonflikte der Eltern wurden die Kinder verantwortlich gemacht usw. Natürlich hatte man sich als Kind oder Jugendlicher dann Strategien überlegt und oft wiederholt. Die Kommunikations-, Konflikt- und Streitmuster waren eingefahren. Und dann trifft man in der Ehe einen Menschen, dessen Arsenal an eingefahrenen Verhaltensmustern ganz anders aussieht. – Eigentlich eine ideale Chance, gemeinsam etwas Neues zu entwickeln!

**M**anche Paare fühlten sich anfangs schnell verletzt, weil sie mehr in die Aussage des anderen interpretiert hatten, als er meinte. Inzwischen fragt jeder nach: Was hast du damit gemeint? Bei mir ist das angekommen. Dann klärt sich so manches Missverständnis auf, noch bevor es als bewusste Verletzung interpretiert wird. Andererseits geben beide mehr acht, genauer zu formulieren, was sie meinen.

**M**ancher sensible und konfliktscheue Partner spielt nicht mehr zwei Tage „Stummfilm“, um sich auf diese passive Weise am Partner zu „rächen“. Er hat den Zugang zu seinem Schneckenhaus mit drei Schlüsseln abgeschlossen und hat es gelernt, seinen Schmerz und seine Wut mit Worten auszudrücken. Der Gewinn: Mehr Zeit der Lockerheit und Entspannung miteinander.



Auch wenn die Liebe von selber entsteht, sie wächst nicht von selbst.

Das seelische Ineinander müssen wir pflegen, auch dort, wo es hart auf hart geht.

Josef Kentenich

### Anregungen für die Paar-Beziehung

- Was ist in unserer Beziehung ein altes, inzwischen untauglich gewordenes Verhaltensmuster? Was denke ich, was denkst du?
- Welche neue Strategie wollen wir versuchen?
- Gegenseitige Wertschätzung und Geduld miteinander sowie Rückschläge planen wir selbstverständlich mit ein.

### Anregungen für das Leben mit Gott

- Wir wenden uns an den Heiligen Geist. Er ist der „Vorwärtsbringer“, die dynamische, begeisterungsfähige, kreative Kraft, der – wenn wir

ihm Raum geben - gerne hilft und Veränderung zulässt:

*Heiliger Geist, du verbindendes Liebesband zwischen Vater und Sohn, zwischen Mann und Frau, zwischen uns beiden. Du Beflügler, du Motivierer, du Herausführer, wir brauchen dich! Du bist der, der aus Sackgassen neue Wege, aus dunklen Höhlen den Ausstieg findet. Inspiriere uns, rufe unsere Kreativität wach, erwecke unsere Liebe, lass uns eine Lösung finden, heraus aus Festgefahretem und Beklemmendem. Mit dir können wir Mauern überspringen, aneinander reifen und unzählige Male neu anfangen. Für unsere Liebe lohnt sich jede Anstrengung. Komm!*



| Ehepaar-Newsletter | Herausgeber: Schönstatt-Familienbewegung, Berg Nazareth, Hörner Straße 115, 56179 Vallendar, 0261-64006-12 | Erscheinungsweise digital zum 18. des Monats | Autoren dieser Ausgabe: Claudia und Heinrich Brehm, Vallendar | Gestaltung: H. Brehm | Fotos: Adina-Voicu, diddi4, pixabay.com | **Bestelladresse:** ehe.newsletter@schoenstatt.de |

Wir bitten Sie, den Ehepaar-Newsletter mit ihrer Spende zu unterstützen. Kosten entstehen vor allem für Bildmaterial. Spendenkonto: Schönstatt-Familienbüro, DK Münster, IBAN: DE 4040 0602 6500 0346 1401, Stichwort „Ehepaar-Newsletter“. Vielen Dank!