



Johannes Steilmann und Dr. Sabine Timm
Das Paarberater-Team hilft Paaren und schreibt in
jeder Impulse Ausgabe über Praxis-Fälle
www.Johannes-Steilmann.de

IMPULSE KOLUMNE ZUM THEMA

Vorsicht - Beziehungsbomben – Krisen erkennen und entschärfen

Die Schwieger- und Eltern-Systeme

Du bist wie Deine Mutter!

„Es reicht mir total“ rief Herr Merteson aufgeregt ins Telefon, als er wegen eines Beratungstermins anrief. „Wenn wir unsere Schwiegereltern an Weihnachten, Ostern zu den Geburtstagen und zwischendurch nochmal sehen.... ja, ok, auch wegen der Kinder. Aber meine Schwiegermutter ist eine totale Nervensäge. Sie weiß alles und immer auch besser. Ob es um unsere Kinder geht, unseren Haushalt, den Garten, oder darum, was meine Frau und ich essen oder trinken sollen. Das Schlimme ist, dass meine Frau diese Vorgaben übernimmt, ohne es zu merken. Sie redet zu mir so wie ihre Mutter zu ihr redet. Nämlich wie zu einem kleinen Kind. So steht die Schwiegermutter dauernd zwischen uns. Ich kann und will das nicht mehr mitmachen.“

(Ehepaar Merteson, Name geändert)

Vor einem Jahr hatte Herr Merteson schon einmal angerufen. Das Thema war damals zunehmende Streitigkeiten und Trennungsgedanken. Es wurde ein Termin vereinbart. Drei Tage vor diesem Termin rief Frau Merteson an und sagte diesen telefonisch mit der Begründung ab, dass eine solche Paarberatung ja doch nichts bringen würde. Das hätte ihre Mutter gesagt und auch, dass man solche privaten Familien- und Paarprobleme nicht in die Öffentlichkeit zerren solle. Inzwischen haben sich die Probleme des Ehepaares dramatisch zugespitzt. Aber Achtung! Ist es wirklich die

Schwiegermutter, um die es hier geht? Ist sie, wie Herr Merteson meint, die Böse, die die Ehe kaputt macht?

Familienglück statt Beziehungsbombe – wenn man die Grundregel befolgt.



Grundregel: Die Schwiegereltern bzw. die Eltern dürfen sagen und vorschlagen, was sie wollen! Aber: Das jüngere Paar hat die 100-prozentige Verantwortung für sein Leben und für jede einzelne Entscheidung. Auch dafür, gemeinsam als unangemessene Einmischung verstandene Themen sanft zu ignorieren oder klar aber immer sehr freundlich auf ihre Zuständigkeiten und ihre alleinige Verantwortung hinzuweisen.

An diesem Beispiel sehen wir die klassischen zwei Seiten dieser Problemgeschichte und die darin liegende systemische Verstrickung der erwachsenen Tochter (Frau Merteson) mit ihrer Mutter. Natürlich darf die alte Mutter von Frau Merteson sagen, was sie möchte. Aber sie hat nichts mehr in der Weise zu sagen wie früher, als ihre Tochter noch Kind und in ihrer Obhut war. Nichts mehr: Ihre Tochter muss nichts von dem tun. Die ganze Verantwortung liegt jetzt bei der erwachsenen Tochter und ihrem Ehemann. Frau Merteson kann gemeinsam mit ihrem Mann prüfen, ob

die Ratschläge der Mutter und Schwiegermutter hilfreich sind. Nur die beiden sind gemeinsam verantwortlich für die Entscheidung, z.B. Paarberatung ja oder nein. Der Schwiegermutter kann keine Verantwortung zugeschoben werden. Sie und natürlich auch der Schwiegervater, ebenso wie die Eltern von Herrn Merteson, haben nichts mehr zu sagen, können nichts mehr durchsetzen, egal wie laut und dringend sie ihre Vorschläge an das junge Paar herantragen mögen.

Es ist klar, dass diese Grundregel oft verletzt wird, weil die Eltern aus dem Gefühl, immer noch helfen, unterstützen und leiten zu müssen, ihre erwachsenen Kinder so behandeln, als wären sie heute auch noch Kinder. In solchen Familien gibt es immer Spannungen.



Die Familienseele sucht Ausgleich im Guten zwischen allen Mitgliedern. Weil wir uns selbst für die Besseren halten, lehnen wir manchmal Schwiegereltern oder unsere eigenen Eltern ab und schaffen so seelische Belastungen, die in der Familie zu spüren sind. Unsere wahre Wachstumsaufgabe ist es aber, Respekt, Achtung und Liebe gegenüber jedem Familienmitglied zu üben.

Bei Familie Merteson ist klar zu sehen, dass es im Familiensystem Klärungen geben muss. Vor allem aber sollte ein neues und anderes Verständnis der Paarbeziehung entwickelt werden. Das kann das Paar nicht alleine, da die unbewussten Fäden des Schwieger- und Eltern-Systems ungewollt belastend einwirken. Wenn die Familien- und Paarklärungsprozesse aber nachhaltig durchgearbeitet werden, wird es die langfristig gute Ehe mit einer sehr guten Chance auf Frieden und Glück für alle, die zu diesem Familiensystem gehören, geben.

Übung: Üben Sie ab jetzt, ganz bewusst zu allen Familienmitgliedern, insbesondere zu Ihren Eltern und Schwiegereltern, ausgesprochen respektvoll und liebevoll zu sein. Weihnachten bietet eine gute Möglichkeit.