

Herausforderung Partnerschaft

Es ist nicht immer einfach in Landwirts-Ehen: Wer miteinander verheiratet ist und gleichzeitig miteinander arbeitet, steht vor besonderen Herausforderungen. Denn nicht selten treffen unterschiedliche Wertevorstellungen und Erwartungen aufeinander, die es gemeinsam in Einklang zu bringen gilt.

Landwirte haben mit ganz eigenen Paar-Problemen zu kämpfen, weiß Familienberater Hartmut Schneider. Er ist neben seiner beratenden Tätigkeit ehrenamtlicher Vorsitzender der Bundesarbeitsgemeinschaft der Landwirtschaftlichen Familienberatungen und Sorgentelefone.

„Die enge Verknüpfung von Familie und Betrieb ist eine tägliche Herausforderung. Mit den zwei Partnern treffen häufig unterschiedliche Systeme von Herkunft, Wertevorstellungen

Ausgewogene Balance finden

und Erwartungen aufeinander“, beobachtet er. In einem Betrieb seien Aufwand und Ertrag wichtig, im Familienleben hätten andere Dinge Priorität, beispielsweise genügend Freiraum für gemeinsame Aktivitäten

Anzeichen einer Beziehungskrise

- **Nachlassende Unterstützung:** Partner/in zieht sich von häuslichen und familiären Aufgaben mehr und mehr zurück, ist zu Hause stets erschöpft, findet aber genug Kraft, um Hobbys nachzugehen oder Freundinnen und Freunde zu treffen.
- **Nachlassender Respekt:** Partner/in redet in Gegenwart anderer und im Beisein von Partner/in schlecht über ihn/sie, kritisiert mehr als früher.
- **Emotionale Erpressung:** Liebe und Zuneigung werden davon abhängig gemacht, dass der/die jeweilige Partner/in entsprechend nach der Pfeife tanzt. Liebe und Anerkennung müssen „verdient werden“.
- **Fehlende oder negative Kommunikation:** Partner/in redet nicht mehr über eigene Erlebnisse, Gedanken, Gefühle und interessiert sich nicht mehr für Sorgen des/der anderen, ist mürrisch, gereizt, un-

ten mit der Frau und den Kindern einzuplanen. „Für einen Mann ist es nicht leicht, auf der einen Seite der durchsetzungsstarke Betriebsleiter zu sein, auf der anderen der liebevolle Vater

Arbeit geht oft vor

und Ehemann. Hier treffen unweigerlich konkurrierende Anforderungen aufeinander. Es geht letztlich darum, eine ausgewogene Balance zwischen Familie und Betrieb zu finden, die beiden zugute kommt.“

In bäuerlichen Familien hat die Arbeit einen sehr hohen Stellenwert. Häufig geht sie über alles. Im Mittelpunkt stehen der Hof und dessen Erhaltung.

Bäuerinnen erzählen in der Beratung oft, dass sie mit der Arbeit auf dem Betrieb, mit der Erziehung der Kinder und der Pflege von Eltern oder Schwie-

nahbar. Es gibt nur Streit, aber keine Versöhnung mehr. Es gibt keine Gespräche und keine Konflikte mehr, nur noch Alltagsroutine.

• **Negative Gefühle und fehlende Achtung:** Partner/in nörgelt nur noch, sieht die positiven Seiten des Gegenübers nicht mehr.

• **Rituale und gemeinsame Aktivitäten fehlen:** Eheleute unternehmen nichts mehr gemeinsam. Partner/in will nur allein verreisen und entdeckt für sich neue Interessen oder schaut in der Freizeit nur noch Fernsehen oder liest die Zeitung, lässt sich zuhause gehen.

• **Nachlassendes sexuelles Interesse:** Sex besteht nur noch aus Routine oder wird als lästiges Pflichtprogramm betrachtet. Zärtlichkeit und körperliche Nähe gibt es nicht mehr. *Quelle: nach Psychotherapeutin Doris Wolf: www.partner-schaft-beziehung.de* □

gereltern überfordert sind. Trotzdem wollen sie funktionieren, erledigen pflichtbewusst ihr tägliches Arbeitspensum. Viele fressen Sorgen und Nöte in sich hinein, bis sich irgendwann körperliche oder psychische Symptome einstellen und nichts mehr geht. „Mein Mann hat nicht wahrgenommen, wie überfordert ich war. Ich habe aber auch nicht darüber gesprochen. Ich dachte, das muss er doch von alleine merken“, berichtet Marion Kraft (Name geändert). Ihr Mann war mit eigenem Kummer und dem starken wirtschaftlichen Druck, der auf dem Betrieb lastete, so beschäftigt, dass er die Erschöpfungszeichen seiner Frau nicht wahrnahm. Als er eines Tages bei Tisch am Essen nörgelte, eskalierte die Situation. Weinend lief Marion Kraft ins Schlafzimmer und knallte mit der Tür. Der Ehemann wusste nicht, was los war, und reagierte mit Unverständnis. „Für Paare ist es eine große Herausforderung, den Gesprächsfaden nicht abreißen zu lassen. Ungeklärtes sollte nicht zu lange unausgesprochen bleiben. Stauen sich Frust und Ärger über einen längeren Zeitraum auf, kommen sie meist unvermittelt und der Situation nicht angemessen heraus“, erläutert der Familienberater. Im Fall der Eheleute Kraft war der Mann in eine Zwickmühle geraten. Er konnte das Problem seiner Frau neben seinen eigenen Sorgen nicht mittragen. Um selbst standzuhalten, schützte er sich unbewusst, indem er die Probleme der Ehefrau aus seinen Gedanken ausblendete und in die zweite Reihe stellte.

Deutlich wird eines: Mann und Frau sind unterschiedliche Wesen, die in vielen Lebensbereichen verschieden denken, handeln, fühlen und sprechen. Damit sie einander nicht aus den Augen verlieren, müssen sie sich regelmäßig austauschen, Unterschiede gegenseitig respektieren und diese nicht als Handicap, sondern als Reichtum und Chance verstehen.

• **Ich-Botschaften formulieren**

Paarberater Peter Angst vergleicht die Partnerschaft mit einer Apothekerwaage. Alles was ein Partner tue oder unterlasse, präge die Balance der Ehe. Ge-



Nicht zuletzt in Landwirts-Ehen gilt es, verlieren: Gemäß einer Studie haben Respekt begegnen, miteinander häufig wieder Lust auf etwas Neues haben, die

ben und Nehmen müssten dabei in etwa das gleiche Gewicht haben. „Wir sind anspruchsvolle Mitmenschen geworden, mit vielen eigenen Interessen und Bedürfnissen. Daher müssen zwei Partner immer wieder klug miteinander verhandeln und nach Kompromissen suchen.“ In diesem Zusammenhang sei ein konstruktiv ausgetragener Streit keineswegs ne-



Familienberater Hartmut Schneider betont: „Die enge Verknüpfung von Familie und Betrieb ist eine tägliche Herausforderung.“ Bild: Bromm-Krieger



sich aufeinander einzustellen und die Beziehungsarbeit nicht aus den Augen zu lassen. Eheleute, die eigene und gemeinsame Aktivitäten pflegen, sich mit liebevollem reden aber auch zuhören können, die offen, ehrlich, aufrichtig sind und immer besten Chancen, glücklich zusammen alt zu werden. Bild: agrarpress

gativ, sondern trage zu einer harmonischen Beziehung bei. „Fair streiten“ laute das Zauberwort. „Senden Sie Ich-Botschaften, statt Du-Botschaften, das heißt teilen Sie Ihre elementaren Gefühle mit und beschreiben Sie, was Sie an der Handlung des anderen stört“, lautet sein Tipp.

Falsche Interpretationen

Resi Widmer (Name geändert) hatte lange Zeit Probleme mit ihrem Mann. Seine Einsilbigkeit machte ihr sehr zu schaffen. Heute hat sie einen Weg gefunden, damit umzugehen. „Es heißt, Männer haben für den Tag weniger Worte zur Verfügung als Frauen. Bei meinem Mann reichen die Worte gerade mal bis mittags“, erzählt sie. Ihr Mann mag es überhaupt nicht, wenn sie ihn im Laufe des Arbeitstags auf dem Betrieb allzu oft anspreche. Ihm reiche es völlig aus, wenn er sie in der Nähe weiß. „Er fühlte sich früher durch mein ständiges Nachfragen und Erzählen genervt“, gesteht er wieder kam es zu Spannungen, die sich aus den unter-

schiedlichen Bedürfnissen der Eheleute ergaben.

Das Schweigen der Männer wird von Frauen zumeist falsch interpretiert. Schweigen bedeutet für den Mann möglicherweise, dass er nachdenkt und eine Weile für sich sein möchte. Eine Frau schließt daraus schnell Ablehnung und Ignoranz. Und: „Männer haben manchmal größere Hemmungen, über ihre Gefühle zu sprechen. Dies ist bei ihnen mit Ängsten und Verunsicherung verbunden“, weiß Schneider.

Resi Widmer sagt: „Ich habe irgendwann angefangen, meinem Tagebuch alles anzuvertrauen, was mir auf der Seele lag. Ich musste viel schreiben, bis ich erkannte, dass ich mir bestimmte Erwartungen an meinen Mann abschminken muss. Viel reden ist ihm einfach nicht mit in die Wiege gelegt worden“, stellt sie fest und betont, dass sie ihn trotzdem „unwahrscheinlich gerne“ mag.

Erwartungen korrigieren

Heute hätte sie sich auf seine ruhige, in sich gekehrte Art eingestellt. Und mit der Zeit

machte sie eine verblüffende Beobachtung: „Bei unseren gemeinsamen Spaziergängen am Wochenende ergeben sich aus zwanglosen Plaudereien plötzlich wie von selbst konstruktive Gespräche, bei denen wir für betriebliche oder persönliche Probleme manch guten Lösungsweg finden.“

„Sprechen ist eine Kulturleistung, man(n) kann sprechen lernen. Das Beispiel der Eheleute Widmer zeigt, dass ‚Reden‘ Ruhe und Vertrauen braucht. Die Ruhe, einander Zeit zum Hören und Zeit zum Reden zu schenken und das Vertrauen, sich zu öffnen und damit auch ‚verletzbar‘ zu machen“, ist Hartmut Schneider überzeugt.

Fazit: Auch wenn die Situation in einer Ehe auf den ersten Blick verfahren und perspektivlos erscheint, lohnt es sich auf jeden Fall, am Ball zu bleiben und miteinander um Problemlösungen zu ringen. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Familienberatung empfehlen: „Suchen Sie sich möglichst rechtzeitig Hilfe von außen, wenn

Sie allein nicht mehr weiter wissen. Seien Sie offen und trauen Sie sich, vorhandene Beratungsangebote in Anspruch zu nehmen!“ Bromm-Krieger

Sorgentelefone für landwirtschaftliche Familien:
Familie & Betrieb St. Ulrich, Telefon 07602/920180
Familie & Betrieb Meßkirch, Telefon 07575/4898
Familie & Betrieb Neckarelz, Telefon 06261/64092 □

Tipps für neuen Schwung

- **„Weißt-du-noch-Effekt“:** Zusammen mit Partner oder Partnerin gemeinsame positive Erlebnisse in Erinnerung rufen, beispielsweise beim gemeinsamen Anschauen von Fotoalben.
- **Alltagsrituale pflegen:** zum Beispiel gemeinsamer Spaziergang oder gemeinsame sportliche Aktivität.
- **Komplimente und Lob:** Anerkennung stärkt die Beziehung.
- **Kommunikation:** Miteinander über Erlebnisse, aber auch über Ärgernisse in der Partnerschaft offen sprechen und dabei einander zuhören.

Buchtipps

Erich Witte und Helga Wall-schlag: Die fünf Säulen der Liebe – Wie Paare glücklich bleiben. Herder Verlag, 8,90 Euro.

Was hält das Glück zu zweit stabil? Autor und Autorin haben dazu die Paare selbst befragt. Ihr Fazit: Es lässt sich einiges tun, damit die Liebe bleibt und wächst. Fünf Säulen für eine Beziehung mit Kopf und Herz. Mit Partnerschafts-Fragebogen zum Ausfüllen im Anhang.

Michael Lukas Moeller: Gelegenheit macht Liebe – Glücksbedingungen in der Partnerschaft. Rowohlt TB, 8,90 Euro.

Für alle, die ihre Partnerschaft lebendig halten wollen, gilt es, immer wieder neue Gelegenheiten für ihre Liebe zu schaffen. Unlust kommt auf, wenn die Bedürfnisse des oder der Einzelnen weder erkannt noch verwirklicht werden. Lust entsteht, wenn die Liebesbedingungen des einen wie der anderen erfüllt sind.

Joachim Engl und Franz Thurmaier: Wie redest du mit mir? Fehler und Möglichkeiten in der Paarkommunikation. Herder Verlag, 8,90 Euro.

Das Geheimnis glücklicher Paare ist das gelungene Gespräch: Es gilt, richtig zuzuhören, eigene Gefühle und Wünsche auszudrücken und Probleme konstruktiv zu lösen. □

Bei Aktivitäten auch mal getrennte Wege gehen, Eheleute sollten nicht immer alles zusammen unternehmen. So können sie sich anschließend von unterschiedlichen Erlebnissen berichten.

• **Pläne schmieden:** Gemeinsame Ziele (Fest, Urlaub, ...) stärken das Zusammengehörigkeitsgefühl.

• **Raus aus der Alltagsroutine:** Ein gemütliches Kuschelwochenende im Wellness-Hotel wirkt Wunder. *Quelle: nach Psychotherapeutin Doris Wolf: www.partner-schaft-beziehung.de* □