Familientherapie Frau Dr. Davatz **1993** Margrit Huber

Thema: Weshalb habe ich einen 18 Jahre älteren Mann geheiratet ?

1. Zielsetzung

Durch die Auseinandersetzung mit meiner Biographie interessiert mich die Frage, aus welchem Grund ich einen älteren Partner gewählt habe, und so bin ich auf diese Fragestellung gestossen,. Da ich weiss, dass ein viel älterer Partner immer mit Vaterproblematik verbunden ist, versuche ich die Frage anhand dem Familienorientierten Ansatz nach Bowen zu erarbeiten.

Aktualisiert wurde das Thema zusätzlich durch den Tod meines Vaters, wodurch ich konfrontiert wurde mit der Frage, was habe ich nun an ihm verloren und wodurch erreiche ich ein Wachstum oder Befreiung.

Mein konkretes Ziel ist, Klarheit zu finden, in den Verworrenheiten und Gewohnheiten in der Partnerschaft. Was kann ich dazu beitragen, um die Beziehung lebendiger und befriedigender zu gestalten.

2. Problematik

Durch meine Weiterbildungen und Entwicklungen habe ich mir ein neues Lebensverständnis aufgebaut, oder verfestigt. Zudem stehe ich aktiv in der Arbeitswelt, d.h. Entwicklung von Projekten, von dem auch einen entsprchenden Einsatz gefordert wird. Mein Mann fühlt sich dadurch zurückversetzt und benachteiligt und lässt mich das oft in "spassmachenden " Ausdrücken spüren, die dann aber doch sehr destruktiv wirken. Ich merke bei mir, dass ich den bemutternden Anteil meinem Partner gegenüber nicht mehr brauche und dass ich auch oft das Gefühl habe, dass mein Mann etwas für sich machen solle, da ich mich sonst oft "umklammert "fühle.
Meine Erwartungen auch etwas für sich zu machen nimmt er meistens nicht wahr und sitzt dann oft in einer niedergeschlagenen Verfassung zu Hause vor dem Fernseher, was mich dann wieder aufregt; so erlebe ich ihn oft als "Anhängsel", das mich eher behindert. Ich wünschte mir von ihm eine Unterstützung, die mich auf meiner beruflichen und persönlichen Laufbahn fördert.

3. Lösungsvorschläge

Als erstes werde ich gefragt, ob ich die Beziehung behalten wolle. Dies kann ich mit einem eindeutigen "Ja" beantworten. Was ich zur Partnerschaft beitragen kann, ist das Interesse an den Arbeiten von meinem Mann zeigen, also auch in der Werkstatt aktive Teilnahme zeigen. Ein Vorschlag wäre auch ein gemeinsames Hobby, um eine gleiche Ebene zu erhalten. Eine Frage zum Besprechen wäre auch, weshalb er eine soo viel jüngere Frau gewählt hat.

https://adhs.expert

Aus den ersichtlichen Familienstrukturen des Familienschemas wird auch die Aufgabe erteilt, mit der Mutter meine erlebte Pubertät nochmals durchzubesprechen. Dasselbe habe ich mit meiner Schwester im Gespräch zu bearbeiten. Um diese Beziehung zu verbessern ist es auch wichtig, meine Schwester um Hilfe zu bitten,

4. Prozess

Auf mein Interesse in der Werkstatt reagiert mein Mann sehr freudig. Sofort erklärt er mir die Details von seinen Arbeiten, sodass es eine gute Stimmung gibt. Dadurch erhalte ich auch eine Erklärung, weshalb wir uns oft nicht hören, d.h. mit meinen Gedanken sollte ich aktiver zuhören, wenn er mir etwas erzählt. Um etwas gemeinsames zu haben kam mir das Schicksal zu Hilfe. Ich wurde von einen Ort angezogen, an dem es junge Hunde hat, sodass ich kurz entschlossen einen 3monatigen Welpen mit nach Hause brachte. Ich spürte dadurch, dass es mir enorm viel Lebensfreude gibt und dass seither wieder viel gemeinsam unternommen werden kann.

Auch mit meiner Mutter versuchte ich Gespräche zu führen und sie gestand mir ein, dass sie oft nach dem Willen des Vaters gehandelt hätte, sodass sie zu uns Kindern wahrscheinlich nicht so streng gewesen wäre.

Dadurch dass wir nun einen Hund haben, konnte ich meine Schwester zu ihrer Erfahrung und Tips zur Hundeerziehung befragen, da sie mit ihrem Hund eine Ausbildung zu Katastrophenhundeführerin hat.

Für mich taucht auch die Frage auf, womit der Zusammenhang besteht, mit meinen Verdrängungsmechanismen Vor nun 2 Jahren habe ich unseren ersten Hund wegen Altersbeschwerden einschlafen lassen. Es ist mir klar, dass dadurch vielleicht verdrängte Problematiken in der Partnerschaft aufgetaucht sind, wobei diese ja nun wieder eher abflauen.

Quintessenz bleibt aber, dass es für mich eine enorme Bereicherung ist, wieder ein Tier in unserem Haushalt zu haben und ich war mir vorher gar nicht bewusst, dass ich meinen Ersthund so vermisst habe. Für mich hat seither die Welt wieder Farben und ich erfreue mich an den täglichen Spaziergängen und dem Kontakt mit der Natur.

5. Schlussbemerkung

Die Familientherapie hat mir doch verschiedene unbewusste Abläufe innerhalb der Familie sichtbar aufgezeigt. Ich bin froh, dass ich mich zu dieser Auseinandersetzung gewagt habe obwohl ich keine dierekte Antwort auf meine Frage gefunden habe. Ich verstehe, dass sich mein Mann nun auch in einem anderen Lebensprozess steht als ich, bei ihm dadurch andere Lebensthemen wichtiger oder anders sind als bei mir. Zu diesem Verständnis hat während diesem Jahr die Familientherapie sehr viel dazu beigetragen, auch wenn ich jetzt schriftlich nur wenig erläutert habe. Vielen Dank Frau Dr. Davatz.

https://adhs.expert