



Dialog- Arbeit mit Paaren: Ein Erfahrungsbericht

Julia & Eelco de Geus

Da wir als Paar seit vielen Jahren zusammen sind und die alltäglichen Höhen und Tiefen der Paarbeziehung kennengelernt haben, wurde und wird uns der Dialog innerhalb der Partnerschaft ein immer wirksameres Kontakt- Medium um mit den Herausforderungen des gemeinsamen Lebens umzugehen. Der Dialog als Basis für die gemeinsame Kommunikation wirkt nachhaltig heilsam.

Als Eltern von drei Kindern entstanden nach einigen Beziehungs- und Ehejahren bestimmte Muster zwischen uns, Rollen- Verteilungen, die selbstverständlich wirksam waren. Das Leben zwischen Versorgen und Arbeit bewältigte jeder auf seine eigene Weise im Alltag und so gab es wenig Zeit und Raum, um uns einander zuzuwenden, die Liebe und Intimität zwischen uns zu pflegen, und einander als Paar zu begegnen. Spannungen und Irritationen, aufgrund von bestimmten oft unausgesprochenen Erwartungen und Frustrationen standen nicht selten zwischen uns. Obwohl wir immer schon sehr viel miteinander redeten, fehlte der Raum, innerhalb dessen die ursprüngliche Liebe und Freundschaft, die uns zusammengebracht hatte, gefühlt und gepflegt werden konnte.

Beide waren wir schon einige Jahre mit Dialog und Dialogarbeit in verschiedenen Kontexten beschäftigt und beide waren wir gleichermaßen von den dialogischen Prinzipien begeistert und überzeugt. So stand eines Tages die Idee im Raum uns mit allen Spannungen und Erwartungshaltungen hinzusetzen, ein Sprechsymbol und eine Kerze dazu zunehmen, und ‚ganz einfach‘ Dialog zu führen. Was wir damals und seither erleben ist, dass der Dialog und seine besondere Struktur uns wirklich hilft einander offen zuzuhören und uns überraschen zu lassen wie sehr so manche Erwartung, Annahme oder Kritik im Lichte des Dialoges ‚dahinschmilzt‘ und wir einander näher kommen.

Es braucht immer wieder wirklich Mut sich zusammzusetzen, und Kraft und Bereitschaft aufzubringen, dem Anderen offen zuzuhören, doch selbst in Phasen der Angst oder des Widerstandes hilft uns der dialogische Raum, uns miteinander zu verbinden, einander zu respektieren und die Andersartigkeit anzuerkennen.

Nach einige Jahren des ‚Selbststudiums‘ bieten wir seit nunmehr zwei Jahren Paar-Dialogarbeit für Paare an, die sich gemeinsam weiter entwickeln wollen, oder auch bestimmte Probleme bis hin zu Trennungsfragen ‚dialogisch‘ betrachten möchten.

Wir erleben Paardialog zwischen uns und im Dialog mit anderen Paaren

- als ein Erschaffen von Raum und Zeit, indem wir einander zuzuhören, einander mitteilen was uns wichtig ist und was in uns lebt, ohne unterbrochen zu werden,
- als das bewusste Verbringen eines gemeinsamen Moments- frei von Zeitdruck- in dem wir sowohl in Stille als auch mit Worten der eigenen Wahrheit und der Wahrheit des anderen lauschen können.



- als Raum, in dem auch unsere Gefühle und unsere Unterschiedlichkeit nebeneinander und nicht gegeneinander stehen bleiben können .

In der Paardialogarbeit setzen wir uns zu viert in einem Dialogkreis zusammen. Mit Hilfe eines Sprechsymbols führen wir zu viert Dialog anhand des eingebrachten Themas oder Anliegens. Manchmal kreist das Sprechsymbol vom einen zum anderen, manchmal liegt sie in der Mitte, und spricht derjenige, der sich dazu bewogen fühlt. Manchmal führen wir Dialog zu viert im Kreis, manchmal nur das Paar und wir bleiben als Beobachter ‚außerhalb‘ und manchmal üben wir ganz praktisch bestimmte dialogische Prinzipien miteinander.

Als Dialogbegleiter lassen wir uns in unserem persönlichen Erleben von Partnerschaft berühren und bringen auch unsere eigenen Erfahrungen, Geschichten und Perspektiven mit ein. In der offenen Begegnung von Paar zu Paar wird nach einiger Zeit dann sichtbar und spürbar, was hinter dem Thema des Paares steht, oder was auch noch dazu gehört, was davor noch nicht klar war. So ‚surfen‘ wir zu viert auf der Welle der Sinnstiftung innerhalb der Paarbeziehung- im Zentrum der Aufmerksamkeit das uns besuchende Paar.

Manchmal scheint es uns zu viert hilfreich andere Methoden in den Paarprozess mit zu integrieren, wobei wir selbst Systemaufstellungsarbeit (Eelco), Human Design oder Körperarbeit (Julia) dazu anbieten. Für diese spezifischen Betrachtungen vereinbaren wir einen anderen Zeitpunkt und Kontext, um uns danach wieder in einem weiterführenden Dialog zu treffen.

Wir haben den Eindruck, dass diese Art der Paararbeit ein großes Potential für die Entwicklung der Paarbeziehung hat. Sie ist keine Therapie, aber eine Begegnung in einem gleichwertigen, respektvollen Raum, die eine therapeutische Wirkung für alle Anwesenden haben kann.

In dieser Gleichwertigkeit verblasst die Annahme, dass man als Paar ‚ein Problem‘ hat oder etwas falsch macht, denn es wird erlebbar, dass wir als Paare immer wieder vor Veränderungen und Entwicklungsfragen stehen- genau so, wie alle natürlichen Prozesse um uns herum.

*Was ist Liebe? Sie sieht dich, sie sieht mich, und lässt uns beiden von sich berühren
Wenn ich dich sehe, sehe ich mich.*