

ERFAHRUNGEN MIT IMAGO PAARE ERZÄHLEN

In dieser Rubrik erzählen Paare von ihren Erfahrungen mit einer Imago Paartherapie/ Paarberatung, indem sie Fragen beantworten, die das Redaktionsteam des Imago Spiegel zusammengestellt und Imago Therapeut*innen/ Paarberater*innen zur Weitergabe zur Verfügung gestellt hat.



Mit Christian und Julia hat Max Schallauer gearbeitet.

Was war für euch der Anlass, mit einer Imago Paartherapie zu beginnen?

Christian: Wir haben verschiedene Probleme gehabt, die haben sich über die Jahre aufgebaut und wir haben selber nicht mehr herausgefunden.

Julia: Wir haben die Imago Therapie gewählt, weil uns der Gedanke angesprochen hat, dass man sich selbst den Partner aussucht, der grundsätzlich passt. Und dass der Imago Therapeut davon ausgeht, dass Beziehung gelingen kann. Diese Grundhaltung war für uns sehr wichtig.

Wann habt ihr mit der Imago Paartherapie begonnen, und was war das Ziel?

Julia: Unsere Imago Therapie hat von April bis November 2020 gedauert. Wir wollten wieder zueinander finden und all die Missverständnisse ausräumen. Mehr Verständnis füreinander finden und mehr Zweisamkeit.

Wie hat sich eure Beziehung durch Imago verändert?

Christian: Wenn wir wieder einmal einen

Konflikt haben, dann sehe ich Julia jetzt mit anderen Augen.

Julia: Es war schon so weit, dass wir davon ausgegangen sind, dass der eine den anderen provozieren möchte. Da ist uns viel gelungen, und ich habe den Eindruck, dass Christian jetzt viel empathischer ist. Wenn wir einmal streiten, dann beruhigen wir uns wieder relativ schnell. Wir verbringen wieder mehr Zeit aktiv miteinander. Die Sexualität hat sich auch verbessert.

Christian: Ich nehme Julia wieder anders wahr, mehr von ihrem weiblichen Aspekt, und dadurch hat sich auch mit unserer Tochter einiges entspannt.

Euer berührendster Moment?

Christian: Ich habe in der Therapie seit langem wieder gespürt, wie es sich anfühlt, wenn man mir wirklich zuhört. Das war für mich sehr berührend.

Julia: Für mich war es berührend, wie sich Christian auf den Eltern-Kind-Dialog eingelassen hat, weil ich gewusst habe, was ihm das seelisch abverlangt. Und zu wissen, dass es einen Grund hat, wenn er sich manchmal auf eine bestimmte Art verhält. Dadurch

kann ich einen Konflikt früher entschärfen und besser auf ihn eingehen.

Wem würdet ihr Imago empfehlen?

Christian: Jedem, der bereit ist, einen richtigen Dialog zu führen und sich mit sich selbst und dem Gegenüber auseinanderzusetzen.

Julia: Ich würde es speziell empfehlen, wenn jemand ein Kind bekommen hat, weil es das ganze System verändert. Man schlittert so hinein. Häufig ist das Kind zu sehr im Vordergrund, oder es geht um Erziehungsthemen, an denen man sich aufreißt.

Was würdet ihr Paaren empfehlen, die überlegen, mit einer Imago Paartherapie zu beginnen?

Christian: Jemanden zu wählen, der sich mit der Materie wirklich auseinandergesetzt hat.

Julia: Ich würde empfehlen, dass man den Imago Dialog nicht gleich ablehnt und denkt „Das ist mühsam“ oder „Das wirkt aufgesetzt“, sondern sich darauf einlässt, vor allem auch bei den tiefer gehenden Dialogen.