

Jonglieren will gelernt sein...

fu - Sich als Alleinerziehende auf einen neuen Partner einzulassen, ist oft ein Seiltanz zwischen Schuldgefühlen gegenüber den Kindern, den zeitlichen und finanziellen Möglichkeiten und dem Bedürfnis nach persönlicher Entfaltung in einer Partnerschaft. Im Beratungsalltag von *frabina* begegnen wir dieser Thematik oft. Dann geht es darum, ein neues Bild des Alltags zu entwerfen und die Puzzleteile frisch zusammen zu setzen.

Paula T. lebt mit ihren beiden Kinder seit zwei Jahren alleine. Obwohl sie deren Obhut in einer Trennungsvereinbarung geregelt hat, klappt es mit der Abmachung, dass sich der Vater der beiden jedes zweite Wochenende um die Kinder kümmert, nicht gut. So hat sie das Gefühl, dass sie die Verantwortung für die Mädchen alleine trägt. Es ist für sie auch kein gangbarer Weg, die Betreuungs-Vereinbarung gerichtlich durchsetzen zu lassen. Da sie glaubt, dass sich ihre Töchter dann beim Vater doch nicht wohl fühlen würden, wenn er kein grosses Interesse daran hat, sich mit ihnen abzugeben, belässt sie die Situation lieber so wie sie ist.

Paula T. ist Migrantin, ihrem damaligen Ehemann, dem Vater der beiden Kinder, aus Rumänien in die Schweiz gefolgt. Sehr schnell wurden die beiden Eltern und Paula kümmerte sich um Haushalt und Kindererziehung während ihr Mann auswärts als Mechaniker arbeitete. In den ersten Jahren, in denen sie mit ihrer Integration, den beiden Kindern und dem Haushalt stark gefordert war, benötigte sie all ihre Energie dafür. Es fiel ihr schwer, Deutsch zu lernen, weil sie kaum Kontakt zu Personen ausserhalb der kleinen Familie hatte. Nach der Trennung eine Teilzeitstelle zu finden, erwies sich bisher als unmöglich. Ihre berufliche Qualifikation als kaufmännische Angestellte fand hier keine Anerkennung und die sprachlichen Barrieren ermöglichen es ihr momentan noch nicht, in einer anderen Tätigkeit Fuss zu fassen. So ist Frau T. teilweise von der Unterstützung des Sozialamtes abhängig und arrangiert sich mit ihrem Budget.

So, wie sich ihre Situation darstellt, investiert sie zeitlich, gedanklich und materiell alles darin, den Status Quo so stabil wie möglich zu halten. In der Beratung bei *frabina* sagt Paula T., dass das Bedürfnis nach einer Beziehung zu einem Mann wieder wach geworden ist. Ihr Problem ist, dass sie keine Freiräume sieht, wie sie überhaupt jemanden kennen lernen könnte und sich auch nicht vorstellen kann, welche Möglichkeiten sie hat, die Beziehung dann zu pflegen. Sie fragt sich auch, ob sie ihren Kindern grundsätzlich einen neuen Mann in ihrem Leben zumuten soll und wie sie es anstellen könnte, einen möglichen Partner ins Familienleben zu integrieren. Für sie persönlich besteht einerseits der Wunsch nach einer verbindlichen Partnerschaft und andererseits hat sie auch Befürchtungen, dass sie damit ihre Eigenständigkeit und die innere und äussere Balance verlieren würde.

Im Gespräch bei **frabina** definiert die Klientin ihre Vorstellungen, die sie von einem Partner hat. Sie formuliert ihre Bedürfnisse und was ihr wirklich wichtig ist, damit sie sich auf jemand Neuen einlassen kann. Auch die Bereiche, die sie für eine Partnerschaft niemals aufgeben würde, spricht sie an. Es ist ihr klar, dass das Wohl ihrer beiden Töchter und ihr eigenes seelisches Gleichgewicht für sie das wichtigste sind und diese Faktoren auch unmittelbar zusammenhängen.

Danach überlegt sie sich, in welcher Form sie zeitliche Freiräume schaffen oder finden könnte, um einen Partner zu suchen und sich gleichzeitig gut um die Mädchen zu kümmern. Sie realisiert, dass durchaus Möglichkeiten in ihrer Nachbarschaft und im Freundeskreis der Kinder vorhanden sind, diese in regelmässigen Abständen fremd betreuen zu lassen. Im Gegenzug dazu ist es für Paula T. auch vorstellbar, das gleiche Angebot an andere Mütter zu machen.

In mehreren Sitzungen entstehen kreative Ideen, ihre Freizeit auch mit wenig Geld zufriedenstellend zu gestalten. Es gelingt ihr ganz langsam, diese umzusetzen. Sie trifft sich beispielsweise mit Frauen in einer Gruppe von Müttern mit Migrationshintergrund, wo eine Menge Erfahrungen und Vorschläge zu allen Lebensthemen ausgetauscht werden.

In den Beratungen bei **frabina** stehen nach wie vor die immer wiederkehrenden Themen wie Schuldgefühle gegenüber ihren Kindern, ihre persönlichen Lebensperspektiven und die Erlaubnis an sich selber, an ihren Wünschen festhalten zu dürfen, im Zentrum der Gespräche.

Paula T. hat immer noch keinen neuen Freund. Es scheint aber, dass ihr Empfinden der persönlichen Situation nicht mehr so stark vom Gefühl der Enge geprägt ist. Damit entsteht innerer Raum, den eine neue Begegnung füllen könnte.

*Kirsten Fuchs, **frabina**
Beratungsstelle für Frauen und binationale Paare
Laupenstrasse 2
3008 Bern
031 381 27 01
info@frabina.ch
www.frabina.ch*