

Glück muss alltagstauglich sein

Paartherapeutin Franziska Schlag aus Wolfhagen über ihren Beruf

Wolfhagen – Glück in der Partnerschaft wird oft als Streben nach Perfektion verstanden – als ständiges Bemühen um den großen Glücksmoment. Doch für Franziska Schlag, Paartherapeutin und Lebensberaterin aus Wolfhagen, liegt das wahre Glück in den kleinen Momenten des Alltags.

In ihrer Praxis, die sie vor kurzem in die Burgstraße 24 verlegt hat, begleitet sie Paare und Singles dabei, genau diese Momente wiederzuentdecken und ihre Entscheidungen zu stärken. Ihr Ziel: Menschen in Umbruchphasen zu begleiten und Impulse für Veränderungen zu geben.

Die gebürtige Limburgerin wohnt seit 1992 in Wolfhagen, ist seit 33 Jahren verheiratet und hat einen 28-jährigen Sohn. Sie ist Diplom-Sozialpädagogin und hat im Laufe der Jahre eine Vielzahl von therapeutischen Aus- sowie Weiterbildungen absolviert, unter anderem in der Paartherapie und in der Familienberatung. Sie habe sich immer gewünscht, Menschen in Veränderungsprozessen zu begleiten, sagt sie. Seit mittlerweile acht Jahren ist sie freiberuflich als Paartherapeutin tätig und betreibt ihre eigene Praxis in Wolfhagen.

„Mir macht es große Freude, Menschen dabei zu unterstützen, neue Sichtweisen zu entwickeln und festgefahrene Muster zu durchbrechen. Außerdem ist es mir wichtig, frei von institutionellen Vorgaben zu sein.“ Die Kosten für die Therapie müssen daher selbst getragen werden.

Meistens kommen Menschen in ihre Praxis, die sich Unterstützung wünschen oder unzufrieden mit ihrer aktuellen Situation sind. Ihre Methode basiere auf Gesprächen, in denen sie durch ge-



Neue Räume, bewährtes Konzept: Franziska Schlag ist Paartherapeutin und Lebensberaterin in Wolfhagen. Kürzlich ist sie mit ihrer Praxis umgezogen.

FOTO: JULIAN BRÜCKMANN

zielte Fragen neue Perspektiven und Sichtweisen eröffnet. „Ich versuche, den Menschen zu helfen, die Dinge aus einem anderen Blickwinkel zu sehen. Das kann dazu führen, dass sie sagen: ‚So habe ich das noch nie gesehen.‘ Genau das ist der Punkt, an dem Veränderung beginnen kann“, erläutert Schlag.

In der Paartherapie arbeitet Schlag etwa an der Verbesserung der Kommunikation und dem Verständnis für die

Bedürfnisse des anderen. Es gehe darum, dem anderen wirklich zuzuhören und zu verstehen, was er oder sie fühlt. „Oft führen Missverständnisse und unausgesprochene Erwartungen dazu, dass Paare sich voneinander entfernen“, erklärt sie. Neben den Gesprächen setzt Schlag auch auf erlebnisorientierte Übungen ohne Worte, die das Paar dazu anregen, wieder in Kontakt zu kommen. „Das kann zum Beispiel

die Aufforderung sein, sich einfach mal gegenseitig anzuschauen. Das ist eine sehr persönliche Sache.“

Schlags Aufgabe sei es aber nicht, das Anliegen ihrer Klienten aktiv zu lösen. Vielmehr gehe es darum, Impulse zu geben und einen Raum ohne Verurteilung und Bewertung zu schaffen. Sie berichtet von einer Familie mit einem Kind, das sein Geschlecht wechseln wollte. „Ich habe nicht das Recht, an-

dere zu bewerten“, führt sie aus. „Es geht darum zu verstehen, wie jeder Beteiligte die Situation erlebt, damit sie in Ruhe darüber nachdenken können.“

Die durchschnittliche Dauer einer Therapie bei Schlag liegt zwischen drei und 15 Sitzungen, die jeweils zwei bis vier Wochen Abstand haben. „Es ist wichtig, dass die Klienten selbst bestimmen, wie oft sie kommen möchten. Manche Menschen benötigen nur wenige Sitzungen, um ihre Situation zu verbessern, andere kommen länger, um tiefere Veränderungen zu erreichen“, erklärt sie. Für den Erfolg einer Therapie ist es entscheidend, dass die Chemie stimmt, und dass die Klienten bereit sind, sich auf den Prozess einzulassen.

Laut Schlag gibt es drei Teile in der Beziehung: Ich, Du, Wir. „Alle drei brauchen Raum, damit es funktionieren kann“, betont sie. Die Glücksvorstellung müsse alltagstauglich sein und so, dass es für beide Seiten gut ist. „Man muss nicht ständig das Gefühl haben, dem Glück hinterherzurrennen, sondern man kann sich fragen, wie man die nächsten zehn Jahre gestalten möchte und so mit dem Partner ins Gespräch kommen.“

Sie zollt jedem, der sich für eine Paarberatung entscheidet, großen Respekt: „Es braucht Mut, sich mit der Beziehung auseinanderzusetzen. Mein Ziel ist es, Paare dabei zu unterstützen, eine gemeinsame Zukunft zu gestalten – oder, wenn nötig, einen guten Weg zur Trennung zu finden.“ Für sie ist klar: Glück bedeutet nicht, ständig einem Ideal hinterherzulaufen, sondern die kleinen Momente zu schätzen. **CHRISTINA MICHLER**

UND JULIAN BRÜCKMANN