

ERFAHRUNGEN MIT IMAGO PAARE ERZÄHLEN

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

Wir kennen und lieben uns seit 15 Jahren. Viele Gemeinsamkeiten verbinden uns. Unsere Lebenssituation, Beziehung und Alltag veränderten sich durch unser beider Pensionierung und durch zwei schwere Krebserkrankungen von Othmar.

In den letzten Jahren lebten wir mehr in der Hölle als im Himmel. Gegensätze prallten aufeinander, Unverständnis, Streit und Konflikte bestimmten unsere Beziehung. Auf und ab und hin und her, bis es zur (halbherzigen) Trennung kam.

Freund*innen berichteten uns von ihren Erfahrungen mit einer Imago Paartherapie. Wir ließen uns in einem Gespräch dazu beraten und trafen die Entscheidung für eine Imago Paartherapie.

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

Vor einem Jahr. Unser Ziel war es, Verständnis dafür zu erlangen, warum es trotz so vieler Gemeinsamkeiten und gefühlsmäßig liebevoller Anziehung so schwierig ist, glücklich miteinander zu leben. Und gemeinsam Werkzeuge und Möglichkeiten zu entwickeln, um den Teufelskreis zu durchbrechen.

Wie seht bzw. erlebt ihr den*die Partner*in jetzt anders als früher?

Wir nehmen uns im Wissen um unsere jeweiligen Lebenserfahrungen, Entwicklungen und Geschichten verständnisvoller wahr und bringen uns mehr Achtsamkeit entgegen. Wir erleben ein Wahrhaben der realen Person der/des Anderen mit abgespeckten Erwartungshaltungen an das DU, das vieles erleichtert. Wir erleben uns mehr und mehr als aktive Gestaltende unserer Beziehung.

Welche Elemente von Imago haben euch am meisten weitergebracht?

Das Wissen, dass Zuhören, Spiegeln und Wertschätzen im Alltag umgesetzt werden müssen, um zu wirken. Durch das Aufarbeiten, Hören und mitfühlende Verstehen



unserer vergangenen Lebensumstände entwickeln wir ein besseres Verständnis füreinander.

Wie hat sich eure Beziehung durch Imago verändert? Was habt ihr mit eurer Imago Arbeit bisher erreicht?

Durch das Bewusstsein, dass Beziehung aktives Gestalten von beiden Seiten braucht, ändert sich die Form des Miteinander und der Auseinandersetzung. Es gibt wieder Hoffnung für die Zukunft und Freude dem/der Anderen zu begegnen.

Erreicht haben wir, trotz wiederkehrender Rückschläge, unsere Gemeinsamkeiten in den Vordergrund zu rücken und durch die neu entdeckten Möglichkeiten wieder aufeinander zuzugehen. Immer wieder dieses: ‚Aha, schon wieder ... Stopp, wir beginnen neu!‘

Euer berührendster Moment?

Othmar: Einer meiner berührendsten Momente war, als mir bewusst geworden ist, wie wichtig und schön es ist, Gabi zu halten, ihr nah zu sein und zu wissen, wir gehören zusammen.

Gabi: Es gibt viele Momente, die mich berühren. Die Ehrlichkeit, die Offenheit, die Einsicht und das Verständnis Othmars. Dieses Näherrücken, das mir die Sicherheit gibt

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 Gabriele Lackinger und Othmar Kopp hat Bettina Fraisl gearbeitet.

für ein gutes gemeinsames Leben. Am berührendsten ist dieses starke und liebevolle Band, das unsere Herzen verbindet.

Wem würdet ihr Imago empfehlen?

Allen verliebten Paaren, die vorhaben, eine Liebesbeziehung einzugehen und diese aktiv zu gestalten. Freund*innen, die sich in schwierigen Beziehungen befinden.

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

Sich in einem Beratungsgespräch zu informieren oder eine Schnupperstunde in Anspruch zu nehmen.

Was wir sonst noch zur Arbeit mit Imago mitteilen wollen:

Unsere Therapeutin ist uns eine wunderbare Begleiterin, ZuhörerIn und Lehrerin und bietet uns eine Atmosphäre, in der wir uns wohl und sicher fühlen. Wir sind froh, dieses Wagnis eingegangen zu sein!

Seid ihr damit einverstanden, euren Beitrag mit eigenem Namen und Foto zu veröffentlichen oder lieber anonym?

Gerne mit Namen und Foto.