

Es gibt viele Gründe...

Oft ist es das Zusammentreffen mehrerer belastenden Faktoren oder Lebensereignisse, die zu Veränderungswünschen, zu einer Krise, zu einer Eskalation, zum Zusammenbruch oder zu einer Trennung führen:

- Eine längere Erkrankung (die eigene, des Partners, der Partnerin, eines Kindes);
- finanzielle/existenzielle Sorgen;
- die Geburt eines Kindes;
- die Mehrfachbelastung von Erwerbsarbeit, Familie, Haushalt;
- ein Unfall;
- Kinder mit besonderen Bedürfnissen;
- die Pflege der alten Eltern;
- der Verlust eines erwarteten Kindes;
- der Tod einer nahestehenden Person;
- Arbeitslosigkeit oder Pensionierung;
- ein Vertrauensbruch;
- eine heimliche Affäre (die eigene, die des Partners);
- eine Suchterkrankung (Alkohol, Medikamente, Computer, Spiel, Pornografie);
- ungewollte Kinderlosigkeit;
- der Wiedereinstieg ins Erwerbsleben;
- ein Wohnungswechsel;
- Belästigungen durch einen ehemaligen Partner;
- Mobbing am Arbeitsplatz;
- ...

Frauen (und Männer) versuchen lange, belastende Lebenssituationen auszuhalten, aufzufangen, auszubalancieren, – oft hin bis zur totalen Erschöpfung.

Überforderungssituationen, die oft über Monate oder Jahre andauern, äussern sich bei Menschen häufig in Gereiztheit, emotionalem Rückzug, verbaler bis hin zur körperlicher Aggressivität. In Paarbeziehungen driften die Lebensrealitäten von Frauen und Männern oft immer mehr auseinander und gipfeln in Gefühlen der Einsamkeit, der Entfremdung, der Ausweglosigkeit, bis hin zur Sprachlosigkeit und zur Trennung.

Die Frauenberatungsstelle ist eine Anlauf-, Beratungs- und Informationsstelle, wohin sich Frauen bei allen Fragen wenden können – möglichst früh, möglichst bevor sie nicht mehr weiter wissen, möglichst bevor sie völlig erschöpft und kraftlos sind.

Wahrgenommen werden in der eigenen Lebenssituation, ein Austausch im Gespräch mit einer ausenstehenden Person, die Sicht von aussen, ein neuer Gedanke reichen oft aus, um wieder etwas in Fluss zu bringen, einen Prozess in Gang zu setzen, eine (Weiter-)Entwicklung anzustossen. Manchmal bedarf es nur einiger (rechtlicher) Informationen, dem Vermitteln weiterführender Adressen, einem Buchtipp um wieder handlungsfähig zu werden.

Ich bin immer wieder von neuem beeindruckt vom Mut, von der Stärke und von der Kreativität, mit denen Frauen ihr Leben gestalten und nach den zu ihnen passenden Lösungsmöglichkeiten suchen. Ich freue mich darauf, mit vielen Frauen ins Gespräch zu kommen und gemeinsam mit ihnen herauszufinden, was für sie im Moment wichtig und möglich ist, ihnen die nötigen Informationen zur Verfügung zu stellen und mit ihnen zusammen zu überlegen, wo sie allenfalls weiterführende Hilfe und Unterstützung bekommen können.

Januar 2014, Marlys Spreyermann, Beraterin frauen.beratung.schwyz