



## Liebe im Pandemie-Frühling

**GESUNDHEIT** Julian Burstedde, Paartherapeut in Brandenburg und Berlin, erklärt, wie Partnerschaften insbesondere während Corona-Zeiten gedeihen können

Liebe in Corona-Zeiten – geht das überhaupt? Ja, das geht! Und es lohnt sich, diese Situation als Chance zu verstehen. So sieht es Paartherapeut Julian Burstedde. Gut ein Jahr nach Beginn der Pandemie erklärt er, wie sich Corona auf Paarbeziehungen ausgewirkt hat: »Während der Pandemie haben sich viele Paare zu einer Paarberatung entschlossen. Nicht aber Corona ist die eigentliche Ursache. Vielmehr führen die Einschränkungen zu einer größeren Sichtbarkeit immer da gewesener Konfliktthemen. Einfach deshalb, weil man viel mehr aufeinander hockt.«

Trotzdem: Für viele fühlt es sich an, als stünde die Beziehung vor ei-

ner echten Zerreißprobe. Was also tun, wenn man aus der Problemtrance nicht herauskommt? »Ich gehe mit den Paaren oft dahin, wo es wehtut. Und lege mit ihnen die latenten Konflikte offen. Aber noch wichtiger: Ich unterstütze sie dabei, das zu reaktivieren, was sie zusammengebracht hat. Und was sie vielleicht über die Jahre einfach vergessen haben«, so Burstedde. Welche Jahreszeit eignet sich dafür besser als der Frühling?

■ Paartherapeut Julian Burstedde  
c/o therapie.raum  
Georg-Hermann-Allee 26, 14469 Potsdam  
Tel.: 0163 / 754 04 94  
[www.mobile-paarberatung.de](http://www.mobile-paarberatung.de)