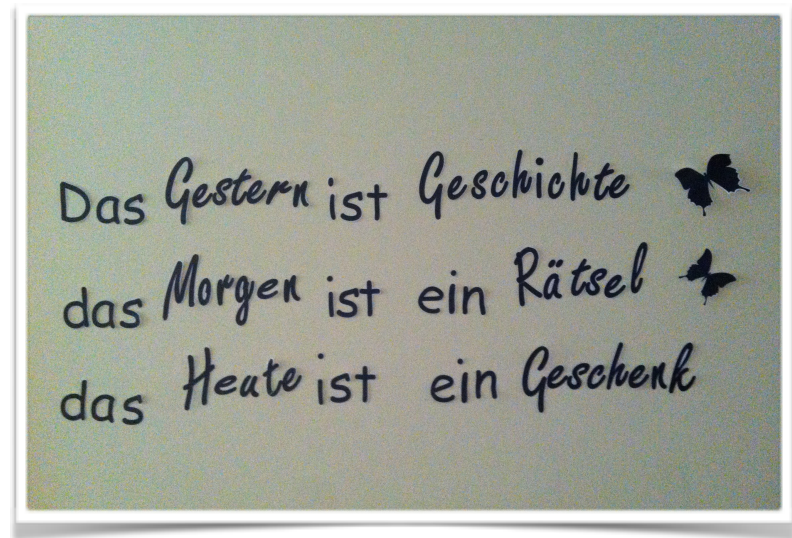




Wie kann so etwas passieren?

Serie Partnerschaft „die außereheliche Beziehung“ (2 von 3)

Dr. Karin Schiner
Paartherapeutin

Die Frage, warum jemand überhaupt seine Beziehung mit Fremdgehen gefährdet, taucht unweigerlich nach Aufdeckung des Geheimnisses auf. Meistens sind es Paare, die sehr unauffällig sind und nach außen „harmonisch“ wirken. Bei genauerem Hinsehen bemerkt man jedoch, dass diese Paare ihre emotionalen Bedürfnisse sehr vernachlässigen. Früher konnte dies vielleicht durch andere „wichtigere Dinge“, sprich Kindererziehung, Arbeitsinteressen u.s.w., kompensiert werden, jetzt aber treten diese Mängel deutlich zum Vorschein.

„Jeder von uns beiden lebte in seiner Welt und unsere Wege kreuzten sich nicht oft. Wir hätten vielleicht noch lange so nebeneinander her leben können: eine halbe Stunde gemeinsames Mittagessen, Gespräche nur über das Notwendigste und Organisatorisches, ein paar nette Stunden am Wochenende normalerweise gemeinsam mit der Familie oder Freunden... Wir haben noch nie richtig unsere Sorgen, Ängste oder Empfindungen miteinander geteilt, selten sind wir am Abend gleichzeitig zu Bett gegangen und wenn, hat sie sich noch ihre Arbeitsdokumente mitgenommen und ich bereitete mich für meinen nächsten Arbeitstag vor.“ (Mann, anonym)

Das Vermeiden von Intimität ist in vielen Partnerschaften von Anfang an da, es kann sich aber auch im Verlauf der Zeit einschleichen. Die Partner versuchen so, mit den Frustrationen fertig zu werden, dass sie nicht imstande sind, Probleme, Eindrücke, Gefühle und mehr Intimität miteinander zu teilen. Beide hören irgendwann auf, sich für die Welt des anderen zu interessieren und mit der Zeit entsteht ein emotionaler Abstand und eine Art Beziehungsblindheit.

Das Resultat ist ein immer größer werdender Mangel an Leidenschaft und Attraktivität.

So kann der Seitensprung oder der/die Liebhaber/in oft dazu „dienen“, die eigene Beziehung herauszufordern, bzw. einer rigiden Ehe ein Ende zu setzen.



Es ist vor allem die Lebensphase des „mittleren Alters“, die für eine Partnerschaft eine hohe Herausforderung darstellt. Anfänglich sind die Partner mit der Erziehung ihrer Kinder beschäftigt und erreichen eine Art Sicherheit, nämlich dass Familie und Ehe das „Wichtigste“ in ihrem Leben sind. Es ist eine Übergangsphase in einen neuen Abschnitt und herausfordernde Ereignisse können die angenommene Sicherheit ins Wanken bringen: z. B. die Geburt eines Enkels oder eines „Nachzüglers“, ein unerwarteter Erfolg oder Misserfolg, ein Arbeitswechsel, der Tod eines Elternteils oder eines anderen Familienangehörigen oder andere stressbeladene Lebensereignisse. In dieser Zeit steigt natürlich das Bedürfnis nach emotionaler Unterstützung und wenn diese fehlt, kann es leicht passieren, dass sie anderswo gesucht wird.

Wie wir bereits in letzteren Ausgaben gehört haben ist es wichtig, den ganzen „Vertrag neu aus zu handeln“. Es ist die Zeit, wo beide Partner wieder mehr Freiheit genießen können, und somit ihre eigenen Bedürfnisse neu entdecken können, sie fangen an, ihren „Ehevertrag“ in Frage zu stellen, versuchen hier oder dort sich selbst und ihre Wünsche zu verwirklichen und müssen somit offen sein für „Neuverhandlungen“!

Hat man den anfänglichen Schock verdaut und haben sich die darauf folgenden heftigen Gefühlsausbrüche einigermaßen gelegt, so gilt es wieder einen klaren Kopf zu bekommen und sich aufzuraffen, einen weiteren sehr wichtigen Schritt zu wagen, nämlich den der Verantwortungsübernahme, über welchen wir in der nächsten Ausgabe lesen können.