

**4** Claudia (34) und Ben (39) sind als Paar ein Erfolgsprojekt: bei der beruflich erfolgreich, sie verdiene gut, haben vor zwei Jahren ein Haus gebaut, ihr Kind ist im Kindergarten und bei der Oma tagsüber und nach Bedarf auch ab und zu am Abend gut versorgt. Ben ist gerade auf der Karriereleiter ein Stück nach oben geklettert. Er steckt daher viel Zeit in seine Arbeit, kommt immer öfter spät aus dem Büro und nimmt sich fürs Wochenende Arbeit mit nach Hause. „Das ist jetzt nur so eine Phase, Liebling, da müssen wir durch“, er klärt er Claudia. Sie hat Verständnis, aber durch Bens häufige Abwesenheit ist sie oft allein. Um nicht trübselig herumzusitzen, geht sie seit zwei Monaten regelmäßig ins Fitness Studio. Dort lernt sie Peter kennen. Er ist zwei Jahre jünger als sie. Dass er sich in sie verliebt hat, schmeichelte ihr. Sie fühlte sich attraktiv, begehr, kurzum: so gut, wie schon lange nicht mehr. Daher weist sie Peter nicht gleich ab. Claudia spielt bewusst mit dem Feuer, obwohl sie weiß, dass sie Ben nie betrügen würde. Sie wünscht sich nur eins: Dass Ben wieder der Mann ist, der bei ihr diese Gefühle auslöst. Doch der merkt nichts, brütet weiter über seinen Akten und vertraut auf Claudias Verständnis und Liebe. Kann er das auf Dauer? Und wie könnte Claudia Ben zeigen, dass ihre Liebe in Gefahr ist?

Jede stabile Partnerschaft übersteht auch Durstrecken – solange diese sich im Rahmen halten und nicht zum Dauerzustand entwickeln. Bei Bens riesigem Arbeitspensum scheint es sich inzwischen keineswegs mehr nur um eine momentane Phase zu handeln. Claudia reagiert inzwischen mit einer „aus häusigen Verliebtheit“ darauf. Sobald in einer Beziehung über längere Zeit Defizite bestehen, verliebt sich derjenige mit dem größten Leidensdruck in einen Außenstehenden. Dies bedeutet dann das allerletzte Alarmsignal, bevor es ernst wird. Claudia darf jetzt keinesfalls aus Schuldgefühlen heraus schweigen, sonst könnte es bald für ihre Ehe zu spät sein. Sie muss Ben ganz deutlich zu verstehen geben, dass es allerhöchste Zeit ist, um sie und ihre Ehe zu kämpfen. Ben sollte regelmäßige Arbeitspausen einlegen, die er Claudia und zusätzlich noch dem gemeinsamen Kind widmet. Für diese Zeiten zu zweit und auch für die zu dritt könnte Ben sich kleine Überraschungen überlegen, um den Alltagstrott damit zu durchbrechen. Bei dem Gedanken an ihren Mann sollen Claudia wieder erfreuliche Situationen einfallen. Dadurch verliert Peter dann nach und nach etwas von seinem Reiz.

**5** Werner (52) und Ulrike (37), beide vor Beginn ihrer Beziehung keine unbeschriebenen Blätter, haben vereinbart, immer offen und ehrlich miteinander zu sein. „Unehrlichkeit ist schlimmer als ein Seitensprung“, sagte Werner. Sie sind jetzt zehn Jahre zusammen, haben zwei Kinder, führen eine glückliche Ehe. Da ein Umzug ansteht, muss die Wohnung ausgeräumt werden. Werner übernimmt das Bücherregal und stößt dabei in einem schmalen Gedichtband, der Ulrike gehört, auf folgende Widmung: „Für Ulrike – in Erinnerung an diese unvergleichliche Nacht. Vielleicht gibt es ja doch eine Wiederholung? Dein Wolfgang, 5. August 2002“. Werner ist am Boden zerstört: Ulrike hat ihn doppelt hintergangen: betrogen mit einem anderen und dann ist sie nicht mal zu ihm offen gewesen wie ver einbart. Soll er sie damit konfrontieren? Aber es ist alles schon so lange her. An scheinend war die Geschichte auch eine einmalige Angelegenheit. Und es geht ihn noch gut miteinander. Aber Werner erinnert sich an sein Motto und entscheidet, dass er nur auch offen sein müsse. Das Gespräch verläuft nicht gut. Ulrike ist sauer, dass Werner in ihren Sachen und in ihrer Vergangenheit wühlt. Sie sagt, sie hätte den Seitensprung nicht erwähnt, weil er für sie und damit auch für ihn nicht wichtig war, eine einmalige, dumme Laune, nicht der Rede wert. Aber mit der Thematisierung des Fehlritts stehe jetzt etwas zwischen ihnen. Wie können Werner und Ulrike das Problem wieder aus dem Weg räumen?

Ulrike hat teilweise recht, ein ein maliger Seitensprung braucht nicht gebeichtet zu werden. Er hat in den meisten Fällen keine Auswirkung auf die Partnerschaft. Eine Thematisierung dieses One-Night-Stands hingegen belastet die Beziehung völlig unnötig. Kommt der betrogene Partner aber von selbst darauf, muss die Begebinheit bearbeitet werden. Werner kann unmöglich mit seinen Fantasien und Verlustängsten, die damit in den meisten Fällen einhergehen, alleine gelassen werden. Er braucht unbedingt die Möglichkeit immer wieder nachzufragen und seiner Enttäuschung und Verletzung Ausdruck zu verleihen. Auch wenn es für Ulrike unwichtig und schon sehr lange her ist, muss sie Werner, der gerade erst damit konfrontiert wurde, Zeit geben sich damit auseinander zu setzen. Sie hat ihn schließlich durch ihren Seitensprung und mit dem unachtsamen Herum-stehen-lassen von Beweismaterial in diese Situation gebracht.

**6** Franz (45) und Hilde (41) sind eigentlich ein glückliches Paar. Er nennt sie Pummelhäschchen und sie ihn Mäuseschwänzchen. Die beiden haben keine Kinder und sind auch erst seit drei Jahren zusammen. Jeder ist für den anderen die erste, große Liebe; beide hatten zuvor keine großen und auch keine guten Erfahrungen mit dem anderen Geschlecht. Als sie noch ganz frisch verliebt waren, haben sie sich noch viel mehr Kosenamen gegeben. Pummelhäschchen und Mäuseschwänzchen machten – warum auch immer – das Rennen. Dabei sind sie beide nicht ganz glücklich damit: Hilde ist wirklich etwas pummelig. Und Franz hatte schon seit seiner Pubertät das Problem, zu meinen, die Natur hätte seine Männlichkeit nicht gut genug ausgestattet. Beide haben Angst, dass dem anderen der Kosenname einmal in der Öffentlichkeit heraus rutscht. Beide haben aber auch Angst, den Geliebten vor den Kopf zu stoßen. Hilde hat einmal versucht, zu Franz einfach nicht mehr Mäuseschwänzchen zu sagen, in der Hoffnung, er würde dann auch das Pummelhäschchen weglassen. Aber als sie einige Male Franz zu ihm gesagt hatte, meinte er mit betrübter Miene: „Warum bist du so ernst? Liebt mein Pummelhäschchen sein Mäuseschwänzchen etwa nicht mehr?“

Franz und Hilde führen eine Partnerschaft wie es viele Menschen tun, denen in ihrer Kindheit die Nestwärme fehlte. Sie geben sich gegenseitig in ihrer Paarbeziehung die kindliche Geborgenheit, die sie früher vermissten. In der Zeit der ersten Verliebtheit geht das auch noch ganz gut. Nach spätestens vier Jahren Beziehung ist dann aber eine andere Art des Umgangs gefragt. Was man am Anfang noch ganz „süß“ fand, erscheint einem auf einmal peinlich. Der Absprung von dieser zu Beginn symbiotischen Partnerschaftsform in eine zunehmend erwachsene Beziehung ist nicht immer ganz leicht. Diese Veränderung irritiert meistens beide etwas und sie befürchten, dass damit ihre Liebe zu Ende gehen könnte. Aber Stattdessen beginnt erst jetzt die wirkliche Paarbeziehung. Dafür sollten von diesem Moment an beide alles, was sie beschäftigt, offen und ehrlich ansprechen. Hier ist jetzt viel Fingerspitzengefühl gefragt, damit der Wegfall der rosaroten Brille nicht ganz so schmerhaft ausfällt. Und vielleicht müssen Hilde und Franz ja auch nicht ganz auf Kosenamen verzichten, denn es gibt schließlich auch noch andere, weniger peinliche.

**7** Ella (24) und Karl (32) haben sich in der Arbeit kennen gelernt. Karl leitet die Abteilung, in der Ella, gerade frisch mit dem Studium fertig, vor ein paar Monaten angefangen hat. Es war Liebe auf den ersten Blick. Trotzdem stellt sich bald heraus, dass sie in wichtigen Dingen sehr unterschiedliche Auffassungen haben: Ella möchte die Beziehung in der Firma erst noch geheim halten. Sie befürchtet, dass andere Kollegen unterstellen könnten, Karl würde sie bevorzugen. Sie hat noch viel vor in ihrem Beruf und möchte nicht als eine dastehen, die sich angeblich „nach oben schlängt“. Mit Kindern möchte sie sich noch gar nicht be fassen, „vielleicht in zehn Jahren mal“. Und eins ist klar: Wenn sie ein tolles Angebot in einer anderen Stadt oder sogar im Ausland bekommt, dann wird sie das annehmen. Karl dagegen ist so glücklich mit Ella, dass er es am liebsten der ganzen Welt mitteilen möchte – warum also nicht auch in der Firma? „Wir haben ein gutes Arbeitsklima, alle kennen mich, wissen, wie ich arbeite. Niemand würde mir unterstellen, Ella zu bevorzugen“, ist sich Karl sicher. Er ist ein bisschen enttäuscht, dass Ella so vorsichtig sein möchte und fragt sich, ob sie ihn so sehr liebt wie er sie. Außerdem hofft er natürlich, dass sie hier am Ort bleiben wird. Kinder möchte er ei-

gentlich auch, mindestens zwei, und am besten schon bald. Die richtig Frau dazu glaubt er, nun gefunden zu haben. Aber das hat er ihr noch gar nicht gesagt. Hat die Liebe der beiden eine Zukunft?

Ella befindet sich gerade in einer völlig anderen Lebensphase als Karl. Sie möchte noch in jeder Hinsicht viel erleben und sich auf gar keinen Fall jetzt schon zu sehr festlegen. Karl dagegen hat beruflich schon vieles erreicht, ist einige Jahre älter als Ella, und befasst sich bereits mit Familienplanung. Alleine schon das würde Ella völlig verschrecken. Für sie steht eine Partnerschaft anscheinend noch gar nicht an erster Stelle. Gegen eine lockere Beziehung hat sie aber offensichtlich nichts einzuwenden. Falls Karl sich auf eine unverbindliche Partnerschaft mit Ella einlassen würde, hätten die beiden vielleicht noch einige Monate miteinander. Wahrscheinlich wird Karl das aber schwer verkraften, weil dabei ein Großteil seiner Wünsche und Bedürfnisse unweigerlich auf der Strecke blieben. Die beiden sollten daher offen über ihre Lebensziele sprechen, um festzustellen, inwieweit sie diese miteinander ver einbaren können – und wollen.

#### HINWEIS DER REDAKTION

#### Aus dem Leben, aber erfunden

Alle sieben Paarsituationen auf dieser und der vorhergehenden Seite sind aus dem Leben gegriffen – aber erfunden. Ähnlichkeiten mit tatsächlichen Personen sind rein zufällig und nicht beabsichtigt.

#### PAARBERATERIN GABRIELE LEIPOLD



► **Gabriele Leipold** ist Dipl.-Sozialpädagogin (FH) und hat zusätzlich eine Ausbildung in beziehungsanalytischer Familienberatung und Krisenintervention an der Akademie für Psychoanalyse und Psychotherapie absolviert.

► **Bevor sie 1995** in München ihre eigene Praxis gründete, arbeitete sie in der Erziehungs- und Eheberatung und in einer Sexualberatungsstelle.

► **Schwerpunkte:** Eheberatung und Erziehungsberatung, in den letzten Jahren gewannen Paarberatung und Sexualberatung an Bedeutung.

► **Medien:** Gabriele Leipold ist eine gefragte Interviewpartnerin in Zeitungen, Zeitschriften, Hörfunk und Fernsehen.

► [www.eheberatung-leipold.de](http://www.eheberatung-leipold.de)