



Der lange Weg zurück

„Versprich, dass du diese Frau/diesen Mann nie wieder siehst!“ Selbst wenn der untreue Partner diese Forderung erfüllt: Als Antwort auf die Unterbrechung einer Partnerschaft reicht das allein nicht aus, meint **Monika Bertsche**.

„Dass ich jemals so fies und feige mit einer Frau umgehen könnte, das hätte ich nie von mir gedacht“, sagt Thomas. „Ich kenne mich selbst nicht mehr. Dabei will ich mich nicht von meiner Frau trennen. Sie ist die Liebe meines Lebens. Und trotzdem gehe ich immer wieder zu der anderen.“ Thomas, erfolgreicher Außendienstler und grundsolider katholischer Familienvater, macht sich große Vorwürfe über seine Untreue, erlebt sich als wertlos und schlecht. Auch seine Frau Anne versteht die Welt nicht mehr. „Es war doch alles in Ordnung zwischen uns. Nach 15 Jahren Ehe ist man halt nicht mehr verliebt. Aber das ist doch kein Grund, einfach eine andere zu suchen. Das macht man einfach nicht.“

Kaum ein anderes Ereignis kann eine langjährige Partnerschaft einschneidender verstören als eine Liebesbeziehung, die einer der beiden Partner mit einem oder einer Dritten eingeht, vulgo: wenn sie oder er „fremdgeht“. Auch Anne und Thomas geraten in eine große Krise. Es gibt Tränen und Streit, Bitten um Verzeihung und misstrauisches Hinterhersherspionieren. Beide erleben den früher so selbstverständlichen Fluss der Liebe als unterbrochen. Und beide wollen, dass das aufhört, dass

alles wieder wird wie früher. Thomas verspricht, sich von seiner Geliebten zu trennen und sie nie wieder zu sehen. Der Abbruch der neuen Beziehung, so schnell wie möglich, soll die Unterbrechung der alten Partnerschaft heilen. Dann, so die Hoffnung der beiden, können sie das zerschnittene Band ihrer Liebe wieder anknüpfen.

Was Anne und Thomas da versuchen, ist allerdings in den wenigsten Fällen von Erfolg gekrönt. Weil die beiden das selbst spüren, suchen sie Hilfe in einer Paartherapie. Und die Therapeutin macht ihnen klar, warum der verständliche Wunsch nach einer schneller Lösung nicht zum Ziel führt: Denn indem sie das Symptom (nämlich Thomas' Untreue) einfach auszumerzen versuchen, bleibt der eigentliche Paarkonflikt dahinter im Verborgenen. Gerade weil Thomas das genaue Gegenteil eines Hallodris ist, der nur seinem Vergnügen folgt, drängt sich doch die Frage auf: Gibt es womöglich andere Kräfte und Ursachen, die ihn verführbar gemacht und zur Untreue geführt haben? Der Paartherapeut Michael Cölln hält deswegen Ultimaten oder eine moralische Verurteilung für zwei der wichtigsten Fehlerquellen bei der Bearbeitung von Außenbeziehungen.

Gerade in der existentiellen Krise zeigt sich nämlich wie in einem Brennglas, was in einer Partnerschaft in Schieflage ist, wo Entwicklungswege blockiert sind und Sehnsüchte unerfüllt. Besonders die Frage nach der Sehnsucht bricht vieles auf und kann ganz neue Perspektiven eröffnen.

Thomas musste auf der Suche nach seiner eigenen Sehnsucht ganz weit zurückgehen, bis in seine Herkunftsfamilie. Als Sohn eines Alkoholikers, der seine Familie zwar nie verlassen, seine Rolle als Ehemann und Vater aber nie ausgefüllt hatte, begann Thomas früh, sich um die Mutter zu kümmern, die lebensuntüchtig an der Seite ihres Mannes ausharrte. Thomas war ihr Ein und Alles und ihre ganze Stütze. Vom Kümmern um die Mutter geriet Thomas fast nahtlos ins Kümmern um Anne und die beiden Kinder, besonders um den jüngeren Sohn, der mit einer schweren gesundheitlichen Beeinträchtigung zur Welt kam. Obwohl nach außen hin beruflich erfolgreich, blieb er innerlich sehr unsicher: Werde ich als Person geliebt oder ist nur meine Leistung und mein Kümmern um andere wichtig? Als er Anne in einer Therapiesitzung an den Kopf wirft, sie habe in ihm ja auch immer nur den Versorgungs-Heini gesehen, ist sie zunächst fassungslos, hat dann aber die innere Größe, den wahren Kern in seinen Worten zu erkennen. Thomas findet durch die Auseinandersetzung mit seiner Geschichte zu einem nie wahrgenommenen Teil seiner selbst: zu seinem Bedürfnis, sich fallen lassen zu dürfen, selbst umsorgt und umworben zu werden. Und er erkennt, wie seine Geliebte Sandra, eine selbstständige Powerfrau, ihn mitreißen konnte, weil sie diesen Teil seines Selbst angesprochen und beantwortet hat.

Der böse Eine und der gute Andere

Für den „betrogenen“ Partner ist es nicht leicht, sich auf diese Suche nach einer „tieferen“ Ursache einzulassen. Er erlebt sich zu Beginn häufig als Opfer, verortet die Untreue beim anderen, ist sich selbst keiner Schuld bewusst. Schauen aber beide Partner ihren Paarkonflikt, der hinter der Krise steht, mit offenen Augen an, beginnt die These vom „bösen Einen“ und dem „guten Anderen“ oft zu bröckeln. Und tatsächlich geht es ja auch nicht darum, einen Schuldigen zu identifizieren und zu verurteilen, sondern darum, das Ineinander-Greifen der Blockierungen und Altlasten beider Partner aufzudecken und damit die Chancen für einen Neustart zu verbessern.

Anne ist ehrlich genug zu merken, dass sie tatsächlich in ihrer Not und Sorge um das kranke Kind vieles hinten angestellt hat, nicht zuletzt auch sich selbst. Sie erkennt, dass das Funktionieren-Müssen tief in ihr verwurzelt ist und dass sie dadurch ihre Lebendigkeit verloren hat. Eigentlich voller Sensibilität und Kreativität,

Tut mir leid, Kollegen!

39.1. Ausgerechnet heute, obwohl mein Kalender zweimal „!!!“ schreit und die Deadline beim XY-Verlag bedrohlich nahe rückt. Die Kollegin seufzt bei meiner Absage vernehmlich, was hilft's? Ich muss unseren fiebernden Dreijährigen hüten und mit ihm zur Kinderärztin.

Und dann stelle ich fest: Ich werde von Minute zu Minute ruhiger und gelassener. Wie gut es tut, sein Vertrauen zu spüren, als er während der Untersuchung der Ärztin auf meinem Schoß sitzt! Seine dankbaren Blicke für die Erdbeermilch und den Kartoffelbrei, die ich für ihn zubereite. Und seinen Spaß an dem Kasperltheater, das ich am Nachmittag für ihn aufführe.

Tut mir leid, KollegInnen. Das könnt Ihr nicht bieten!

Andreas Werner

tät, ist sie perfektionistisch, nörglerisch und genussunfähig geworden.

Annes und Thomas' Geschichte zeigt: Die Bearbeitung einer Außenbeziehung verlangt mehr, als einfach einen Schlusstrich zu ziehen. Gefordert ist stattdessen ein Weg des Suchens, bis in die Bereiche des bisher Unbewussten hinein. Oft bedeutet das auch, dass die „Täter“ ihre zweite Beziehung nicht sofort beenden können; das hieße ja, die Bedürfnisse zu unterdrücken, die die Nebenbeziehung erfüllt, die Hauptbeziehung aber eben (noch) nicht. Viele berichten, die eingeforderte Trennung sei ihnen anfangs vorgekommen, als müssten sie sich ein Stück ihres Herzens aus der Brust reißen ...

Thomas ist einer von ihnen. Er hat das starke Gefühl, zu Anne zu gehören, und dennoch konnte er nur über die Beziehung zu Sandra zu seinen Bedürfnissen und Sehnsüchten finden. Anfangs ist er gelegentlich noch, nun mit Annes Wissen, zu Sandra gefahren. Mit der zunehmenden Offenheit zwischen ihm und Anne und ihrem gemeinsamen Ringen um ihre Liebe wurde das Bedürfnis danach aber immer geringer. Beim dritten Treffen nahm er dann tatsächlich Abschied von Sandra.



Monika Bertsche

ist Psychologin und arbeitet in eigener paartherapeutischer Praxis in Stuttgart. Sie ist verheiratet und hat drei erwachsene Kinder.