

Clement, U. (2009). Nicht alles vom anderen wissen wollen. *Focus*, 18, 130-131.



Beziehungsfalle Party-Flirt

Eifersucht zu zeigen lässt sich zwar unterdrücken – aber nicht, das Gefühl zu empfinden

„In geringer Dosis

FOCUS: Was raten Sie Ihren Klienten, wenn Eifersucht in Therapien zur Sprache kommt?

Clement: Nichts „gegen“ die Eifersucht tun – man kann nur „mit“ der Eifersucht handeln. In gemäßigter Form bedeutet Eifersucht Aufmerksamkeit und Wertschätzung für den Partner. Wenn sie unterdrückt wird, kann das zum Problem werden.

Ich hatte kürzlich einen Fall, in dem ein Mann versuchte, Verständnis aufzubringen für das Verhältnis, das seine Frau hatte – und Äußerungen machte wie: „Vielleicht braucht sie das ja.“ Seine Frau war von seinem Standpunkt nicht sehr beeindruckt. Sie hätte es lie-

INTERVIEW

„Nicht alles vom anderen wissen wollen“

Der Paar- und Sexualtherapeut Ulrich Clement empfiehlt gelassenen Umgang mit Untreue und Eifersucht



Ulrich Clement

Einer der renommiertesten deutschen Sexualtherapeuten

- **Biografisches**
Praxis in Heidelberg.
Lehrtherapeut, Professor.
Autor, 58 Jahre,
verheiratet, drei Kinder.
- **Neues Buch**
„Wenn Liebe fremdgeht.
Vom richtigen Umgang
mit Affären“, Verlag Marion
v. Schröder, 16,90 Euro.

ber gehabt, wenn er ihr gesagt hätte: „Der oder ich!“

FOCUS: Eifersucht ist also kein Fall für den Psychotherapeuten?

Clement: Doch, wenn sie extrem bis hin zur Gewalttätigkeit ist; die Gründe dafür liegen dann normalerweise tiefer in der Psyche des betroffenen Menschen. Eifersucht ist ansonsten aber etwas ganz Normales.

Untreue und Eifersucht sind in uns angelegt, wahrscheinlich genetisch. Es ist so, als hätte uns die Natur auferlegt, mit zwei widersprüchlichen Impulsen durchs Leben zu kommen: einerseits öfters mal etwas mit anderen Sexualpartnern „auszuprobieren“, andererseits den Partner, den man liebt, ganz für sich zu haben. Diese widersprüchlichen Impulse führen zu einem Dauerdrama in der Menschheitsgeschichte.

FOCUS: Individuelle Unterschiede im Ausmaß der Eifersucht scheint es aber dennoch zu geben.

Clement: Ich möchte die emotionale Reaktion und die Handlungen unterscheiden, die daraus folgen. Die emotionale Reaktion liegt bei allen bereit. Wenn zum Beispiel die Partnerin auf einer Party heftig mit einem anderen flirtet, macht das fast jeden Partner aufmerksam. Ob er dann überhaupt etwas sagt, ob er locker hinzutritt und seine Frau weglotst, ob er ihr eine Szene macht oder den „Nebenbuhler“ bedroht, das ist unterschiedlich je nach Persönlichkeit – oder der Kultur, in der ein Mensch lebt.

Nur: Abschalten lässt sich das Gefühl der Eifersucht nicht. Man kann sich verbieten, Eifersucht zu zeigen, aber nicht, sie zu empfinden.

FOCUS: Eifersucht tritt spätestens dann auf, wenn der Betrogene von einer Affäre erfährt. Wie gehen die Paare, die sie in Ihren Therapien kennen lernen, mit Untreue um?

Clement: Manche sehen darin die Todsünde, das Ende der Beziehung, haben im ersten Affektsturm Suizid- oder Mordgedanken. Es gibt aber auch Paare, die das nicht so tragisch nehmen – oder auch als ernststen Anlass, einander wachzurütteln und die Krise gemeinsam zu überwinden.

FOCUS: Wie kann so etwas aussehen?

Clement: Das geht entweder in die Richtung: Es stimmt etwas in unserer Beziehung nicht. Oder: Wir haben eigentlich gar nichts falsch gemacht. Aber es zieht einen von den beiden woanders hin, weil er ungelebte Wünsche und Sehnsüchte hat.

FOCUS: Das heißt dann wohl: Trennung? Oder läuft auf ein Arrangement hinaus, das dem suchenden Partner gewisse Freiheiten einräumt?

Clement: Das offene Arrangement ist eine Kunst, das kriegen nur wenige hin. Nicht ganz so selten ist der Fall, dass man nicht alles vom anderen wissen will. Man zeigt Respekt vor der Privatheit des anderen.

FOCUS: ... und akzeptiert dessen Heimlichkeiten?

Clement: Ja. Wer alles vom anderen wissen will, bringt Misstrauen zum Ausdruck. Partner sollten sich das Recht auf Privatheit zugestehen ...

FOCUS: ... und Untreue akzeptieren?

Clement: Ein kluger Satz lautet: In geringer Dosis ist Untreue belebend, in hoher Dosis Gift. Außerdem unterscheide ich Treue und Loyalität. Loyal sein heißt, nichts zu tun, was gegen das existenzielle Interesse des Partners gerichtet ist. Sexuelle Untreue ist nicht unbedingt illoyal, das wäre es aber, dem „Dritten“ Geld zu geben, bei ihm über den Langzeitpartner herzuziehen oder gar mit ihm ein Kind zu zeugen.

FOCUS: Sind nicht vor allem Männer Nutznießer solcher Liberalität?

Clement: Heute gibt es zunehmend Frauen, die sich diese Freiheit nehmen. Menschen in Dreiecksverhältnissen, so sehe ich das, sind frei, Vorteile und Nachteile abzuwägen.

Die Ehefrau kann sagen: Er will seine Geliebte nicht verlassen, also verlasse ich ihn. Sie kann auch sagen: Besser so, als wenn ich ihn gar nicht mehr habe. Die Geliebte kann sagen: Er trennt sich nicht von seiner Frau, also verlasse ich ihn. Sie kann auch sagen: Ich habe lieber einen untreuen interessanten Mann als Geliebten, als dass ich die Ehefrau eines treuen Langweilers werden möchte.

FOCUS: Tolerante Frauen sind nicht so selten. Aber gibt es Männer, die die Untreue ihrer Partnerin akzeptieren?

Clement: Wenige, aber es gibt sie. Mit akzeptieren meine ich nicht, sich masochistisch damit zu quälen, sondern generös zu sagen: Ja, wir sind souverän genug, das so zu handhaben. Wir gestehen uns Freiheiten zu. Das heißt nicht, dass dann der Hausfreund mit am Tisch sitzt.

Aber wir sprechen hier von Ausnahmen, das gibt es tatsächlich nicht so häufig.

FOCUS: Was tut die Mehrheit?

Clement: Sich wieder versöhnen – oder trennen. Das Modell der Monogamie wird meistens nicht in Frage gestellt. Treue hat aber ihren Preis. Paare können sich dadurch um Lebensmöglichkeiten bringen, riskieren Langeweile und eine ungemütliche Form von sexuellem Alltag. Treue kann auch unglücklich machen. ■



Büroaffäre

Kann man untreu sein und dabei dennoch loyal bleiben gegenüber dem Ehe- oder Lebenspartner?



Helfende Gespräche

Ulrich Clement ist Mitbegründer und Leiter des Instituts für Sexualtherapie Aachen/Heidelberg

INTERVIEW: FRANK GERBERT