

## Dr. med. Claudia Sies in Rheinische Post vom 09.12.2006

### Doktors Kolumne

#### Innere Freiheit für die Ehe

Immer mehr Paare suchen heutzutage Hilfe in einer Paartherapie, um nicht in einer Scheidung zu enden. Auf den ersten Blick sehen die Probleme der Paare zwar unterschiedlich aus, die tieferen Ursachen sind aber oft sehr ähnlich. Nehmen wir das Ehepaar Lisa und Paul F. in der Praxis einer Paartherapeutin. Lisa weint und klagt und ist verzweifelt: „Ich kann einfach nicht glauben, dass er nach zwölf Jahren Ehe nun plötzlich ausziehen will. Wir haben doch eine harmonische Ehe geführt, alles miteinander geteilt, waren offen zueinander und haben immer Rücksicht aufeinander genommen. Und nun, ohne Vorwarnung, passt ihm das alles nicht mehr.“

Auf die Frage der Paartherapeutin: „Was könnte Ihnen beiden denn gefehlt haben in Ihrer Liebe?“ ist Lisa ratlos. Paul bringt es auf den Punkt: „Ich liebe Lisa sehr, aber vor lauter Fürsorglichkeit für sie, kann ich seit Jahren bei ihr einfach kein guter Liebhaber mehr sein. Ich brauche Abstand, muss raus hier! Das Schlimmste ist nur, dass ich mir dabei so schlecht vorkomme, obwohl keine andere Frau im Spiel ist. Es ist ja auch nicht zu verstehen: Je lieber ich sie habe, desto mehr lässt meine Leidenschaft für sie nach!“

Und wie steht es bei Lisa mit dem sexuellen Begehren? „Mir ist das mit der Leidenschaft nicht so wichtig, Hauptsache wir mögen uns wie bisher! Mit all dem Mitgefühl und Verständnis füreinander.“

Lisa wäre zufrieden damit, alles beim Alten zu lassen, auch wenn Sexualität keine Rolle mehr für sie spielen würde. Für Paul geht es aber so nicht weiter. Er sieht nicht ein, wieso es zwischen ihnen nicht mehr funkt und schon gar nicht, dass das so bleiben soll.

Ausziehen war nun seine letzte Hoffnung, um sich seinerseits aus der erotischen Lähmung zu befreien. Wenn es zwischen ihnen wieder spannender werden sollte, mussten beide tatsächlich wieder selbständiger und unabhängiger voneinander werden. Lisa musste ihr Temperament und ihre Eigenwilligkeit wieder finden, die sie aufgegeben hatte, weil sie unbewusst glaubte, dann würde Paul sie nicht verlassen. Paul hatte dem harmonischen und sicheren Zusammenbleiben seinerseits sein erotisches „Draufgängertum“ geopfert, weil er unbewusst Lisa nicht erschrecken oder belästigen wollte. Er wurde daher immer lieber aber auch leidenschaftsloser. Beide hatten ihre emotionale Sicherheit gegen sexuelle Tristesse eingetauscht, ein Vorgang, der vielen Paaren widerfährt.

Lisa und Paul machten sich mit Hilfe einer Paartherapie auf den abenteuerlichen und nicht ganz leichten Weg zu einer spannenderen Beziehung. Ohne dass sie sich räumlich trennen mussten, entwickelten sie soviel Distanz und Eigenständigkeit, dass die sexuelle Liebe ihnen wieder Spaß machte. Als sie lernten, sich und dem Anderen die verloren gegangenen Freiheiten wieder zu zugestehen, mussten sie oft mit der Angst kämpfen, sie könnten einander verloren gehen – und waren füreinander doch viel begehrenswerter als vorher. So brauchen besonders länger dauernde Ehen neben Zweisamkeit und Zuneigung auch den frischen Wind von innerer Unabhängigkeit.