

RATGEBER BEZIEHUNG



Viktor Arbeit,
Paarberater/
Mediator, Affoltern

Untreue

Wann, in welchen Situationen beginnt Untreue?

Ich würde die Frage anders stellen: Wie sicher fühle ich mich in der Beziehung? Das ist nämlich entscheidend für das sehr individuelle Empfinden, wann Untreue beginnt.

Wie meinen Sie das?

Wenn ich mich sicher und geliebt fühle, dann gerät für mich die Beziehung nicht ins Wanken, wenn du mit jemand anderem lachst oder vielleicht sogar schäkerst.

Aber wo sind die Grenzen?

Es gibt keine verbindlichen Massstäbe, keine fixen Leitplanken. Was für den einen ein nettes Gespräch ist, kann für die andere bereits eine erotische Annäherung und somit Untreue bedeuten. Dieses Empfinden ist sehr individuell auf der Basis eigener Prägungen und Erfahrungen. Folgende Frage zu beantworten, kann aufschlussreich sein: Weshalb möchte ich ausserhalb meiner Partnerschaft exklusiv mit einer für mich attraktiven Person Zeit verbringen? Welches Bedürfnis decke ich damit bei mir und bei der anderen Person ab? Die klaren Grenzen sind für die meisten Menschen bei körperlichen Intimitäten, die emotionalen Intimitäten sind jedoch nicht so klar greifbar.

Ist Fremdgehen heute immer noch ganz klar ein Grund, die Beziehung zu beenden?

Viele glückliche Paare hatten irgendwann eine Zeit, in der Fremdgehen eine Rolle spielte. Sie haben dies aufgearbeitet, ihre Lehren daraus gezogen und konnten miteinander weitergehen. Für andere geht und ging dies nicht. Auch dies bleibt individuell. Wichtig ist einzig, dass man nicht für den Rest des Lebens in einer Enttäuschung stecken bleibt.

Wie ist es möglich, sich in einer Beziehung abzusichern?

Das ist nicht möglich. Es gibt nur das gegenseitige Vertrauen, das eine gewisse Sicherheit vermittelt. Aber auch Vertrauen beinhaltet ein Risiko. Und wenn das Vertrauen nicht hält, dann folgt die Enttäuschung.

Was geschieht, wenn Menschen sich in einer Partnerschaft gegenseitig kontrollieren?

Kontrolle und Machtausübung sind keine wirksamen Rezepte, um Sicherheit zu gewinnen. Sicherheit im Leben kann nur gewonnen werden, indem wir uns verbunden fühlen mit uns selbst, mit unserem ursprünglichen Menschsein, mit unserer eigenen Lebendigkeit. Dann löst sich die Angst vor dem Getrenntsein auf. Partnerschafts-
liebe basiert auf Vertrauen in Freiheit. Aber auch dann gibt es keine Garantie, dass der Partner/die Partnerin nicht untreu wird oder dass wir sterben.

Kontakt:

viktor.arheit@paarberatung-mediation.ch