

Der Falsche kann der Richtige sein

Von Heike Stüvel 28. Juni 2008, 04:00 Uhr

Manche Frauen geraten immer wieder an Mr. Wrong - Doch genau das ist gut für ihre Psyche

Den Menschen treibt die Natur unerbittlich zum Pas de deux. Auf dem Weg zu Mr. Perfekt und Miss Right empfehlen sich gesunder Menschenverstand und Regisseur-Qualitäten. Liebe, erklärt der renommierte US-Psychologe Robert J. Sternberg, sei nichts anderes als ein individuelles Drehbuch, das wir schon kurz nach der Geburt zu schreiben beginnen. Im späteren Leben gelte es, sich einen Partner mit kompatibler "Beziehungsgeschichte" zu angeln.

Intelligenz ist relativ, Schönheit vergänglich, Vertrauen trügerisch und Verlässlichkeit selten. Also müsse man nach der einmaligen Mischung verschiedener Merkmale suchen. "Manche haben einen Partner gefunden, sind unglücklich und bleiben dennoch mit ihm zusammen", sagt der Hamburger Paartherapeut Professor Wolfgang Hantel-Quitmann. Andere finden sich nur für eine bestimmte Zeit und trennen sich wieder, manchmal ohne zu wissen warum eigentlich. Und wiederum andere verstehen selbst nach Jahren der Ehe nicht, warum gerade sie sich gefunden haben. "Rational lässt sich das nicht mehr verstehen, denn es geht eher um irrationale, unbewusste, paardynamische und emotionale, also psychologische Themen", meint Hantel-Quitmann.

Ist es normal, öfter auf den Falschen reinzufallen? Warum wählen manche Menschen ihr eigenes Unglück? Welche Motive bringen sie dazu sich Partner zu suchen, die sie immer wieder seelisch oder auch körperlich verletzen? Kann Liebe so stark sein, dass man all die Erniedrigungen und das wiederholte Scheitern in Kauf nimmt? Häufig haben sie das gleiche Spiel schon mehrfach durchlebt und durchlitten und dennoch bleiben sie bei ihrem Partner, kehren zu ihm zurück oder suchen sich genau so einen wieder aus. Manchmal sind es sogar endlose Kreise von Verletzung, Verzeihung und neuerlicher Verletzung.

Bleiben die Menschen bei diesen Partnern, weil sie sie lieben und deshalb alles ertragen, oder lieben sie auch und gerade deshalb, weil sie so schlecht behandelt werden? "Das klingt widersinnig, aber manchmal werden Partner gewählt, die nicht gut tun oder gar verletzen, weil nur diese Partner ein bislang ungelöstes Lebens- und Liebesthema repräsentieren", fand Hantel-Quitmann heraus. "Wer so sein Unglück wählt, trägt tief in seinem Innern immer noch die Überzeugung, dass er nicht liebenswert ist."

Und wer auf einen Partner trifft, der ihn mit seiner Liebe überschüttet, fühlt sich meist gar nicht gemeint. Statt jemanden zu akzeptieren, der Anerkennung gibt, wird wieder ein Partner gewählt, der sich verweigert und erneut verletzt. Es wird sich wieder für ein Psycho-Muster entschieden, das bestens vertraut ist.

Die Partnerwahl ist auch eine wunderbare Möglichkeit, Psychohygiene zu betreiben - und damit die eigenen schlechten, ungeliebten Seiten loszuwerden. Wir lassen unser Negativ vom Partner leben und sind daneben die reinsten "Gutmenschen". Dann hat das gewählte Unglück den Sinn, sich selbst von allen negativen, peinlichen, schamhaften und schuldbeladenen Seiten der eigenen Person reinzuwaschen, indem der gewählte Partner sie auslebt. Eine solche Selbststabilisierung wird in der Psychologie auch "interpersonelle Abwehr" genannt.

Warum wählt ein leuchtender Pfau die graue Maus, der selbstlose Menschenfreund den überzeugten Egoisten, ein disziplinierter Mensch einen Chaostypen, oder ein Sinnenfreund einen asketischen Stubenhocker? Wir verstehen jeweils die graue Maus, den Egoisten, den Chaoten und den Stubenhocker, weil uns klar zu sein scheint, was sie von dem anderen haben.

Aber umgekehrt? Das ist die Wahl des negativen Selbst, denn der leuchtende Pfau wehrt damit das Mausgraue in sich ab, der Menschenfreund seinen Egoismus, der disziplinierte Mensch entledigt sich all seiner chaotischen Seiten und der Freund der Sinneslust fühlt sich durch keine Grenzen mehr eingengt. Alle sind frei von inneren Konflikten, der Feind ist nicht mehr ein strafendes Über-Ich oder eine abgewehrte Lust, sondern der schlechte Partner - und den kann man mit aller Kraft bekämpfen.

Aber nicht nur die Psyche, auch die Gene funken in die Partnerwahl hinein. Um überlebensfähigen Nachwuchs zu zeugen, muss der Gen-Pool gemischt werden. Das heißt: Frauen suchen nach einem potenten Alpha-Männchen, dessen Gene sich von den eigenen unterscheiden. Das ist zwar gut für die Kinder, aber schlecht für die Seele.

Doch wie findet man nun den richtigen Partner? Der Berliner Psychologe Peter Todd fand das mathematisch heraus: Wer bei zwölf Partnern daneben liegt, wird beim 13. fündig, sofern die Ansprüche nicht zu hoch sind. Wer den perfekten Partner sucht, muss durchschnittlich 37 Kandidaten testen.
