

"Friedhof im Schlafzimmer"

Der Paartherapeut Wolfgang Hantel-Quitmann über die Sehnsucht nach Liebesaffären und das Phantom der großen Liebe

*Hantel-Quitmann, 54, lehrt Psychologie an der Hochschule für Angewandte Wissenschaften in Hamburg. In einem neuen Buch befasst er sich mit dem Wesen der Liebesaffäre**.*

SPIEGEL: Glaubt man Ihren Thesen, bereiten sich gerade Millionen Liebeshungrige auf ein heißes Strandabenteuer vor, weil daheim im Ehebett nur Ödnis regiert. Steht es so schlimm um Deutschlands Paare?

Hantel-Quitmann: Sagen wir mal so, unsere stark sexualisierte Gesellschaft, in der keine Klobürste mehr beworben werden kann ohne nackte Frau auf dem Bild, steht in eklatantem Widerspruch zu dem Friedhof in unseren Schlafzimmern.

SPIEGEL: Friedhof? Sie übertreiben.

Hantel-Quitmann: Keineswegs. Paare, die lange zusammen sind, haben sich im Bett meist auf den kleinsten gemeinsamen Nenner geeinigt. Der Sex ist domestiziert, standardisiert, schlicht Mittelmaß.

SPIEGEL: Und wie viele derart Gelangweilte stürzen sich deswegen in Affären?

Hantel-Quitmann: Wir alle tun's. Manchmal natürlich nur im Kopf - so wie der Familienvater in „American Beauty“, der in elaborierten Phantasien die Freundin seiner Tochter verführt. Aber immer mehr Leute setzen solche Phantasien dann auch in die Praxis um. Das weiß ich aus meiner langjährigen Erfahrung als Paartherapeut. Dazu passt, dass Ehen weltweit durchschnittlich nur vier bis fünf Jahre halten. In Deutschland würde die Hälfte aller Frauen - nach fünf Ehejahren befragt - ihren Mann nicht noch einmal heiraten.

SPIEGEL: Sollen sich nun alle zwecks Erhalt ihrer sterbenden Beziehung in Latex zwängen und durchs Wohnstübchen jagen?

Hantel-Quitmann: Als ob es um Techniken ginge! Die Antwort auf die Misere ist bei Beate Uhse nicht zu finden. Nein. Es geht darum, auch mal andere Seiten ausleben zu können. Nicht immer nur in Kuschelrock machen, sondern auch

mal Aggressionen zulassen oder einfach nur Freude, Spaß, Lachen.

SPIEGEL: Und wer, bitte, findet es prickelnd, nach Wickeln, Waschen und Stress im Büro plötzlichen Vergewaltigungsphantasien des Partners nachgeben zu müssen?

Hantel-Quitmann: Ich sage ja nur: Das Runterfahren oder gar Abschalten der Sexualität funktioniert nicht auf Dauer. Da entstehen über Jahre hinweg tiefste Sehnsüchte. Und wenn dann ein Liebhaber in Erscheinung tritt, wirkt er wie die schicksalhafte Antwort auf all dieses Sehnen.

SPIEGEL: Ist in solchen Fällen ein Partnerwechsel nicht sogar angeraten?

Hantel-Quitmann: Das ist doch keine Lösung! Sie hatten ja auch mal mit dem Kerl daheim, dem Gleichen, mit dem sie jetzt in Mittelmäßigkeit dahinvegetieren, eine große Leidenschaft.

SPIEGEL: Wenn der Neue nun aber der Märchenprinz ist?

Hantel-Quitmann: Ja, das höre ich von Neuverliebten immer. Ist ja auch bequem: Eine Affäre lässt sich wunderbar zur großen Liebe des Lebens stilisieren. Das hilft, die Schuldgefühle loszuwerden. Nach dem Motto: „Das Schicksal hat zugeschlagen - ich bin völlig unschuldig.“ Die Affäre als höhere Gewalt - wegen dieses Mythos ist sie die Ausstiegsvariante Nummer eins für Trennungswillige.

SPIEGEL: Aber die Verliebtheit, die leugnen Sie nicht?

Hantel-Quitmann: Nein, überhaupt nicht. Sie kommt dem Fremdgänger sehr zupass: Denn Verliebtheit wirkt wie eine Droge, sie vernebelt die Wirklichkeit und verpasst dem Fremdgänger eine rosa Brille. So muss er sich nicht mehr mit den Problemen der Paarbeziehung auseinandersetzen, die zu seiner Flucht geführt haben.

SPIEGEL: Wollen Sie damit etwa sagen, dass die große Liebe nichts ist als Illusion?

Hantel-Quitmann: Ach, wissen Sie, die große Liebe ... Menschen gehen Beziehungen ein, weil sie sich selbst verwirklichen wollen. Das ist letztlich vollkommen egoistisch. Und die meisten Affären entstehen auch nicht, um einen anderen Menschen zu genießen, sondern

um sich selbst mal wieder leidenschaftlich zu erleben, das berichten die Klienten immer wieder.

SPIEGEL: Woher kommt dann des Menschen unbelehrbares Sehnen?

Hantel-Quitmann: Die große Liebe ist das Ideal. Wir glauben, auf der Suche zu sein nach der jeweils verlorenen Hälfte jener einst getrennten Kugelmenschen, die Platon beschrieben hat. Letztlich ist es die Gottesidee, die in der Aufklärung säkularisiert wurde in der Idee von der großen Liebe. Sehr viele Menschen verlassen lieber ihren Partner als ihr Liebesideal.

SPIEGEL: Aber dann verendet auch die Sommerliaison in Langeweile. Was also tun?

Hantel-Quitmann: Den Übergang von der verliebten zur gelebten Liebe schaffen - das gelingt immer weniger Leuten. Die Frage ist natürlich, wie man das hinkriegt.

SPIEGEL: Lassen Sie uns raten: Wir müssen Beziehungsarbeit leisten?

Hantel-Quitmann: (lacht) Machen Sie sich nicht lustig! Genau so ist es! Wonach wir uns nämlich wirklich sehnen, ist Intimität. Aber die gibt's nicht umsonst. Dafür müssen sich die Partner einander öffnen, Wünsche, Sehnsüchte, Ängste, Hoffnungen austauschen. Und dieser Tiefgang muss in Konflikten hart erarbeitet werden. So was geht nur spätabends am Wickeltisch, schreiend, tobend, ihr zerläuft der Eyeliner, ihm hängt das Hemd aus der Hose. Aber sie sind bereit, etwas zu verändern. Der eigentliche Ehebrecher ist nämlich der, der sich jeder Veränderung widersetzt.

** Wolfgang Hantel-Quitmann: „Liebesaffären. Zur Psychologie leidenschaftlicher Beziehungen“. PsychosozialVerlag, Gießen; 232 Seiten; 19,90 Euro.

INTERVIEW: RAFAELA VON BREDOW

DERSPIEGEL 27/2005, S. 130