

## *Lieben Sie den richtigen Mann?*

**Unsere Vorstellungen von Mr. Right passen oft nicht mit unseren wirklichen Bedürfnissen zusammen. Das endet in unglücklichen Beziehungen. Der CELEBRITY-Test sagt Ihnen, welchem Typ Mann Sie Ihre Liebe schenken sollten**

Als eines der untrüglichen Indizien dafür, dass jemand den richtigen Partner gefunden hat, gilt seine eigene Verblüffung darüber, dass er ausgerechnet bei diesem Menschen das Gefühl verspürt, angekommen zu sein. "Eigentlich ist er gar nicht mein Typ" - das gestehen alle, bei denen das Irren und Wirren zu Ende ist und die eine schöne, stabile Beziehung führen.



**BENICIO DEL TORO:**  
Der Rebell

Der "Nicht mein Typ"-Mann gleicht selten dem Held aus den romantischen Träumen, und ins Beuteschema fügt er sich sowieso nie. Er ist schlicht ein Mensch aus Fleisch und Blut, den man mit seinen Stärken und Schwächen liebt - und umgekehrt. Aber warum müssen wir erst ein-, zwei-, zigmal mit den Falschen auf die Nase fallen, bis wir den Partner erwählen, der wirklich zu uns passt? Weil wir es erst dann können.

Wir stürzen uns meist an einem Punkt ins Liebesgeschehen, an dem wir uns selbst wenig kennen, aber viel Sehnsucht nach Selbsterweiterung fühlen. Wir wollen in unseren jüngeren Jahren nichts weniger als den Menschen, der wie die Erfüllung all unserer Wünsche erscheint und uns obendrein zu dem perfekten Wesen macht, das wir gerne wären. Wir hüten jedoch nicht nur Idealbilder von einer Beziehung in uns, weiß der Hamburger Psychoanalytiker und Paarpsychologe Wolfgang Hantel-Quitmann: "Jeder trägt in sich seine Lebens- und Liebesthemen, die ihm nicht unbedingt bewusst sind, aber entscheiden, wen er wählt." Diese Themen können das Verhältnis zu Nähe und Distanz sein oder das Ringen mit tief sitzenden Komplexen.



**MATT DAMON:**  
Der Beschützer

Als Folge entstehe eine Diskrepanz zwischen dem, was wir uns wünschen, und wen wir dann tatsächlich aussuchen, so der Autor des Buches "Der Geheimplan der Liebe. Zur Psychologie der Partnerwahl" (Herder, 12,90 Euro). Da mag der Vater ein Mann gewesen sein, der durch sein leichtsinniges Chaos Instabilität in der Familie verursachte, und man beschließt: niemals einen Partner mit einem labilen Charakter. Das gelingt vielleicht sogar bewusst, dafür verliebt man sich unsterblich in einen aufregenden und kreativen Künstler, der sich aber eben auch chaotisch und unzuverlässig verhält.



JARED LETO:  
Der Unverbindliche

Eine Erfahrung, die schlimmstenfalls in die Krise oder in die Arme eines andersartigen Chaoten treibt und bestenfalls in die Mühsal, das Idealbild vom Partner an unsere wahren Bedürfnisse anzugleichen. Der sicherste Weg, diese zu entschlüsseln, ist die ehrliche Selbstbeobachtung und Reflexion. Anzeichen sind zum Beispiel Gefühle, die regelmäßig Unzufriedenheit verursachen. Oder Konflikte, die in einer oder jeder neuen Partnerschaft immer wieder auftauchen", weiß der Paartherapeut. Gleichzeitig braucht echte Liebe diese Erfahrung. "Die innere Auseinandersetzung mit sich selbst genügt nicht. Wir lernen nur innerhalb einer gelebten Partnerschaft.

Wann es sich lohnt, um die Liebe zu kämpfen? Wolfgang Hantel-Quitmanns Replik klingt zunächst befremdlich und nach dem Gegenteil von Glückseligkeit: "Es lohnt sich, sobald nicht nur die Verliebtheitsgefühle, sondern auch die Ängste stark sind. Gerade die negativen Emotionen sollte man als Hinweis verstehen, nicht lockerzulassen. Sie weisen darauf hin, wie sehr ich vom anderen berührt bin." Günstig sei zudem die Mischung aus Gleichem und Gegensätzlichem zwischen zwei Menschen, etwa dieselben Lebensthemen, aber eine unterschiedliche Art, damit umzugehen.



KEANU REEVES:  
Der Rätselhafte

Es müsse das spürbare Versprechen auf Entwicklung geben und das Gefühl, dass man miteinander seine Konflikte lösen könne. Diese Zustände auszuhalten statt davonzulaufen und von seinen Verletzungen immer wieder eingeholt zu werden, lässt uns wirklich liebesfähig werden. Erst dann können wir unser eigenes Wollen als Drehpunkt unseres Handelns aufgeben und uns ganz auf den anderen einlassen", so Hantel-Quitmann. Erst dann entsteht seelische Intimität, weil man sich einander unverstellt zeigt. Er ist nicht der Traummann, sagt der Verstand? Egal. Perfekt. Er ist, was er ist, sagt die Liebe.