

Soll ich meinen Freund auf seine Affäre ansprechen?

RATGEBER

Heute zum Thema:

Gesundheit

Stil

Recht

Beziehungen

Geld

Daheim

Erziehung

Mit Aussenbeziehungen eines Partners, von denen man über Dritte erfährt, ist das so eine Sache. Es gibt zwei Varianten, um zu reagieren: darauf ansprechen oder für immer schweigen.

Da ich denke, dass das Schweigen früher oder später zum Problem wird, empfehle ich die Variante Ansprechen. Und zwar sollte nicht die Nebenbuhlerin, sondern der Freund angesprochen werden. Die andere Frau hat nichts mit Ihrer Beziehung zu tun! Wenn jemand in einer Beziehung fremdgeht, betrifft das die zwei Menschen, die die Beziehung führen, und niemand anderes, auch wenn das Fremdgehen mit jemand anderem geschieht!

Viel Unausgesprochenes

Schweigen bedeutet in dieser Situation immer, dass man versucht, so zu tun, als ob nichts gewesen wäre – aber es war ja etwas! Letztlich müssen Sie entscheiden, ob Sie mit diesem Seitensprung leben können oder nicht. Das

UNTREUE Ich (w, 34) habe mit einem Mann seit sechs Jahren eine Beziehung, die von einem ständigen Auf und Ab geprägt ist. Diesen Frühling ging ich für drei Monate ins Ausland. Während dieser Zeit hatte er ein Verhältnis mit einer anderen Frau, die ihm schon seit Jahren nachläuft. Ich habe das aus anderer Quelle erfahren, nicht von ihm. Ich habe den Eindruck, dass er nicht so recht weiss, was er will. Einerseits schläft er kaum noch mit mir, andererseits spricht er von einer gemeinsamen Zukunft und Familie. Soll ich ihn auf seine Affäre ansprechen? F. O. in H.

soll Ihr Freund wissen. Mein Eindruck ist, dass es ganz viel Unausgesprochenes und Unklares in Ihrer Beziehung gibt. Ihr Freund hatte zwar eine Aussenbeziehung – beide tun aber so, als ob es das gar nicht gegeben hätte. Sie sind ihm zwar nicht ganz egal, aber so richtig wertvoll auch wieder nicht. Sie sprechen von einer Zukunft. Doch die Ver-

gangenheit ist nicht geklärt. Sie denken über eine Familie nach. Aber zur Sexualität kommt es kaum mehr. Für mich geht das nicht auf.

Reden Sie miteinander!

Sind Sie für ihn vielleicht nur eine bequeme Zwischenlösung, und das Planen der gemeinsamen Zukunft ist ein Mittel, um Sie bei der Stange zu halten? Wer weiss, vielleicht war die Information über die Aussenbeziehung aber auch bloss viel Rauch um nichts, weil Ihre Quelle nicht ganz ehrlich zu Ihnen war. Ich finde, bevor Sie an eine gemeinsame Zukunft denken, sollten die Vergangenheit und die Gegenwart zum Thema gemacht werden. Reden Sie miteinander! Sprechen Sie Ihren Freund auf Ihre Informationen an, sprechen Sie mit ihm über Ihre Sexualität und was das alles für Ihre gemeinsame Zukunft heissen könnte.

Gerade wenn so heikle Themen besprochen werden, empfehle ich gerne,

dies auf einem gemeinsamen Spaziergang zu tun. Man ist unterwegs, geht in eine Richtung, und meistens will und kann man dann auch nicht laut werden. Wie und wann Sie darüber reden, ist aber nicht so wichtig. Hauptsache, Sie reden darüber, bevor Sie heiraten und eventuell noch Kinder unterwegs sind.

Mit so vielen ungeklärten Variablen in der Beziehung wird es sehr schwierig, eine offene und ehrliche Beziehung überhaupt führen zu können. Und vielleicht kann ja ein klares Gespräch auch ein Ausgangspunkt für eine neudefinierte gute Beziehung sein und somit für die Zukunft neue Wege bereiten.



DR. INES SCHWEIZER,
LUZERN
Psycho- und

Sexualtherapeutin
ratgeber@luzernerzeitung.ch

Kurzantwort

Unausgesprochenes wird früher oder später zum Problem. Daher: Reden Sie unbedingt miteinander! Sprechen Sie Ihren Freund auf die Ihnen vorliegenden Informationen an, sprechen Sie mit ihm über Ihre Sexualität und was das alles für eine gemeinsame Zukunft heissen kann.

ANZEIGE

ZahnarztTeam Luzern

...wir verstehen Ihre Zähne

Öffentlicher Patientenvortrag von
Dr. med. dent. Markus Schulte
am 10. September 2014, 19 Uhr
Details siehe Ankündigung rechts