

LITERARISCHE LIEBESTHERAPIE

Ibsens "Nora" verlässt ihre Kinder, Tolstois "Anna Karenina" springt vor einen Zug. Muss das sein? Hätte man da nicht noch mal drüber reden können? Wir haben unglücklich Liebende aus der Weltliteratur zur Paartherapie geschickt

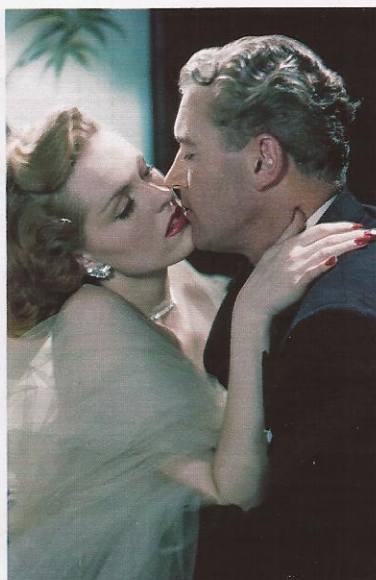
Die Liebe gleicht einem Hochseilakt. Der erste Schritt, das Verlieben, ist kinderleicht, doch was danach kommt, kann leicht tödlich enden. Dieser Eindruck entsteht zumindest, wenn man sich durch die Liebesromane der letzten Jahrhunderte liest. Was romantikrosa beginnt, mündet dort schnell in existenzielle Dramen oder gleich in Selbstmord. Ganz so weit kommt es in der Realität zum Glück eher selten. Auch deshalb, weil es für dergleichen Probleme die durchaus nützliche Einrichtung der Paartherapie gibt. Hätte sie damals schon existiert, wäre den Helden dieser Geschichten vielleicht einiges erspart geblieben. Wir haben mit einer Therapeutin gesprochen und dabei vieles über moderne Beziehungen gelernt.

Erstes Paar: Der Arzt Fridolin und seine Frau Albertine, die direkt aus Arthur Schnitzlers **Traumnovelle** angereist sind. Das bis vor Kurzem ausgesprochen harmonische Paar hat eine sechsjährige Tochter

Fridolin und Albertine haben tolle erotische Fantasien und können auch noch darüber reden. Herzlichen Glückwunsch!

und lebt in Wien. **Konflikt: außereheliche Versuchungen.** Nach einem Ball, auf dem beide Partner fremdgeflirtet haben, gestehen sie sich, dass jeder von ihnen schon mal kurz vor einem Ehebruch stand. Diese Offenbarung löst eine Ehekrise aus. Fridolin streift die ganze Nacht durch die Stadt und landet auf der Suche nach einem sexuellen Abenteuer bei einer potenziell lebensgefährlichen Geheimorgie. Albertine reagiert mit erotischen Alpträumen, in denen Fridolin gefoltert wird. Kurz: Die Harmonie ist dahin, die Ehe angeknackst. Einen Tag und weitere Verirrungen später findet das Paar wieder zusammen, aber ... **Fra-**

gestellung: Ist das der Anfang vom Ende dieser Ehe? Drohen Dramen? **Therapeutin:** Ganz und gar nicht! Im Grunde kann man den beiden gratulieren. Tolle erotische Fantasien, großes Potenzial auf beiden Seiten. Zu Beginn haben sie das klassische Problem vieler Langzeitbeziehungen: Die Leidenschaft ist ein wenig müde geworden. Der Sex, der am Anfang



aufregend war, weil zwei Menschen mit ganz eigenen Vorlieben aufeinandergetroffen sind, hat sich in einer angenehmen Komfortzone eingependelt. Um diese wieder verlassen zu können, braucht man Träume. Die haben die beiden, und sie können sogar darüber reden! Klar haben ihre Fantasien auch dunkle Seiten und sind erst mal bedrohlich, aber dadurch hat sich das Paar auf einer neuen Ebene kennengelernt. Mit ein, zwei Therapiestunden könnte man sie sehr gut in eine spannende, neue Phase ihrer Beziehung begleiten.

Zweites Paar: Nora und Torvald aus Henrik Ibsens **Nora oder Ein Puppenheim**. Nora und ihr Bankdirektor Torvald haben drei Kinder und leben ein blitzblankes Großbürgerleben. Sie sorgt für ein bezauberndes Heim und dafür, auch selbst bezaubernd auszusehen. Er sorgt für materielle Sicherheit, Ansehen und nennt sie "Singvögelchen". **Konflikt: Eine Frau bricht aus.** Vor Jahren hat Nora heimlich eine Unterschrift gefälscht, um einen Kredit aufnehmen zu können, der dem kranken Torvald eine Erholungsreise finanzierte. Nun droht die Fälschung aufzublitzen. Als Torvald davon erfährt, dankt er ihr nicht etwa, sondern distanziert sich aus Angst vor einem karriereschädigenden Skandal. Nora erkennt, dass ihre "perfekte" Beziehung eine Lüge war. Sie verlässt Mann und Kinder und startet einen Selbstfindungstrip. **Fragestellung:** Kriegt man das noch mal hin? **Therapeutin:** Will man das überhaupt? Nora möchte man zurufen: Augen auf bei der Partnerwahl! Sie hat zu sehr auf Konventionen und Sicherheit gesetzt. Sie wollte einen Versorger, der alles regelt, während sie zu Hause den Traum von der Vorzeigefamilie träumen kann. bekommen hat sie ein Schattendasein neben einem karrieresüchtigen Alphanier. Jetzt muss Singvögel-

chen raus in die reale Welt und selbstständig werden. Doch dieses neue Noramodell wird Macho Torvald nicht mehr sexy finden. Ein Paartherapeutenkiller. Das größte Drama kann ein The-

rapeut hier allerdings vermeiden helfen: dass Nora ihre Kinder verlässt. Parallel zur Trennungsbegleitung schicken wir sie erst gemeinsam auf Mutter-Kind-Kur, dann überweisen wir Nora in eine längerfristige Psychotherapie. Uff!

Drittes Paar: Anna und Graf Wronski aus Tolstois **Anna Karenina** geben sich die Ehre. Sie führen eine extrem leidenschaftliche Beziehung, die als Affäre begann, und haben eine Tochter. Anna ist noch mit Alexej Karenin verheiratet, mit dem sie ebenfalls einen Sohn hat. Patchwork mit erhöhtem Schwierigkeitsgrad! **Konflikt: Eifersucht.** Gesell-

schaftlich isoliert und von ihrem Sohn getrennt, fixiert sich Anna völlig auf ihr love interest Wronski und steigert sich in eine wahnhafte Eifersucht hinein, die sie im Buch in den Selbstmord treibt. Das wollen wir hier verhindern! **Fragestellung:** Schaffen wir das? **Therapeutin:** Eifersucht ist eine Form der Verlustangst, die Anna besonders quält, weil sie selbst Täter war und weiß, wie schnell man Opfer werden kann. Diese Angst muss das Paar in den Griff kriegen. Nicht, indem Wronski sich einsperren und gängeln lässt; er sollte eher offensiv ihr Vertrauen einfordern. Sondern, indem Anna sich fragt, wovor genau sie sich so fürchtet? Was ihr Worst-

*Eifersucht
ist eine
Verlustangst,
die Anna beson-
ders quält,
weil sie selbst
weiß, wie schnell
Affären entste-
hen können*

Case-Szenario wäre: bereits ein Flirt oder erst eine heimliche Beziehung? Für diesen Fall würde ich mit ihr Überlebensstrategien entwickeln. Das sollte die Eifersucht lindern und Anna vom Selbstmord abhalten! Tolstoi würde das jedoch vermutlich gar nicht gefallen. **BARBARA STUMMER**

Paartherapeutische Beratung: Irmi Jaud, München