

Manfred Hassebrauck

Der kleine
**LIEBES-
BERATER**

100 Antworten zu Sex und Partnerschaft

Klett-Cotta

Klett-Cotta
www.klett-cotta.de
© 2012 by J. G. Cotta'sche Buchhandlung
Nachfolger GmbH, gegr. 1659, Stuttgart
Alle Rechte vorbehalten
Printed in Germany
Schutzumschlag: Rothfos & Gabler
Gesetzt aus der DTL Documenta von
Dörlemann Satz, Lemförde
Gedruckt und gebunden von cpi books, Leck
ISBN 978-3-608-94711-3

Bibliografische Information der Deutschen National-
bibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese
Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie;
detaillierte bibliografische Angaben sind im Internet
über <<http://dnb.d-nb.de>> abrufbar.

Inhalt

Vorwort 17



Die Liebe

1

Was ist eigentlich Liebe? 24

2

Hat nicht jeder eine andere Vorstellung davon, was Liebe ist, und bringt das nicht Probleme für eine Beziehung mit sich? 26

3

Kann Liebe ein Leben lang halten? 27



Auf den ersten Blick: Die äußere Erscheinung und der erste Eindruck

4

Wie wichtig ist das Aussehen beim Kennenlernen? 30

5

Finden schöne Menschen eher den passenden Partner? 32

6

Was zeichnet Schönheit aus? 34

7

Warum zweifeln Frauen so häufig an ihrem Aussehen? 39

8

Oftmals fühlen sich Menschen, die ähnlich gut aussehen, unterschiedlich attraktiv: Der Eine fühlt sich toll, der Andere findet sich hässlich. Woran liegt das? 41

9

Kann es sich negativ auf die Beziehung auswirken, wenn man im Beruf von vielen attraktiven Menschen umgeben ist? 43

10

Warum sind sich Freundinnen im Ausmaß ihrer Attraktivität oft ähnlich? 45

11

Er gefällt mir ganz gut. Meine Freundin findet sein Aussehen einfach nur langweilig. Warum liegen wir mit unserer Einschätzung so weit auseinander? 46

12

Kann man vom Aussehen auf den Charakter schließen? 49

13

Stimmt es, dass attraktive Menschen länger leben? 51

14

Hat man die Chance, den ersten Eindruck noch einmal zu ändern, wenn er negativ ist? 52

15

Was ist eigentlich wichtiger: Schön sein oder einfach nur nicht hässlich? 53

16

Wirkt sich die Farbe unserer Kleidung darauf aus, wie Andere uns sehen? 56



Strategien und Taktiken

17

Wie stelle ich es am besten an, jemanden kennenzulernen? 60

18

Soll ich gleich zu Anfang viel von mir preisgeben, damit der Andere weiß, worauf er sich einlässt? 63

19

Ist es gut, einen neuen Bekannten erst einmal zappeln zu lassen, damit ich wirklich weiß, wie ernst er es meint? 64

20

Wie komme ich als Mann am besten mit einer Frau in Kontakt? Soll ich etwas Witziges sagen oder es eher auf die zurückhaltende Art versuchen? 65

21

Man hört ja immer wieder, dass Frauen der Status des Mannes ziemlich wichtig ist. Heißt das, wenn »Mann« seiner Frau ein luxuriöses Leben in einem tollen Haus mit großem Pool bietet, ist das Glück der Frau für die nächsten Jahre garantiert? 67

22

Ich bin hübsch und beruflich erfolgreich. Aber den Richtigen habe ich noch nicht gefunden. Was mache ich falsch? 69

23

Kann ich den passenden Partner im Internet finden? 71

24

Inwiefern verändert das Internet das Kennenlernen? 73

25

Niemand interessiert sich für mich. Leider beweist sich das immer wieder aufs Neue. Was mache ich falsch? 75

26

Kann man auch im höheren Lebensalter einen Partner finden? 76

27

Warum dauert es bei manchen beziehungs-willigen Menschen so lange, bis sie ihr Single-Dasein beenden können? Gibt es die sogenannte »Singlefalle« wirklich? 77

28

Soll ich mich beim ersten Date besonders »rausputzen« oder einfach so sein wie immer? 78



Die Partnerwahl

29

»Gegensätze ziehen sich an« oder »Gleich und gleich gesellt sich gern« – was stimmt denn nun? 82

30

Was ist Männern und Frauen bei der Partnerwahl besonders wichtig? 84

31

Wählen wir unbewusst einen Partner, der uns an unsere Eltern erinnert? 86

32

Gibt es den perfekten Partner überhaupt? 88

33

Unsere Tochter hat einen unmöglichen Freund angeschleppt. Sollten wir ihr den Umgang mit ihm verbieten? 89

34

Der Neue meiner besten Freundin ist zehn Jahre älter als sie. Kann das gut gehen? 90



Verlieben

35

Wovon hängt es ab, wann und in wen wir uns verlieben? 94

36

Wie lange dauert das Verliebtsein in der Regel an? 95

37

Was kann ich tun, damit sich eine andere Person in mich verliebt? 97

38

Ich liebe jemanden, der so ganz anders ist als ich. Kann das gut gehen? 98

39

Gibt es so etwas wie eine »Seelenverwandtschaft«? 100

40

Tragen Verliebte wirklich die besagte rosarote Brille? 101

41

Wie steht es mit der Liebe auf den ersten Blick? Ergeben sich daraus die besseren Beziehungen? 105

42

Was passiert eigentlich beim Verlieben? Spielen die Hormone verrückt? 107

43

Ich verliebe mich meist in verheiratete Männer. Gibt es dafür eine Erklärung? 110

44

Ist es möglich, sich in einen langjährigen Partner neu zu verlieben? 111

45

Wenn ich an meine erste Jugendliebe zurückdenke, kriege ich immer noch eine Gänsehaut und frage mich, ob das nicht die für mich beste Beziehung geworden wäre? 115



Eine gute Beziehung

46

Ideale Beziehungen passieren einfach, daran muss man nicht arbeiten. Stimmt das? 118

47

Haben es ungleiche Paare schwerer? 119

48

Wie wichtig ist Ähnlichkeit für eine Beziehung? 120

49

Bei länger bestehenden Beziehungen hat man manchmal den Eindruck, dass sich die Partner ähnlich werden – sogar im Aussehen. Kann das denn sein? 122

50

Ich habe gelesen, dass es Partnervermittlungen gibt, die Paare nach der Ähnlichkeit ihrer DNA zusammenstellen. Ist das sinnvoll? 125

51

Ich will Kinder, mein Partner nicht. Hat unsere Beziehung dennoch eine Chance? 127

52

Kann ein gemeinsames Kind ein Paar stärker zusammenschweißen? Oder gar eine Beziehung retten? 128

53

Machen Kinder glücklich? 130

Wenn es zu Beginn einer Beziehung schon relativ schwierig ist, wird es dann schwierig bleiben oder schweißen einen die glücklichen Momente letztlich doch noch zusammen? 132

54

55

Wie wichtig ist die Persönlichkeit für eine glückliche Beziehung? 133

56

Ist es wichtiger, möglichst viel Zeit miteinander zu verbringen, oder sollte jeder auch seinen Freiraum haben? 136

57

Wir führen eine Fernbeziehung. Ist das auf Dauer gefährlich für die Beziehung? 138

58

Welche Wirkung haben die Medien auf unsere Beziehungen? 140

59

Ich bin viel aufgeschlossener als mein Partner. Der denkt allerdings das Gleiche von sich. Wer hat Recht? 142

60

Wenn ich in meiner letzten Beziehung chronische Angst hatte, verlassen zu werden, übertrage ich das dann auch auf die nächste Beziehung? 144

61

Halten zweite Ehen länger als erste? 147

62

Wie verändert sich die Zufriedenheit mit der Beziehung über die Jahre hinweg? Wird man glücklicher? 149

63

Seit ich verheiratet bin, gefallen mir andere Frauen nicht mehr so gut wie früher. Ist das Zufall oder bin ich vielleicht anspruchsvoller geworden? 151

64

Ist Streit für die Beziehung schädlich? 154

65

Woher weiß ich, ob ich ihm vertrauen kann? 155



Sind Frauen von der Venus und Männer vom Mars? Geschlechtsunterschiede

66

Ich habe mal gelesen, dass Männer romantischer sind als Frauen. Ich dachte immer, es sei genau umgekehrt? Was trifft denn nun zu? 158

67

Ist Männern das Aussehen bei Frauen wichtiger als die inneren Werte? 160

68

Sind Frauen bei der Partnersuche wählerischer als Männer? 161

69

Denken Männer wirklich nur an das Eine? 164

70

Sind Frauen Beziehungsexpertinnen? 164

71

Unterscheiden sich Männer und Frauen in ihren Vorstellungen von einer guten Beziehung? 166



Let's talk about sex

72

Wie wichtig ist denn der Sex in der Beziehung? 170

73

Wie genau können Männer eigentlich die sexuellen Absichten von Frauen einschätzen? 171

74

Wie kommt es, dass Männer mehr Sexualpartner haben als Frauen? 173

75

Viele Paare sind enttäuscht, weil Andere anscheinend häufiger Sex haben als sie selbst. Bedeutet es das Aus für eine Beziehung, wenn Sex nicht mehr wöchentlich stattfindet? 174

76

Ältere haben weniger Sex als Jüngere – woran liegt das? 175

77

Sex mit dem Ex: Kann man alte Liebe aufwärmen? 176

78

Warum verzichten so viele Menschen »beim ersten Mal« auf Kondome, obwohl es gefährlich ist? 178



Schattenseiten

79

Eigentlich passt alles, aber manchmal funktioniert eine Beziehung trotzdem nicht. Woran kann das liegen? 182

80

Meine Freundin rückt mir zu eng auf die Pelle und versteht nicht, dass ich meine Freiheiten brauche. Was kann ich dagegen tun? 183

81

Warum geht er nie auf meine Wünsche ein? 184

82

Wie lässt es sich erklären, dass die Scheidungsrate in den letzten Jahrzehnten deutlich gestiegen ist? Sind die Menschen beziehungsunfähiger geworden? 185

83

Viele Beziehungen überstehen die ersten beiden Jahre gut, zerbrechen aber dann doch. Warum? 186

84

Meine Freundin hat mich betrogen, und jetzt hält sie mir vor, dass ich so oft mit einer Kollegin zusammen bin, mit der ich mich gut verstehe. Dabei haben wir gar nichts miteinander. Was geht nur in ihrem Kopf vor? 187

85

Mein Freund ist fürchterlich eifersüchtig. Ich kann gar nichts allein machen. Was kann ich nur dagegen tun? 190

86

Er hat mich betrogen. Das ist schon schlimm genug. Aber mit so einer! Die sieht noch nicht einmal gut aus. Was für ein Bild muss er dann erst von mir haben? 192

87

Warum spricht man vom verflixten siebten Jahr? 193

88

Wir streiten uns oft. Nimmt die Beziehung dadurch nicht großen Schaden? 196

89

Warum bleiben Menschen in ungesunden oder gar gewalttätigen Beziehungen, die ihnen eigentlich nur schaden? 199

90

Was sind die Risikofaktoren für eine Trennung? 200

91

Oft arten Streitigkeiten in Endlosdiskussionen aus, die zu nichts führen. Warum ist das so? 202

92

Kann ich einen Partner halten, der gehen will? 204

93

Mein Freund interessiert sich in letzter Zeit nicht mehr so sehr für mich. Bringt es etwas, wenn ich ihn eifersüchtig mache? 206

94

Manche Menschen stecken unheimlich viel in ihre Beziehung und haben selbst relativ wenig davon. Trotzdem bleiben sie. Warum? 207

95

Gehen Männer häufiger fremd als Frauen? 209

96

Wie trennt man sich am besten? 210

97

Wie komme ich am besten über eine Trennung hinweg? 212

98

Führen Scheidungskinder stabilere Ehen, weil sie es besser machen wollen als ihre Eltern? 214

99

Trifft es zu, dass sich Paare besonders oft nach Feiertagen, wie Weihnachten, trennen? 217

100

Kurz nachdem sie mich verlassen hat, habe ich mich ziemlich schlimm erkältet, und irgendwie werde ich die Erkältung nicht mehr los. Kann das was mit dem Ende der Beziehung zu tun haben? 219

Literaturauswahl 222

Vorwort

Ernste Antworten auf ernste Fragen

Beziehungen sind wichtig – für unser Wohlbefinden, für unsere Gesundheit, für unser Glück. Oft merken wir erst dann, wie wichtig Beziehungen sind, wenn es Probleme gibt. Mit der Gesundheit ist es so ähnlich. Meist wissen wir sie auch erst dann zu schätzen, wenn wir krank sind. Und genau so, wie wir für unsere Gesundheit vorsorgen können, es aber oftmals nicht rechtzeitig tun, können wir auch für unser Beziehungsglück vorsorgen. Wissenschaftler wie ich erforschen daher, welche Faktoren für eine glückliche und stabile Paarbeziehung verantwortlich sind. Immer wieder erreichen mich E-Mails von Menschen, die mich um Rat für ihre Beziehungsprobleme bitten – einen Wunsch, den ich aus der Ferne nicht erfüllen kann. Noch öfter melden sich Journalisten, die sich mit mir über Partnerwahl, Untreue, die Wichtigkeit des Aussehens und Ähnliches unterhalten wollen.

In den fast 30 Jahren, die ich inzwischen in Forschung und Lehre tätig bin, habe ich gemerkt, dass sich viele Fragen oft wiederholen – und ich habe angefangen, die Fragen, die mir gestellt wurden, zu sammeln. In diesem Buch finden Sie die wichtigsten! Ich habe versucht, sie auch für den Nicht-Wissenschaftler verständlich zu beantworten. Bücher über Beziehungen, auch solche, die vorgeben, Fragen zu beantworten, gibt es zuhauf. In einem von ihnen fand ich kürzlich die Frage, warum denn Männer Zigarren rau-

chende Frauen so toll finden. Tun sie das wirklich? Meines Wissens nach nicht. Noch verwunderlicher als die Frage selbst war die Antwort. Ist doch klar, Zigarren erinnern an einen Penis, und Frauen, die daran so genussvoll saugen ... Müsste man angesichts dieser »Logik« nicht auch erwarten, dass Frauen eine Vorliebe für Männer haben, die ganz genüsslich Eis schlecken?

Solche Fragen und ebensolche Antworten werden Sie in diesem Buch nicht finden. Es sind eher die Themen, über die Sie mit Ihren Freundinnen und Freunden oft geredet und gerätselt haben. Gehen wirklich mehr Männer als Frauen fremd? Warum steht sie immer so lange vor dem Spiegel? Gibt es denn besonders erfolgreiche Strategien, jemanden kennenzulernen? Auf diese ernst gemeinten Fragen gebe ich Ihnen auch ernst gemeinte Antworten. Antworten, die durch Forschungsergebnisse meiner Arbeitsgruppe und andere Wissenschaftler begründet sind. Ich habe die Fragen nach den natürlichen Entwicklungsstadien geordnet, um dem Buch eine nachvollziehbare Struktur zu geben. Es fängt mit dem sprichwörtlichen ersten Blick an. Wie wichtig sind das Aussehen und der erste Eindruck für das Entstehen einer Beziehung? Was kann man tun, um jemanden kennenzulernen, und welche Eigenschaften eines Partners wünschen sich Frauen, was ist den Männern wichtig? Aus dem ersten Interesse entsteht manchmal die große Liebe. Was passiert eigentlich beim Verlieben? Und warum hält das schöne Gefühl des Verliebt-

seins nicht ein Leben lang an? Wird unsere Liebe erwidert, entsteht daraus oft eine im Prinzip auf Dauer angelegte Beziehung. Aber was ist überhaupt eine gute Beziehung? Haben Männer und Frauen die gleichen Vorstellungen und Wünsche? Und natürlich geht es auch um Sex. Wie wichtig ist Sex für eine glückliche Beziehung? Wie kann es sein, dass Männer anscheinend mehr Sexualpartnerinnen haben als Frauen, und wie kommt es, dass ältere Menschen weniger Sex als jüngere haben? Und schließlich wende ich mich auch den Schattenseiten von Beziehungen zu. Wie lässt es sich erklären, dass die Scheidungsrate in den letzten Jahrzehnten deutlich gestiegen ist? Sind die Menschen beziehungsunfähiger geworden? Eifersucht, Untreue und der Umgang mit Konflikten sind weitere Themen.

Sie können dieses Buch Kapitel für Kapitel oder auch einfach quer lesen. So erhalten Sie entweder einen Überblick über die verschiedenen Phasen der Entwicklung einer Beziehung oder können gezielt, in beliebiger Reihenfolge, einzelne Fragen herausgreifen. Jede Antwort ist für sich allein verständlich.

Beziehungen betreffen immer mindestens zwei, meist einen Mann und eine Frau. Im Sinne einer politisch korrekten Ausdrucksweise müsste ich immer von Männern und Frauen, Partnerinnen und Partnern, sie und er sprechen. Das stört den Lesefluss jedoch erheblich und macht einfach keinen Spaß. Ich habe daher auf diese Doppel-

nennung des Geschlechts verzichtet und meistens die weibliche Perspektive gewählt, es sei denn, es handelt sich um eine Frage, die sich konkret auf Männer oder Frauen bezieht. Und noch etwas in eigener Sache: Sie finden am Ende jeder Frage jeweils einige wenige Literaturangaben, die sich auf die Studien beziehen, die ich meiner Antwort zugrunde gelegt habe. Ich möchte damit meine Argumentation möglichst transparent und nachvollziehbar machen. Zur Lektüre für Laien möchte ich diese Quellen nicht empfehlen.

Ich möchte an dieser Stelle Dr. Heinz Beyer, Monika Riedlinger und Nadja Urbani vom Klett-Cotta Verlag danken, die mich in dem Plan, ein Buch mit Antworten auf Fragen zu Beziehungen zu schreiben, mit großer Nachsicht und Geduld unterstützt haben. Dank schulde ich auch Lea Menth und Heike Schünemann, die das Manuskript gründlich und kritisch gelesen haben. Mein ganz besonderer Dank gebührt meiner Mitarbeiterin Sally Marie Ischebeck. Sally hat den Blick fürs Detail und gleichzeitig für das Ganze. Ihre Anmerkungen und Vorschläge haben ganz wesentlich zur Verbesserung der Lesbarkeit des Manuskriptes beigetragen.

Wuppertal, im März 2012



Die Liebe

Was ist eigentlich Liebe?

Definitionen von Liebe gibt es wie Sand am Meer, angefangen von »Liebe heißt, niemals um Verzeihung bitten zu müssen« bis hin zu »Liebe heißt, für den anderen da sein«. Philosophen, Schriftsteller, Wissenschaftler unterschiedlichster Couleur, sie alle haben versucht, dieses illustre Konzept zu definieren. So richtig viel anfangen kann man mit ihren Definitionen nicht. Auch der vertraute Weg, mal kurz zu googeln, hilft hier nicht weiter. Machen Sie sich mal den Spaß und googeln Sie nach Definitionen von Liebe. Sie werden erschlagen. Der Grund dafür ist, dass es *die* Liebe nicht gibt. Das, was zwei pubertierende Jugendliche füreinander empfinden – und vielleicht als die große Liebe betrachten – ist etwas ganz Anderes, als das, was zwei Mittdreißiger auf der Hochzeitsreise fühlen, und ein seit 40 Jahren zusammenlebendes Paar fühlt wieder etwas Anderes. All das nennen wir Liebe. Unsere Sprache wird diesen unterschiedlichen Gefühlszuständen allerdings nicht gerecht. Nach Ergebnissen des Psychologen Robert Sternberg von der renommierten Yale University, die auch ich durch meine Forschung bestätigen konnte, ist Liebe eine Mixtur aus Intimität, Leidenschaft und Bindung.

Intimität drückt emotionale Nähe aus und ist der wesentliche Grundpfeiler der Liebe. Es geht da-



bei um den Wunsch, mit dem Anderen möglichst viel Gemeinsames zu erleben, sich geborgen zu fühlen und auch die eigenen Fehler und Schwächen zeigen zu dürfen. Intimität entwickelt sich langsam. In einer neuen Beziehung ist sie meist noch nicht sehr ausgeprägt.

Leidenschaft ist der physiologische Kick in der Beziehung. Oft fängt eine Beziehung genau damit an. Man verzehrt sich förmlich nach einander, kann es gar nicht abwarten, den Anderen zu sehen, Schmetterlinge im Bauch sind an der Tagesordnung. Die Leidenschaft hält allerdings nicht ewig, auch wenn wir uns das wünschen. Nach zwei Jahren hat sie meist deutlich abgenommen.

Die **Bindung** an eine Person und die bewusste Entscheidung, mit dieser Person über eine längere Zeit zusammenbleiben zu wollen, ist die dritte Säule der Liebe. Auch sie ist am Anfang einer Beziehung meist noch gar nicht vorhanden und entwickelt sich – wenn überhaupt – ganz allmählich.

Aus dem Zusammenspiel dieser drei Komponenten ergeben sich verschiedene Arten von Liebe. Betrachten wir zunächst den Fall, dass Sie jemandem emotional sehr nahe sind, aber weder das besagte Kribbeln verspüren, noch vorhaben, mit dieser Person eine Beziehung einzugehen. *Mögen* ist der richtige Ausdruck für so ein Gefühl. Verspüren wir Erregung, verzehren uns vor



körperlichem Verlangen, aber weder Nähe noch Bindung sind vorhanden, liegt *Verliebtheit* vor. Ganz anders im nächsten Fall. Sie sind verheiratet, haben auch vor, es zu bleiben, aber weder im Bett noch sonst sind Sie sich nahe. *Leere Liebe* ist oft das, was nach vielen Jahren noch übrig bleibt. Wenn Sie hingegen jemanden heiraten, weil Ihre Leidenschaft sehr stark ist, Nähe hingegen fehlt, nennt Sternberg das *alberne Liebe*. Das Ideal, nach dem wir alle streben, ist die *vollkommene Liebe*. Von ihr spricht man, wenn alle drei Komponenten stark ausgeprägt sind.

2

Hat nicht jeder eine andere Vorstellung davon, was Liebe ist, und bringt das nicht Probleme für eine Beziehung mit sich?

Wie wichtig einem Intimität, Leidenschaft und die Bindung an einen Partner sind, kann sich durchaus von Person zu Person unterscheiden, und damit auch das, was wir mit Liebe verbinden. Das kann zu Missverständnissen und Problemen in der Beziehung führen. Es ist daher ratsam, sich genauer zu fragen, wie die eigene Vorstellung von der großen Liebe aussieht, und diese Vorstellung mit der des Partners zu vergleichen.

Allerdings ist die Wahrscheinlichkeit, dass sich unsere Vorstellung von Liebe von anderen völlig unterscheidet, eher gering. Ich habe weltweit mehrere Tausend Menschen gebeten anzugeben,



wie denn eine ideale Liebesbeziehung aussieht – Männer und Frauen, Junge und Alte, Studenten, Berufstätige und Rentner, Frischverliebte und solche, die schon lange eine Beziehung hatten, solche, die mit ihrer Beziehung sehr zufrieden waren und solche, die sich mit Trennungsgedanken getragen haben, aus so unterschiedlichen Ländern wie Brasilien, Ungarn, Deutschland und Kanada (um nur einige zu nennen) – und immer wieder das Gleiche festgestellt: Die Befragten stimmen im Wesentlichen in ihren Vorstellungen, was die ideale Liebesbeziehung ausmacht, überein. Sie meinen, eine gute Liebesbeziehung beinhalte emotionale Nähe, Übereinstimmung, Sex, aber auch ein gewisses Maß an Unabhängigkeit. Ich werde im Folgenden noch öfter auf diese Grundpfeiler einer glücklichen Beziehung zurückkommen.

3

Kann Liebe ein Leben lang halten?

Natürlich kann die Liebe ein Leben lang halten. Sie tut es bei vielen, aber nicht bei allen. Immerhin endet ungefähr jede dritte Ehe mit der Scheidung. Ganz zu schweigen von den gescheiterten Beziehungen, die erst gar nicht vor den Traualtar geführt haben und in der Ehe-Statistik nicht auftauchen.

Aber auch wenn die Liebe ein Leben lang hält, verändert sie sich doch im Laufe der Jahre, wie eine aktuelle Studie mit mehr als 16 000 Befrag-



ten gezeigt hat. Erinnern wir uns noch einmal an die drei Komponenten der Liebe: Intimität, Leidenschaft und Bindung (vgl. Frage 1). Im Laufe der Jahre nimmt die Leidenschaft ab. Es knistert nicht mehr so wie am Anfang, man verzehrt sich nicht mehr vor Begierde. Man vermutet zunächst, das liege eben am Alter, an den mit dem Alter einhergehenden hormonellen Veränderungen und desgleichen mehr. Das stimmt aber nur bedingt. Betrachten wir ein Paar Mitte 40, seit 20 Jahren zusammen, und eines im gleichen Alter, aber erst seit ein paar Monaten zusammen. Wo knistert es wohl mehr? Beim zweiten. Am biologischen Alter kann der Unterschied in der Leidenschaft also nicht liegen, eher am Alter der Beziehung. Leidenschaft bezieht ihre »Energie« aus Neuheit, aus Unvertrautheit und damit verbundener Aufregung. Ist man schon 20 Jahre zusammen, kennt man sich eben ziemlich gut. Die Leidenschaft ist entsprechend geringer.

Wir verlieren im Laufe unserer Beziehung aber nicht nur etwas, Leidenschaft, wir gewinnen auch etwas hinzu. In dem Maße, in dem die Leidenschaft nachlässt, nehmen Intimität und die Bindung an den Partner zu. Die Beziehung wird also nicht zwangsläufig schlechter, sondern einfach anders.

