



Der Wiener Psychotherapeut Raphael Bonelli rät von Beziehungen mit Menschen ab, die man nicht riechen kann

FOTO: THINKSTOCK

LEBEN

Der Duft des Anderen

Man muss sich riechen können – Ecken und Kanten des Partners lassen sich nicht glattbügeln

VON MARIE-ANNE SCHLOLAUT

Wer auf Partnersuche geht, sollte die Nase in den Wind halten. Das ist kein Garant, den Traumpartner zu finden, aber ein wichtiges Kriterium, um nicht total daneben zu greifen. „Es gibt Menschen, die kann man nicht riechen. Wenn das so ist, rate ich dringend von einer Beziehung ab. Wir wissen, dass der Mensch Phenole ausstößt, die einen charakteristischen, durchdringenden Duft haben. Der passt oder passt eben nicht“, so Raphael Bonelli, Buchautor, Neurowissenschaftler, Psychiater und Psychotherapeut aus Wien.

Die Duftnote des anderen ist nur eins der „Geheimnisse“, die bei Paaren die Basis einer glücklichen Beziehung bilden können. Raphael Bonelli kennt neben diesen Glücklichen auch die anderen, die es mit dem Mann oder der Frau einfach nicht mehr aushalten, die fremdgehen oder unter den Seitensprüngen des anderen leiden. Und

er hilft jenen, die sich nach einem Partner sehnen und zielsicher immer den Falschen erwischen. Das kann zum Beispiel der „Softie“ sein, jener Gegenentwurf des Machos, für den Bonelli eine frustrierende Aussage trifft: „Männer sind für Frauen umso attraktiver je männlicher sie sind. Eher unverkäuflich dagegen ist das Weichei. Charisma und Männlichkeit laufen gut. Es überrascht mich immer wieder, wie wichtig Männlichkeit ist und wie häufig Frauen das betonen.“ Damit meinen Frauen bei Männern: Entschlossenheit, Selbstsicherheit, ein gesundes Maß an Aggressivität und breite Schultern – auch im übertragenen Sinn. Gern akzeptiert wird beruflicher Erfolg. „Wir wissen aus der Attraktivitätsforschung, dass Gegensätze sich anziehen. Gleich und gleich gesellt sich gerne stimmt hingegen nur bei Weltanschauung und Religion.“

Der Mann hingegen mag Frauen, die weiblich sind. „Je weiblicher und je attraktiver umso besser.

Das finden Männer schön, weil Männer eben keine Kurven haben und deshalb Kurven mögen.“ Diese Sichtweise ist der Gegenteil zum aktuellen gesellschaftlichen Bild, das die Unterschiede zwischen Männern und Frauen versucht zu egalisieren – sowohl im Alltag als auch in der Berufswelt. Für den Wiener Therapeuten ist es absurd, und er stuft die „Politik als realitätsfern“ ein, die Mädchen animiere, sich in Männerberufen zu verwirklichen. In den Köpfen der Menschen mache sich fatalerweise das Bild breit, dass wir alle gleich seien. Für Bonelli eine Theorie, „die uns übergestülpt wird, die wir aber nicht leben. Je weiter wir in den sozialen Schichten runtergehen, desto stärker werden die Unterschiede betont.“ Aber für alle sozialen Schichten gelte: Wir suchen im Partner immer das Andere.

Wenn es mit dem Anderen und dem Anderssein klappen soll, bedarf es dennoch einer gewissen Grundübereinstimmung. Men-

schen bleiben, das untermauert der Psychotherapeut Bonelli aufgrund langer Praxis-Erfahrung, bei der Partnerwahl möglichst in ihrer sozialen Schicht. Kleine Einschränkung: Die Frau greift gern eine Stufe höher, der Mann eine Stufe tiefer. Aber es kommt noch dicker: Der Mann punktet nicht mit Aussehen, sondern entweder mit finanzieller Sicherheit, gesellschaftlichem Status oder beidem. „Krasse Bildungsdifferenzen sind aber immer Thema in einer Partnerschaft“, so Bonelli. Akademikerin und Handwerker hört sich zwar gut an, aber auf Dauer werde es der Mann nicht ertragen, dass sie ihm überlegen ist, auch wenn er möglicherweise mehr Geld nach Hause bringt als sie. Gravierende Unterschiede in anderen Bereichen wie den politischen Ansichten sorgen zudem für reichlich Zündstoff. Bonelli erinnert sich an ein Paar, das zu ihm kam, weil es kräftig knirschte. Er war eher dem rechts-populistischen politischen Lager zugewandt, sie eine überzeugte

Linksliberale. Im Bett klappte es bei beiden ganz gut. „Aber sie haben nicht viel miteinander geredet. Es gibt einige wenige Paare, die halten das aus.“

Übereinstimmung sollte auch bei den gemeinsamen Werten herrschen und dem Willen, sich dem anderen zu schenken. „Was gefällt dem anderen, was macht ihm Freude, mal nachts aufstehen, nach dem Kind schauen und dem anderen den Schlaf schenken oder akzeptieren, dass der andere gerade mal keine Lust auf Sex hat. Ohne Schenken gibt es keine begehrende Liebe.“ Es reiche auf Dauer nicht, sich verliebt anzublicken, sondern man müsse schon Schulter an Schulter in die gleiche Richtung gehen, das höhere Ziel vor Augen. Das verbinde und stärke die Liebe. Die Kombination von Gemeinsamkeiten ist das Fundament langer, zufriedener Partnerschaften. „Es bedarf der Harmonie von Kopf und Bauch.“ Schlechte Beziehungen halten bei manchen gelegentlich erstaunlich lange, „weil der Sex gut ist“.

Absolut beziehungsstörend ist, wenn der Mann sich seiner Frau gegenüber aufgrund seiner Position oder seines Bildungsstandes herablassend, beleidigend und ignorant gibt. Umgekehrt können Frauen vernichtend austreten, wenn sie, wie Bonelli es nennt, in „Lehrerinnen-Attitüde“ den Partner ständig kritisieren, an ihm herumrörgeln, ihn belehren und mit Besserwisserei auftrumpfen. „Da wird der stärkste Mann impotent.“

Als Liebeskiller eignen sich besonders Perfektionisten, denen nichts gut genug ist am anderen und an sich selbst und deren Fehlertoleranz gleich null ist. Noch schlimmer Narzissten, die den anderen benutzen, um ihr Ego und ihre sexuelle Lust zu befriedigen. Raphael Bonelli sieht einen zunehmenden Trend narzisstischer Züge, eine bedingungslose Ich-Zentriertheit und Schuldverdrängung vornehmlich bei jungen Menschen. „Unter solchen Vorzeichen sind Beziehungen ausgesprochen schwierig.“

Unbewusst in die Gefahr einer sich gefährlich abflachenden Beziehung schlittern Eltern mit Kindern, „wenn die Liebe zum Partner nicht über der Liebe zu den Kindern steht“. Bonelli warnt vor Aussprüchen wie „Du wirst schon genauso wie dein Vater“, was den Partner abwertet, seine Autorität gegenüber den Kindern untergrabe. In manchen Familien gehe es soweit, dass der Sohn den Vater wegen schlechter Tischmanieren zurechtweise und die Mutter zustimmend nicke. „Dadurch wird der Vater quasi kastriert. Ein solches familiäres Verhalten ist auch ungesund für das Kind.“ Der Wiener Neurowissenschaftler wertet es gar als Missbrauch des Kindes, das in die Rolle eines Ehepartners schlüpfen muss und als heranwachsender idealisierter Ersatz dient. In solchen Partnerschaften ist die Zeit des großen Schweigens längst angebrochen und die Liebe verhungert.

In Schiefelage gerät das Familienglück oftmals durch übergriffige Eltern und Schwiegereltern. Die haben nach Bonellis Einschätzung ein eindeutiges Defizit: „Sie wollen nicht akzeptieren, dass sie nicht mehr zum inneren Kreis der neuen Familie gehören. Sie drängen sich in die Innerlichkeit des Paares. Natürlich kann ich meine Mutter wertschätzen, aber eben nicht mehr schätzen als meine Frau.“

Und manche Lebenseinstellungen, die man aufgrund seiner Erziehung bis ins Erwachsenenalter und meist auch in eine Ehe schleppt, machen eine dauerhafte Beziehung schwer und sind zudem eine hohe Hürde bei der Suche nach einem Partner. „Wenn mir eingepflegt wird, pass bloß auf mit den Männern, das sind eh alles Schweine, oder bei Frauen kannst du nie sicher sein, die tricksen dich aus, wie soll ich dann die Liebe genießen?“ Trügerisch auch die meist anerzogene Hoffnung, auf die viele Frischverliebte bauen: Die Ecken und Kanten, die der Partner hat, und die man nicht bereit ist auf Dauer zu akzeptieren, werde man ihm oder ihr schon noch abgewöhnen. Bonelli: „Das klappt höchst selten. Wenn überhaupt, dann nur in nebensächlichen Dingen.“ Frauen haben ihm in der Therapie auch oft im Brustton der Überzeugung gesagt, dass der Mann sich das Fremdgehen bei

Veranstaltung „Lust auf Liebe – Liebeslust“

Der „Kölner Stadt-Anzeiger“ und die Pronova BKK laden ein zu „Lust auf Liebe – Liebeslust“

Moderation:
Marie-Anne Schlolaut

Freitag, 22. September 2017
Beginn 18:45 Uhr
Einlass 17:45 Uhr
Volksbühne am Rudolfplatz,
Aachener Straße 5, Köln

pronovaBKK
Partner für Ihre Gesundheit

Ein Blick genügt und schon ist man elektrisiert? Umso erschreckender, wenn mit der Zeit die Lust schwindet. Wie findet man den richtigen Partner? Wie vertieft man die Beziehung? Antworten haben:

Eintritt: 18,05 Euro /16,05 Euro für Abocard-Inhaber
Tickets erhältlich unter:
☎ 0221/ 2801 (280344 Abocard)
➤ www.koelnticket.de
➤ www.abocard.de/tickets

Jürgen Becker
mit seinem
Programm
„Volksbegehren
– Die Kultur-
geschichte der
Fortpflanzung“.



Hinterher wissen Männer und Frauen, wie es klappen könnte – in den meisten Lebenslagen...

Ihre Fragen – schreiben Sie uns:
Sie haben Fragen zu Liebe, Partnerwahl, Sexualität und vielem mehr und wollen eine Experten-Antwort? Dann schicken Sie uns Ihre Fragen vorab. Es reicht, wenn Sie uns Ihren Vornamen nennen und ihr Alter. Eine repräsentative Auswahl der Fragen wird Prof. Raphael Bonelli während der Veranstaltung beantworten.

Prof. Dr. Dr. Raphael Bonelli,
Psychiater,
Neuro-
wissenschaftler,
Psychotherapeut
und Autor



analysiert, wie es mit der Liebe klappen kann und welche Totengräber der Liebe es gibt.

Schreiben Sie an:
Kölner Stadt-Anzeiger,
Amsterdamer Str. 192,
50735 Köln
Per Fax: 02 21/224 25 24
Oder per E-Mail:
➤ leserbriefe@ksta.de
Stichwort: „Lust auf Liebe“
Einsendeschluss: 18. September

Heiraten liegt im Trend

400 000 Paare gaben sich im Jahr 2015, so die jüngsten Erhebungen des Statistischen Bundesamtes, das Ja-Wort. Ein Plus von 3,6 Prozent im Vergleich zu 2014. Über 40,8 Prozent ließen sich 2015 wieder scheiden, 1,7 Prozent weniger als 2014. Die meisten Scheidungsanträge, nämlich 51 Prozent, kamen von Frauen.

Die Gründe, warum man sich das Ja-Wort gibt, sind unterschiedlich. Immerhin betonten 64 Prozent, dass sie „vor Zeugen meine Liebe zum Partner versprechen“ wollen. Diese Umfrage stammt laut Statistischem Bundesamt aus dem Jahr 2013. 40 Prozent der Befragten suchten in der Ehe Absicherung – „finanziell und im Unglücksfall“. (mas)

ihr schon noch abgewöhnen werde. „Reine Selbstüberschätzung“, sagt Bonelli. Weder Männer noch Frauen lassen sich grundlegend verändern. Da kann die Beziehung noch so gut sein. Die meisten Menschen ahnen zwar, dass sich in der Realität wenig glattbügeln lässt, aber dennoch bauen viele darauf, „dass es für den Anfang reiche, sich einen Partner zu suchen, der nach oberflächlichen Gesichtspunkten passt. Den Rest will man nachbessern.“ Die Hoffnung stirbt gern zuletzt, die Beziehung liegt

dagegen meist schon viel früher in Schutt und Asche. Vor allem, wenn einer fremdgeht – meist Männer. Wobei Frauen oft weitaus geschickter vorgehen. Bonelli: „In einer Gesellschaft, in der Fremdgehen nicht mehr als so dramatisch angesehen wird und mit weniger Risiko verbunden ist, werden die Gelegenheiten nun mal ergriffen.“ Von Männern deshalb viel häufiger, weil Erfolg sie begehrenswert macht. Bei Frauen trifft das nicht zu: Sind sie erfolgreich, schreckt das Männer ab.

“

Frauen, die fremdgehen, stellen es meist geschickter an als Männer