

▶ Fliege

Die Zeitschrift

beraten | helfen | heilen

10

10 Jahre Fliege in der ARD





Fotos: Volker Derliath

Pinwand in einer Großstadt, Angebot und Nachfrage: Vermietungen, Unterricht, Feiern, Verkäufe, Kontakte, ein „Ja ich will“ – was immer auch, nicht lesbar, den ein anderer hat darüber gehängt, was jeder Mensch gern möchte:

LIEBEN und geliebt werden

BERATEN

Als Renate 15 Jahre alt war, lernte sie Roland auf dessen Geburtstagsparty kennen. Der hochgewachsene Roland, mit seinen schönen grauen Augen, beeindruckte die 15-Jährige. Auch er fühlte sich angezogen von der jungen blonden, attraktiven Frau und seit diesem Treffen „gingen“ die beiden miteinander, wie das damals hieß.

Sie trafen sich jeden Abend an der „roten Mauer“, fuhren auf seinem roten Avanti Moped in den Beat-Club. Ihnen war klar: Wir gehören zusammen. Um diesen Entschluss zu besiegeln, wollten sie ein gemeinsames Kind. Die Eltern waren entsetzt.

Roland bei der Bundeswehr, Renate war noch in der Lehre – das war damals ein

Skandal. Geheiratet wurde. Renate war da im vierten Monat schwanger. 1966 wurde ihr Sohn geboren.

Ein harter Schicksalsschlag schweißte sie noch enger zusammen. Nach einer Routineoperation stirbt ihr zweijähriges Kind. Damals entschied es sich zwischen Mutter und Vater, zwischen Mann und Frau: Die bisherigen Machtkämpfchen zwischen dem jungen Paar wichen einer standfesten inneren Verbindung. Sie bewährte sich auch 1972, als Roland Dornhecker einen schweren Autounfall hatte und neun Monate im Krankenhaus liegen musste.

Die Dornheckers haben immer zusammen gehalten. Ihr Erfolgsrezept: „Wir sind lieb zueinander, können zusam-

men lachen und mit einander weinen, man muss den Anderen an der langen Leine lassen.“ Roland Dornhecker über seine Frau: „Ich finde sie heute noch so attraktiv wie immer.“ Renate Dornhecker über ihren Mann: „Er hatte zur richtigen Zeit immer das richtige Wort für mich und hat auch zu mir gehalten, wenn es mir schlecht ging.“

Das Ding, das „Liebe“ heißt

Was macht dies Paar anders als die vielen Paare, deren genau so große Liebe, selbst wenn sie durch einen Trauschein besiegelt wird, nicht so lange hält? Biologie und Psychologiespielen bei dem Ehepaar Dornhecker auf gute und den Menschen selbst oft nicht bewusste



Jeder Mensch sehnt sich nach dem Partner, der einem sein Lächeln schenkt.

Wonach wir unsere Partner aussuchen, zeigt neue psychologische Forschung:

Meist gilt das Prinzip „gleich und gleich gesellt sich gern“ – und der Partner soll all das haben, was wir selbst nicht haben, aber gerne hätten.

Weise zusammen, sagt dazu der Münchner Psychologe Prof. Andreas Hejz. Sein Spezialgebiet an der Universität in München ist Partnerwahl und Partnerkommunikation. Seine Überzeugungen kurz zusammengefasst:

- Wir lieben, was wir kennen. Tiefenpsychologisch betrachtet suchen wir den Partner nach dem Prinzip der Vertrautheit und Ähnlichkeit aus: uns bereits bekannte Verhaltensweisen und Persönlichkeitsstrukturen geben uns ein „heimeliges“ Gefühl.

- Bevorzugt als Partner gewählt werden Menschen, die den Bezugspersonen in unserer Kindheit und Jugend ähnlich sind, weil wir gelernt haben, mit diesen Menschentypen auszukommen.

- Der Partner ergänzt unsere Persönlichkeit. Nicht ausgelebte eigene Persönlichkeitsanteile – fehlender Mut zum Beispiel – suchen Mann und Frau dann bei ihrem geliebten Partner.

- Die ersten dreißig Sekunden entscheiden über das Verlieben. Wenn da „die Chemie stimmt“, verknallt man sich.

- Sich verlieben kann man unter Kontrolle halten, sich willentlich verlieben, ist jedoch nicht möglich. Ob sich aus der ersten Attraktion eine festere Bindung entwickelt, hängt dann von gesellschaftlichen Faktoren ab – Bildungsstand, Intelligenz, Lebensplan oder Status.

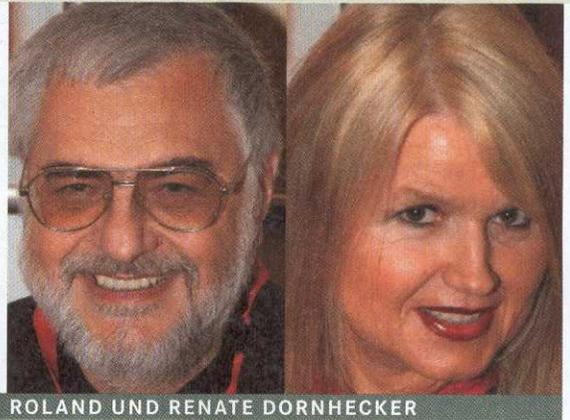
- Wenn man sich verliebt, spielt auch die Biologie eine Rolle: sexuelle Attraktivität schließt den Kinderwunsch mit ein – un-

bewusst – so aufgeklärt wir uns heute auch fühlen. Prof. Karl Grammer, Zoologe, Anthropologe und Leiter des Ludwig-Boltzmann-Instituts für Stadtethologie in Wien erklärt: Frauen beurteilen die Attraktivität eines Mannes unbewusst danach, ob der Körper symmetrisch ist. Männer springen auf weibliche Rundungen an als Signale der Fruchtbarkeit.

- Ebenso spielt der Geruch eine entscheidende Rolle, Faustregel: „Nur frischer Männerschweiß ist männlich“.

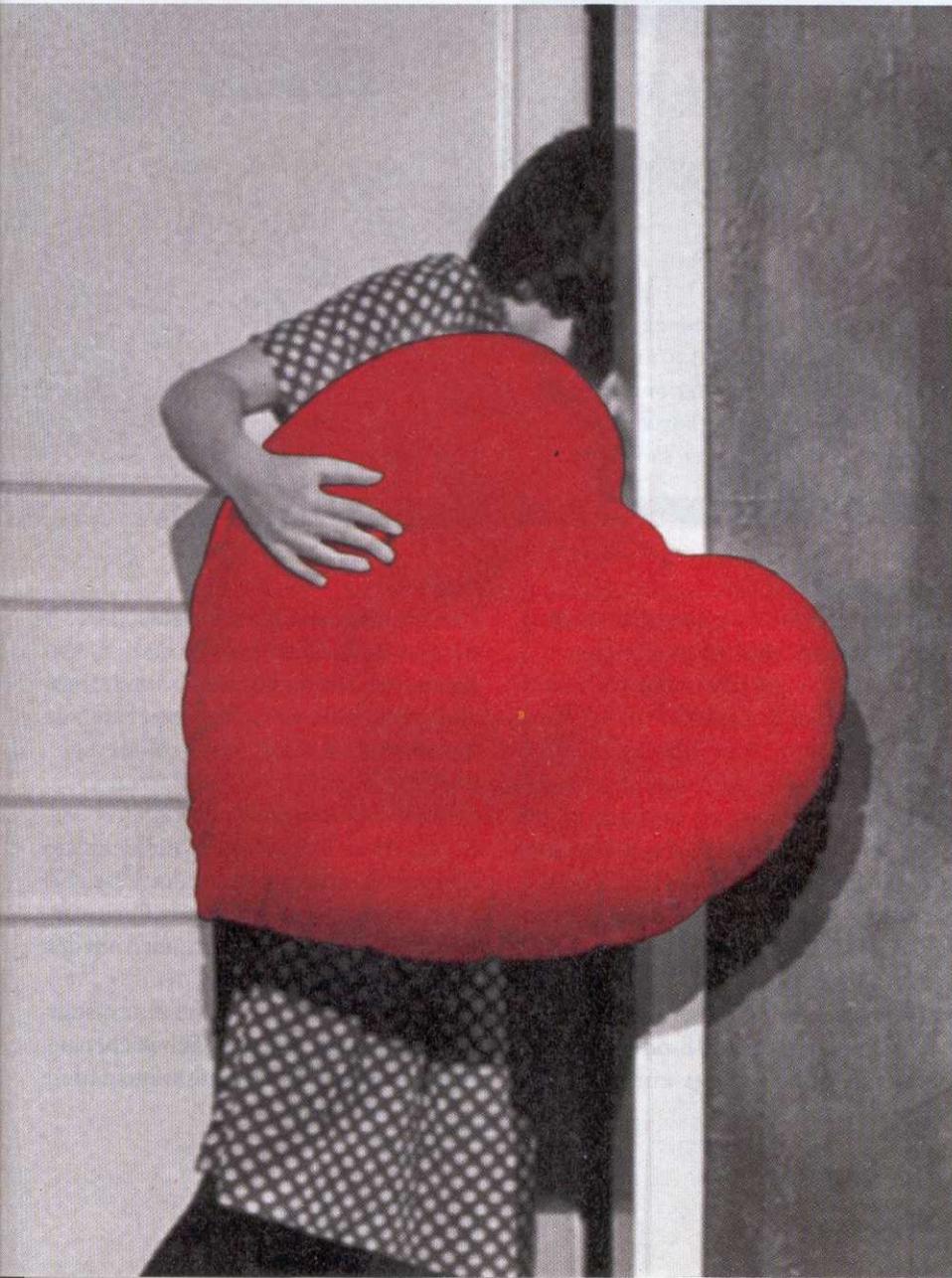
- Gelegenheit macht Liebe. Erfolgreiche Männer ziehen Frauen an und sind selbst auch offener für Beziehungen, aber auch für eine Bindung. Frauen verlieben sich häufig in Zeiten größerer Herausforderungen (Prüfungszeiten, kritische Le-

Ehepaar Dornhecker: Seit 40 Jahren glücklich verheiratet. Die Schicksalsschläge in ihrem Leben schweißten Sie zusammen und ließen ihre Liebe immer wieder neu erblühen.



ROLAND UND RENATE DORNHECKER

Eine glückliche Beziehung, wie geht das? Herz zeigen, den Partner so akzeptieren wie er ist und nicht versuchen, ihn zu verändern.



bensereignisse). Ein Mann hat dann große Chancen, wenn er Geborgenheit und Verständnis anbieten kann.

■ Bei Frauen wichtig ist die Zeit kurz vor dem Eisprung. Dann schauen sie am ehesten nach dem starken Mann, der „das beste genetische Material“ verspricht. Ansonsten schauen sie nach dem besten „Versorger“.

■ Ein Irrtum ist, dass ein Mann sich „eine Frau nimmt“. Frauen sind diejenigen, die wählen.

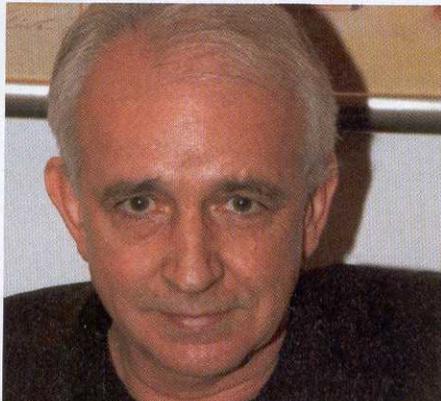
Was machen glückliche Paare besser als andere?

Man „entliebt“ sich, wenn der Partner die in ihn gesetzten Erwartungen nicht erfüllt oder erfüllen kann. „Entlieben“ ist eine große Gefahr für alle Paare, denn niemand ist perfekt. Was tun, um hier vorzubeugen? Eine bewährte Möglichkeit ist, die eigenen Erwartungen auf ein realistisches Maß zu reduzieren. Das geht. Und zwar so:

Wenden Sie die Ja/Aber-Technik an. Genau das machen glückliche Paare. Genau wie unglückliche erkennen sie die langfristig unübersehbaren Fehler an Partner und Partnerin, aber sie kritisieren nicht ständig an einander herum. Sie beurteilen einander, aber verurteilen nicht. Sie sagen zum Beispiel:

NOTAUSSTIEG IN DIE LIEBE. *Di* KRITIK, BITTEN

Karl Grammer: Der Wiener Biologe und Anthropologe ist im deutschsprachigen Raum einer der führenden Forscher auf dem Gebiet der Liebe und der zwischenmenschlichen Beziehungen.



PROF. KARL GRAMMER

BERATEN



PROF. ANDREAS HEJJ

Andreas Hejj: Der Psychologe an der Ludwig-Maximilian-Universität München ist ein weltweit führender Forscher über Entwicklungen der Partnerwahl und der Kommunikation zwischen Partnern.

Notausstieg

■ Ja, mein Mann ist ein Schlamper. Und dann kommt das „Aber“. Aber er ist in vielen Dingen auch sehr großzügig.

■ Ja, meine Frau gibt gerne Geld aus. Aber genau dadurch bringt sie uns zu der klaren Entscheidung, wo wir Luxus anstreben und wo wir eben sparen.

■ Ja, mein Mann widerspricht seinem Boss so oft, dass er im Job nicht voran kommt. Aber das nutzt unserer Ehe. Ich als Frau muss ihm nicht die „Krankenschwester“ sein, die ihn fit für die Karriere macht.

Das klingt nach Augenwischerei und Leugnen der Realität. Ja! Aber es hilft

der Ehe besser als Kritisieren, Bitten, Betteln, Belohnen, Drohen und Strafen.

Glückliche Partner bewundern den Menschen, mit dem sie das Leben teilen. Konkret: Sie sehen ihre Partnerin/ihren Partner, als guten und als moralisch wertvollen Menschen an, sie bewundern die Stärke ihres Gewissens, ihren Mut und ihre Ehrlichkeit.

Sie führen ihre Ehe wie ein gutes Zweipersonen-Stück im Theater. Keiner will der Star sein, sondern man will dem Partner die Bühne bereiten und die Stichworte geben, damit SIE oder ER groß herauskommt. Da liegt ein wichtiges

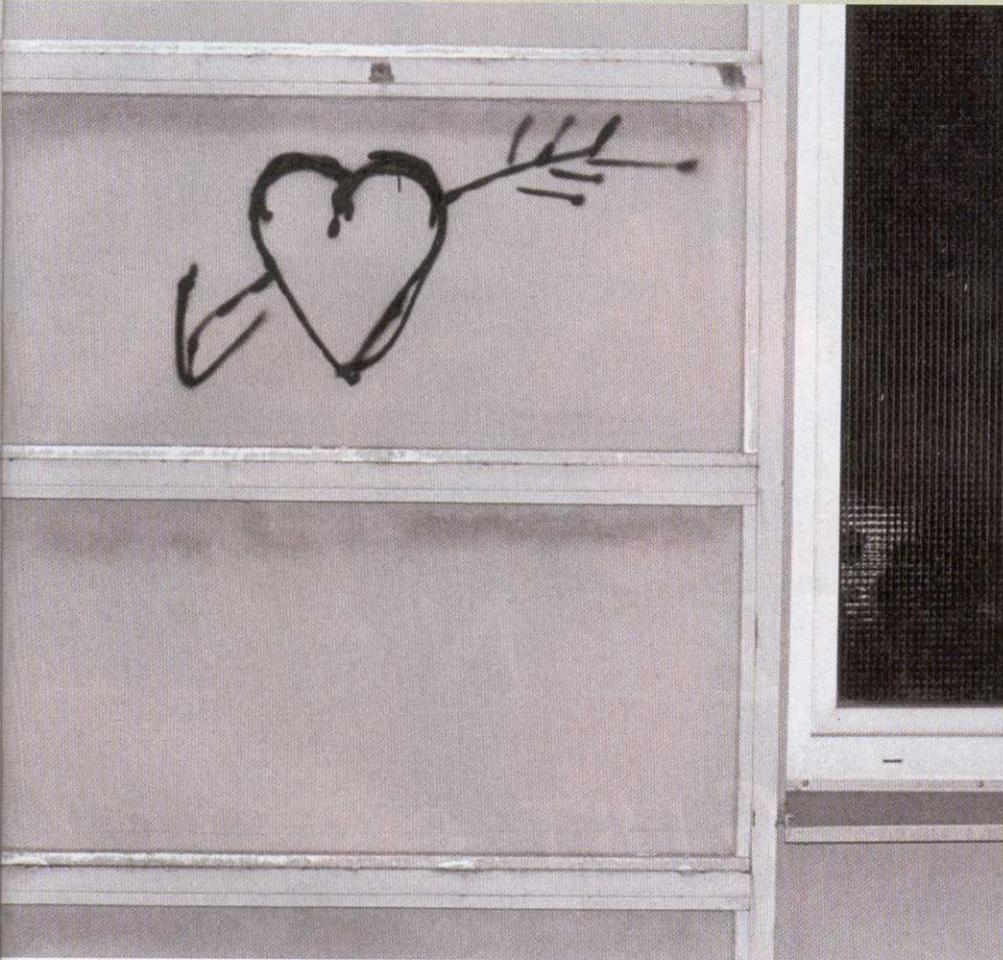
Geheimnis guter Ehen. Und dass „der Star die Mannschaft“ ist, hat sich bis in die exklusivsten Männerkreise herumgesprochen. Auch beim Fußball ist eben „die Mannschaft der Star“ – oder sollte es sein.

Seelenklemnerei ist ein Liebestöter

Die Ja/Aber-Technik hilft nicht nur in Ehe und Partnerschaft, sondern auch bei allen anderen menschlichen Beziehungen – auch mit den Kindern, auch mit den Nachbarn und Kollegen.

Warum kritisieren manche Eltern ständig die selben Fehler und Schwächen bei ihren Kindern? Und warum sind andere

Nöte, aus denen wir aussteigen sollten, heißen DROHEN UND STRAFEN



Wie kann man eine glücklichere Beziehung führen als alle anderen Paare? Hier raten führende Psychologen: Sehen Sie ihre Partnerin/ihren Partner als guten, als moralisch wertvollen, Menschen an. Führen Sie ihre Ehe wie eingutes Zwei-Personen-Stück im Theater. Keiner will der Star sein, sondern man will dem Partner die Bühne bereiten und die Stichworte geben, damit SIE oder ER groß herauskommt. Darin liegt ein wichtiges Geheimnis guter Ehen.

Paare und Familien glücklicher mit einander dran? Eine gute Antwort ist: Sie sehen in ihrem Partner keinen pedantischen Kleinkrämer, sondern erkennen: „Ja, seine Ordnungsliebe bringt mich manchmal auf die Palme, aber sie hat mich auch schon vor Fehlern bewahrt.“ Und in ihrem unkonzentrierten Kinderkennensie das kreative Talent und nicht die „Hyperaktivität“. So machen es die Dornheckers seit Jahren: „Wir sind lieb zueinander, können zusammen lachen und zusammen weinen. Man muss den Anderen an der langen Leine lassen.“ ■

KONTAKT UND LITERATUR

Prof. Dr. Karl Grammer:
<http://evolution.anthro.univie.ac.at>
www.digitalmankind.de
Prof. Dr. Andreas Hejji: www.hejj.de
Renate und Roland Dornhecker:
www.dornhecker.de
Karl Grammer: Signale der Liebe. Die biologischen Gesetze der Partnerschaft. dtv, 5. Aufl., München 2002
Andreas Hejji: Traumpartner. Evolutionspsychologische Aspekte der Partnerwahl. Springer Verlag, 1996