

Ehe- und Lebensberatung Von der Angst, die Liebe des Partners zu verlieren

Eifersucht ist auch eine Leidenschaft

Eifersucht ist weit verbreitet. Es ist die Furcht, die Liebe des Partners an jemand anderen zu verlieren. Dahinter steht immer der Wunsch, geliebt zu werden.

Gibt es Liebe ohne Eifersucht? Ist es dann überhaupt Liebe? Braucht es die Eifersucht zur leidenschaftlichen Liebe? Bedeutet Liebe ohne Eifersucht nicht Gleichgültigkeit, das Schlimmste, was ihr passieren kann?

Sicher ist, dass Eifersucht weit verbreitet ist. Wir begegnen ihr nicht nur in der Partnerschaft. Überall, wo Menschen miteinander zu tun haben und einander bewerten, ist sie vor-



Beat und Veronika Stirnimann

handen: Sei es in der Familie, im Freundeskreis, in der Schule und Ausbildung, am Arbeitsplatz. Wir beschränken uns hier auf die Eifersucht beim Paar. Sie kann begründet oder nicht begründet sein. Und es kann Untreue vermutet werden oder vorhanden sein. Immer ist Eifersucht schmerzhaft und beinhaltet Trauer, Enttäuschung, Verlassenheit und Verzweiflung. Es ist die übermässige Furcht, die Liebe des Partners an jemand anderen zu verlieren. Immer ist der Wunsch vorhanden, geliebt zu werden.

Kein Gespräch möglich

Eifersucht zeigt nicht immer dasselbe Gesicht. Wer aber einmal von ihr gefangen ist, bleibt dies oft für sehr lange. Es gibt die rasende Eifersucht. Wo sie wütet, ist kein Gespräch mehr möglich. Das Vertrauen ist zerstört. Dem von ihr Befallenen hat man genommen, was ihm gehörte. Man hat ihn beraubt. Für ihn sind Recht und Unrecht klar verteilt. Daran gibt es nichts zu rütteln. Er beginnt, sich für seine Verletztheit zu rächen. Er kontrolliert den anderen ohne



Ob begründet oder nicht – Eifersucht löst Gefühle von Trauer und Verzweiflung aus. (zvg)

Unterlass und quält ihn mit den immer gleichen Fragen. Er kann aber auch plötzlich in heftige und dumpfe Selbstanklage verfallen und die Wut gegen sich selbst richten.

Eine andere Form ist die unterdrückte Eifersucht. Der Betroffene will sie nicht wahrhaben. Also kann er auch nicht darüber reden. An ihre Stelle können Ängste, Hemmungen, Depressionen und körperliche

Beschwerden treten. Mit seinem Leiden bleibt er allein. Die Beziehung zum Partner stellt er nicht in Frage.

Doch es gibt auch die Eifersucht, die man dem Partner überlässt. Das heisst, man macht diesen eifersüchtig, um von der eigenen, nicht eingestanden Eifersucht abzulenken. Wenn zum Beispiel eine Aussenbeziehung eingegangen wird, um den Partner für tat-

sächliche oder vermeintliche Untreue zu bestrafen. Dadurch werden beim ändern jene heftigen Gefühle hervorgerufen, die in der Beziehung seit langem keinen Ausdruck mehr gefunden haben und vermisst wurden.

Es stellt sich die Frage, ob es mit der Eifersucht nicht auch etwas Gutes hat. Sie kann tatsächlich etwas Positives bewirken. Dann nämlich, wenn sie eine aktive Auseinandersetzung einlei-

tet. Sehr oft ist dies für das Paar eine neue Erfahrung. Hat nicht etwas Wesentliches in der Beziehung gefehlt? Vor allem Nähe und Leidenschaft? Ist man vielleicht gerade dann eifersüchtig geworden oder hat Grund zur Eifersucht gegeben, wenn die Liebe erkaltet ist? Weil man ahnte, dass der eigenen Liebe nicht mehr zu trauen war? Hat sich nicht in diesem Fall die Eifersucht leidenschaftlich in den Dienst jener verloren gegangenen leidenschaftlichen Liebe gestellt? Kann es nicht sein, dass es letztlich bei der Eifersucht darum geht, überhaupt Gefühle zu erwecken, verloren gegangene oder nie gelebte Leidenschaften? Denn bei der Eifersucht geht es immer um Liebe.

Beat Stirnimann-Degen,
Dr. phil. Psychologe,
Beratungsstelle Kloten,
Veronika Stirnimann-Degen,
lic. phil. Psychologin,
Beratungsstelle Bülach

Unterländer Ehe- und Lebensberatungsstellen: Rössligasse 5, Bülach, Tel. 044 860 83 86; Dorfstrasse 26, Kloten, Tel. 044 815 80 71; Parkstrasse 5, Wallisellen, Tel. 044 830 70 22 Schulstrasse 36, Regensdorf, Tel. 044 840 07 77