

und ungeliebt. Dieser schwache Moment wurde ihr zum Verhängnis

# Seitensprung gleich zwei Familien“

feinfühlig und ein richtiger Charmeur. Ich konnte mit Jens einfach über alles reden und hatte immer das Gefühl, dass er wirklich verstand, was mich gerade beschäftigte.“

Im Sommer 2004 heirateten sie. „Ich dachte wirklich, dass das mit Jens und mir ein Leben lang halten würde...“ Doch dann kam 2005, das Jahr, in dem ihr Glück erste Risse bekam.

„Wie bei jedem anderen Paar hielt auch bei uns irgendwann der Alltag Einzug. Wir fanden immer weniger Zeit, um miteinander zu reden, und auch gemeinsame Unternehmungen wurden seltener. Als Jens mich schließlich immer öfter aufs Abstellgleis stellte und wieder mehr mit seinen Freunden unternahm, kamen mir erste Zweifel angesichts seiner Liebe zu mir.“

Doch anstatt offen mit Jens zu sprechen, zog sich Ulrike in ihr Schneckenhaus zurück. Immer häufiger kam es zu Streitereien. „Zum Schluss war es so, dass wir nicht mehr normal miteinander reden konnten.“ Keinem machte es mehr Spaß, von der Arbeit nach Hause zu kommen.

„Als ich mich eines Abends mal wieder so richtig mit Jens gezoft hatte, zog ich los, um jemandem mein Herz auszuschenken. Am Ende saß ich allein in einer Bar und befrank mich, weil ich meine beste Freundin nicht erreichen konnte.“

## „Wir redeten, tranken viel Wein“

An alles, was danach kam, erinnert sich Ulrike nur noch in Bruchstücken. „Irgendwann bin ich auf die Idee gekommen, zu Jens' Bruder Martin zu fahren, weil ich mich mit dessen Frau immer ganz gut verstanden hatte.

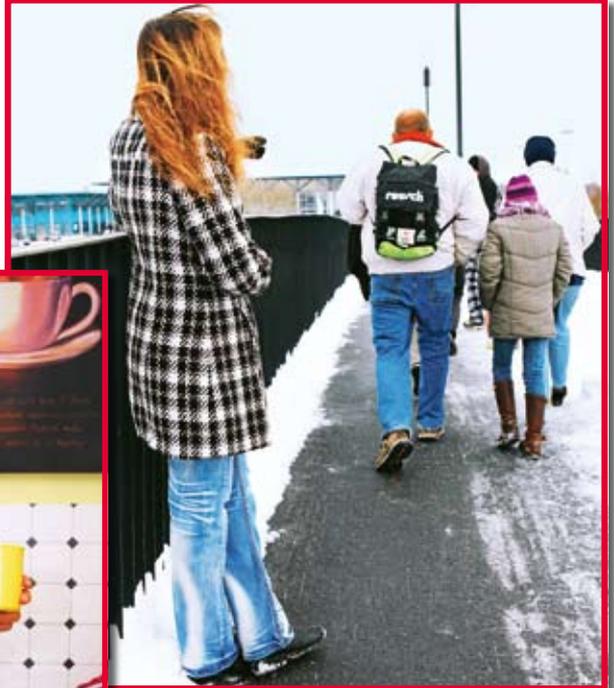
Doch als ich dort ankam, war meine Schwägerin mit den Töchtern verreist und mein Schwager allein zu Hause – also vertraute ich mich ihm an.“ Keinesfalls, beteuert Ulrike, sei es von ihr geplant gewesen, mit ihrem Schwager im Bett zu landen. „Wir redeten, tranken viel Wein, da ist es einfach so passiert...“

## Auch ihr Schwager wird nun geschieden

Acht Monate lang, so Ulrike weiter, sei sie danach von Schuldgefühlen zerfressen worden: „Weil ich meinem Mann erzählt hatte, dass ich jene Nacht bei einer Freundin verbracht hätte.“ Ihr Entschluss, Jens doch alles zu beichten, fühlte sich für sie trotz des Wissens um die Konsequenzen wie eine Befreiung an. „Ich denke, dass Jens mir vielleicht hätte verzeihen können, wenn es nicht sein eigener Bruder gewesen wäre, mit dem ich ihn betrogen habe. So aber

hat er noch an dem Tag seine Tasche gepackt, mir den Ehe-ring hingeschmissen und ist ausgezogen.“

Auch ihr Schwager lebt nun in Scheidung. „Mit meinem Seitensprung habe ich gleich zwei Familien zerstört“, weint sie.



▲ SEHNSÜCHTIG blickt die 44-Jährige einer fremden Familie hinterher. Sie glaubt, ihre Chance auf eine eigene verspielt zu haben

◀ HEUTE IST SIE ALLEIN Seit ihr Mann sie wegen ihres Seitensprungs vor einem Jahr verlassen hat, fühlt sich Ulrike einsam



Mein Jens war einfach ein Traum von einem Mann  
Ulrike Weinert

## Experten-Interview

### „Ein Sex-Abenteuer wird eher verziehen“

Die psychologische Beraterin **Berit Geissler-Riem** ([www.berit-geissler.de](http://www.berit-geissler.de)) erklärt, wer wie und warum fremdgeht:

► „Aus meinen Beratungen kann ich sagen, dass Frauen erst betrügen, wenn sie sehr viele Emotionen entwickelt haben. Der Grund ist meist, dass sie sich lange unbeachtet fühlten und der Partner ihre Zeichen ignoriert. Frauen sind in hohem Maße emotional beteiligt und pflegen eine Affäre oft in der Hoffnung, dass sich mehr entwickelt.“

► Bei Männern ist das anders: Gerade in längeren Beziehungen ist es häufig so, dass Frauen ihre Partner

nicht mehr ‚als Männer‘ behandeln. Frustration entsteht, die Herren suchen Bestätigung ‚von außen‘.

► Erfahrungsgemäß wird es kritisch, wenn aus einem einmaligen Ausrutscher eine lang angelegte Affäre wird. Über die Dauer des Verhältnisses schleichen sich aber Gefühle ein, die von Frauen oft intensiver empfunden werden als von Männern.

► Frauen neigen auch eher als Männer dazu, ihrem Ehepartner den Seitensprung schnell zu ‚beichten‘.

► Anfänglich kann ein aufgedeckter Seitensprung den betrogenen Partner motivieren, wieder an sich zu arbeiten, Wert auf Äußerlich-

keiten zu legen, den eigenen Partner zu verwöhnen, um ihn zu kämpfen. Meist bleibt der Betrug aber in den Köpfen präsent. Dabei ist erkennbar, dass beide Seiten einen körperlichen Betrug eher verzeihen können als emotionalen, also wenn sich der Fremdgeher verliebt.

► Soll man also einen Seitensprung beichten oder nicht? Ich glaube, das ist eine Frage der Einstellung und auch der Rahmenbedingungen. Ist es eine einmalige Angelegenheit, die aus einer Feierlaune heraus entstanden ist, bei der man sicher sein kann, dass es sich nie wiederholt, sollte man reiflich überlegen, wel-

## Expertin



**Berit Geissler-Riem**, psychologische Beraterin und Coach

che furchtbaren Konsequenzen damit verbunden sein könnten. Es wäre fatal, eine langjährige Beziehung dadurch zu gefährden.

► Fazit: Aus meiner Sicht ist die Sexualität ein Barometer in einer Beziehung. Wichtig ist: Nicht die Quantität der Zärtlichkeiten ist wichtig, sondern die Qualität.“