

«Offene Beziehungen kippen schnell»

21.10.2018 | [Kommentar](#)



Unverbindlicher Sex kann prickelnd, aber auch oberflächlich sein. (Symbolbild) © iStock

Was für die Kirche immer noch ein Tabuthema ist, ist in der westlichen Welt schon lange kein Aufreger mehr: Unverbindliche Sexabenteuer gehören zum Alltag von jungen Menschen – jedoch nicht immer zu ihrem Vorteil.

In die Praxis des St.Galler Paar- und Sexualtherapeuten Peter Haas kommen nicht nur nach Rat suchende Paare, sondern auch Personen, die unter den Folgen ihrer sexuellen Kontakte leiden. Nicht körperliche, sondern psychische Leiden plagen sie. Das Thema offene Beziehung wird oftmals angesprochen. «Das Problem bei offenen Beziehungen ist, dass sie in unserer westlichen Welt meistens schnell kippen», sagt Peter Haas. «Oft stimmt die Vereinbarung nicht für beide, sondern nur für einen der Partner.»



Peter Haas ist Paartherapeut in St.Gallen (Bild: haas-coaching.ch)

Stilles Hoffen auf Gefühle

In einem solchen Fall bleibt dem unzufriedenen Partner keine andere Wahl, als das Problem anzusprechen. «Man sollte offen sein und miteinander reden», sagt Haas. Auch bei Affären kommt es oft vor, dass einer der Sexpartner auf einmal mehr als nur unverbindlichen Sex will. «Dies sollte er dem anderen mitteilen. Dieser hat dann die Wahl: dem neuen Weg zustimmen oder die Affäre beenden.»

Das Mitteilen seiner Gefühle ist jedoch für viele schon eine grosse Hürde. Darum werden sie des öfteren verschwiegen und im Stillen gehofft, der Andere werde sich schon noch ändern. «Vor allem bei Frauen erlebe ich das oft», sagt Haas. «Sie hoffen, dass der unverbindliche Sexpartner in Zukunft doch noch Gefühle entwickelt und sich eine Beziehung ergibt. Leider liegen sie da oft weit daneben. Das kann natürlich kränken, wir wollen schliesslich immer der Beste sein.»

«Paare erleben Sex oft tiefer»

Was manchmal als langweilig gilt, darf man nicht unterschätzen, so Haas. «Paare, die schon länger zusammen sind, erleben Sex häufig tiefer und haben danach ein Gefühl von Dankbarkeit und eine Erfüllung. Bei unverbindlichen Sexbeziehungen kann es sich eher so anfühlen, als hätte man einfach sein Geschäft verrichtet.»

Die aktuellen «Gott und d'Wält»-Beiträge zum Nachhören:



Unverbindliche Sexbeziehungen Beitrag 1FM1
Audio Player

<https://www.fm1today.ch/offene-beziehungen-kippen-schnell/879133>