

Wie alt soll mein Partner sein?

Das beste Alter gibt es nicht, denn die Liebe bahnt sich ihren eigenen Weg. Dennoch: Große Altersunterschiede zwischen Liebenden können eigene Herausforderungen bringen. Lesen Sie, woher der Wunsch nach einem deutlich älteren oder jüngeren Partner kommen kann. Und warum die vielen „trennenden“ Jahre selbst in unterschiedlichen Lebensphasen verbindend sind.

Zweiter Frühling.

Ein älterer Herr hat sich bereits im Beruf positioniert und kann sich gelassener auf eine junge Partnerin einlassen.





TEXT SUSANNE PROSSER

Promis machen es vor.

Reife Frau schnappt sich knackigen Jüngling – schon geschehen bei Liz Taylor, Madonna, Demi Moore, Edith Piaf und Vivienne Westwood. Und man muss sagen: Die Damen sehen alle nicht gerade unglücklich aus ...



Bei älteren Männern ist es Gang und Gebe, sich mit etwas jüngeren Frauen zu zeigen. Umgekehrt sorgt ein großer Altersunterschied zwischen Liebenden immer noch für gesellschaftliches Aufsehen. Madonna, die attraktive „Oma“ des Pop, sorgte in der Yellow Press für Wirbel, als sie sich in den fast 30 Jahre jüngeren Jesus – ein dunkelhaariges brasilianisches Model im zarten Alter von 22 Jahren – verliebte.

Wissenschaftler würden dem ungleichen Promi-Paar nichts Gutes prophezeien. In einer Studie der Universität Wien wurde herausgefunden, dass Frauen mit einem Mann am glücklichsten sind, der im Schnitt sechs Jahre älter ist. Männer würden sich mit jener Gefährtin am meisten freuen, die vier Jahre jünger ist als er. So weit die Theorie. Doch offensichtlich ist, dass Beziehungen mit großem Altersunterschied oft nicht ganz unproblematisch sind: Gleich ob Mann oder Frau – trennen Liebende viele Jahre, wird gerne gemunkelt, getuschelt und spekuliert. Eine Verbindung zwischen einem blutjungen Bub und einer deutlich älteren Frau – das kann doch wirklich keine Liebe sein? Viele sind vielleicht ein wenig neidisch. Oder möchten sie es einfach nicht sehen, dass Gefühle kein Alter kennen? Klar ist: Wenn ein Paar viele Lebensjahre trennt, werden beide noch mehr mit der Endlichkeit konfrontiert als in Verbindungen, bei denen sich die Partner altersmäßig die Waage halten. Ist die Frau 40 Jahre alt und der Mann schon 60, startet sie womöglich gerade erst so richtig in der Karriere durch – während er sich bereits in den Ruhestand begibt. Wie lange werden wir wirklich noch zusammen sein? Wie lange werden wir beide noch gesund zusammen sein? Was bedeutet es für mein Leben und für meine Zukunft, mich für einen so viel älteren Mann/für eine so viel ältere Frau zu entscheiden? Diese Fragen beschäftigen ungleiche Partner mehr.

Doch eines ist gewiss: Wo die Liebe hinfällt, ist kein Zufall – und das hat auch nicht immer etwas mit Geld oder Berechnung zu tun. Harville Hendrix, Begründer der Imago-Therapie, beschrieb, wie das Unbewusste unsere Partnerwahl innerhalb von Zehntelsekunden steuert, und wir uns aufgrund der unbewussten Bilder, die wir vom anderen Geschlecht aufgrund unserer Erfahrungen und Werte in uns abgespeichert haben, gar nicht so richtig dagegen ankommen. Wir haben unser bestimmtes Bild von Beziehungen und ein bestimmtes Bild über den „passenden Mann“ und die „passende Frau“. Das Alter und die damit einhergehende Lebenserfahrung des anderen spielen bei der Partnerwahl damit genauso eine große Rolle wie das eigene Bedürfnis nach Dominanz oder Unterwürfigkeit, Sicherheit und Geborgenheit. Wie viel Sicherheit, Geborgenheit und Reife jemand tatsächlich ausstrahlt und geben kann, hängt schließlich mit den Lebensjahren des Liebespartners zusammen. Wir sprachen mit der Wiener Paartherapeutin Sabine Bösel, wie sich Liebe trotz großen Altersunterschiedes „formieren“ kann, welche Hindernisse auftreten können – und wie sie besser zu meistern sind.

SIND JUNGE IMMER DIE BESSEREN LIEBHABER?

Edith Piaf gab ihrem 20 Jahre jüngeren Ehemann Theo das Jawort und sagte abgeklärt: „Ich weiß, was mich erwartet.“ Auch Vivienne Westwood, Susan Sarandon, Demi Moore oder Liz Taylor machen aus dem Alter ihrer jungen Männer kein Geheimnis. Die Autorinnen des Buches „Der Weg der Kaiserin“, Christine Li und Ulja Krautwald, wissen, was gut am Jüngling ist. Sie raten Frauen gerade in reiferen Jahren zu Jüngeren und schreiben: „Nimm dir einen jungen Liebhaber – er gibt dir Lebensenergie!“

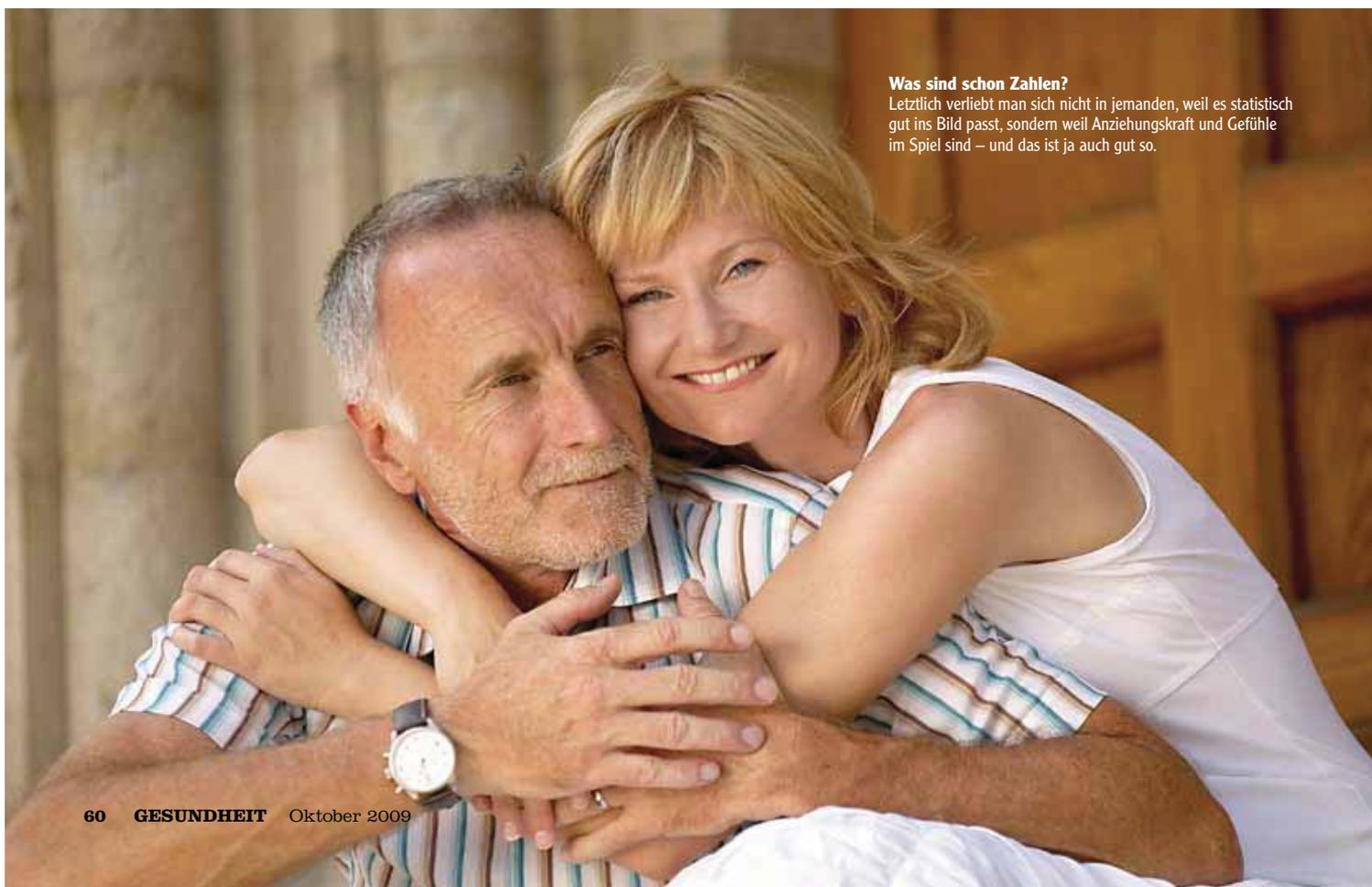
Während Männer in jüngeren Jahren körperlich bedingt sexuell besonders aktiv sind, macht bei Frauen erst die Reife die Erotik aus: Männer erleben zwischen 20 und 30 Jahren den Höhepunkt ihrer Potenz – während die Lust der Frauen erst in reiferen Jahren in die Blüte kommt. Studien zufolge erleben Frauen um die 40 eine sexuelle Wende. Sie können mit zunehmendem Alter besser genießen, sich fallen lassen und selbstbewusster eigene Bedürfnisse leben. Erfahrene Frauen trauen sich mehr, zu experimentieren und Neues auszuprobieren. Auch die Kinder sind meistens schon aus dem Größten draußen: Frau kann besser abschalten, als wenn es ständig darum geht, die eigene berufliche Existenz und die der Kinder aufzubauen und zu sichern. Diese neue Sinnlichkeit und Genussfähigkeit ist für Männer besonders attraktiv.

„Junge Männer sind für reifere Frauen erfrischend und ‚unverbraucht‘ – und von dieser Leichtigkeit geben sie ihrer Gefährtin vieles ab“, sagt Paartherapeutin Bösel. Junge Männer bewundern die Lebenserfahrung der Frau, mögen ihre mütterliche Weiblichkeit. Eine Liebelei mit einem Jungen ist meist unkompliziert. Wenn es aber um das Zusammenleben geht, kann es Tücken geben. Frauen mit jüngeren Männern an der Seite seien oft „pfeffrige“ Powerfrauen, die wissen, was sie wollen, sagt Paarexpertin Bösel: „Der Mann an der Seite einer Älteren ist oft eher ruhig, kann seine Gefühle vielleicht nicht so zeigen wie die Frau. Für sie ist

das durchaus angenehm, sie braucht nicht viel Widerstand zu fürchten.“ Doch auch wenn es oft anders wirkt, muss ein Mann an der Seite einer dominanteren älteren Frau sehr wohl seinen Mann stehen. „Männer mit deutlich älteren Frauen sind häufig ohne Vater aufgewachsen und waren schon zuhause etwas wie ein Beschützer ihrer Mutter“, sagt Bösel, „oft haben Sie aus dem Mund ihrer Mutter auch den Satz gehört: ‚Du bist jetzt der Mann im Haus!‘“ – und das prägt. Umgekehrt kann eine erfahrene Partnerin ihrem Liebsten zwar in einigen Situationen und bei bestimmten Lebensfragen auf die Sprünge helfen. Durchziehen muss der Mann seine Vorhaben aber selbst. Auch die persönliche Entwicklung kann ihm die Frau nicht abnehmen: Die passiert ja bekanntlich aus einem selbst.

WER STEHT IN DER ERSTEN REIHE?

Passieren könne auch, so Bösel, dass das Umfeld den männlichen Partner in der Beziehung dazu auffordert, sich in die erste Reihe zu stellen. Oder der Mann mit der Zeit bemerkt, dass ihm an der Seite einer älteren Frau etwas fehlt. „Man findet einen anderen Menschen immer dann anziehend, wenn er Anteile seiner Persönlichkeit in sich hat, die man selbst nicht so sehr auslebt.“ Soll heißen: Die Power der Frau hat auch der Mann in sich, bloß lebt er sie nicht aus. Ist die Frau zum Beispiel besonders selbstsicher und vehement, kann das für den



Was sind schon Zahlen?

Letztlich verliebt man sich nicht in jemanden, weil es statistisch gut ins Bild passt, sondern weil Anziehungskraft und Gefühle im Spiel sind – und das ist ja auch gut so.