

# Die Liebe



**SPIEGEL.** „Schuld“ sind nicht nur die Männer: Warum wir genau auf einen Typen stehen, hat immer auch mit einem selbst zu tun.

# ist kein Zufall...

**PSSST!**  
JETZT FALLEN SIE NICHT MEHR AUF IHN HEREIN!

**IM CHECK.** Liebe oder Hiebe: Warum wollen wir ausgerechnet diesen Herrn der Schöpfung? Elf Männertypen mit Gebrauchsanweisung

**E**s entscheidet sich in den ersten Sekunden, ob wir jemanden attraktiv finden: Wir stülpen dem Objekt unserer Begierde ein Bild über, in dem all unsere tiefsten Träume, Sehnsüchte, die schönen Erfahrungen aber auch die erlebten Verletzungen und Enttäuschungen abgespeichert sind. Auch wenn wir meinen, unseren Partner bewusst zu wählen: Die Frau am Steuer sind bei der Partnerwahl nicht Sie selbst, sondern Ihr Unbewusstes. So passiert es, dass wir immer wieder auf den gleichen Typ Mann (herein)fliegen – und das hat beim Himmel nichts mit Schicksal, sondern sehr viel mit uns selbst zu tun. Hier sind die häufigsten Prototypen eines Mannes, warum es immer wieder ER sein muss – und wie Sie IHN am besten handeln ...

SUSANNE PROSSER n

## BUCHTIPP

**MÄNNER ZUM LESEN.** Nie wieder an den Falschen mit „Mr. Aussichtslos – 12 Männertypen, die Sie sich sparen können“, Beatrice Poschenrieder, Eichborn, € 17,-.



FOTOS: XXX

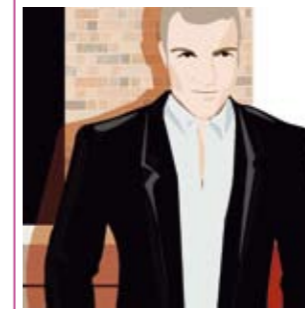
### DER UNTERKÜHLTE



**So ist er.** „Nah und doch so fern“. Oder: „Ich lieb dich nicht, wenn du mich liebst.“ Das ist der Stoff, aus dem die Partnerschaft zum ambivalent-Unterkühlten gewoben ist. Er mag anfangs nämlich durchaus herzlich sein, Sie so oft als möglich treffen wollen. Doch beim Streit vertuschelt er sich und tut das Thema mit „Darüber will ich jetzt nicht reden“ ab. Versöhnungssex kann mit ihm dann wieder überraschend intensiv und innig sein. Doch er bleibt ungern über Nacht. Je näher Sie ihm kommen, desto weiter entfernt er sich. Unterm Strich ist dieser Mann ein emotionaler Gefrierschrank, der Gefühle weder annehmen noch äußern kann.

**Warum Sie auf ihn stehen.** Frauen, die auf diesen Bindungsphobiker par excellence hereinrasseln, haben oft in der Kindheit – wie er selbst – wenig Aufmerksamkeit bekommen. Sie kennen das Gefühl, verletzt zu werden, und suchen es immer wieder. Sein wahres Innenleben bleibt Ihnen verborgen, aber es lebt die Hoffnung, dieses Mysterium irgendwann als erste Frau zu lüften – und ihm dann ganz nahe zu sein. In Wahrheit wird aber echte Nähe zu dem Unterkühlten nicht möglich sein. Hand aufs Herz: Würden Sie diese denn selber ertragen?

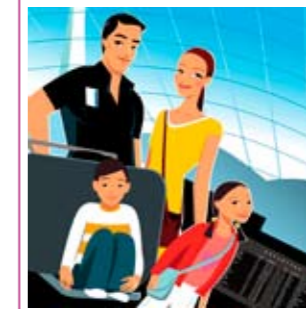
### DER (ÄLTERE) BESCHÜTZER



**So ist er.** Der Beschützer ist ein meist älterer Mann, der im Leben steht und sich seiner Ausstrahlung bewusst ist. Sein Frauentyp ist nicht die Starke, sondern mehr das „kleine Mädchen“: Eine Frau, der er zeigen kann, wie das Leben geht. Kaum verwunderlich, dass neben diesem Herren mit den charismatischen Fältchen meist deutlich jüngere Frauen zu finden sind. Der Deal ist oft: Du bekommst das Geld, dafür gehörst du mir.

**Warum Sie auf ihn stehen.** Er ist für sie der Fels in der Brandung, sie für ihn Quell des Jungbrunnens. Da sie selbst noch ein ungeformter Stein ist, gibt er ihr Sicherheit, und sie ihm die perfekte Projektionsfläche für sein Idealbild einer Frau. Beschützertypen sind oft ohne Mutter aufgewachsen und brauchen Stabilität. Die Wiener Paartherapeutin Sabine Bösel: „Die schwächere Frau ist von ihm abhängig und dadurch auch da.“ Oft fühlen sich Frauen, deren Vater in der Kindheit wenig präsent war, zu älteren Männern hingezogen. Solche Vaterersatz-Beziehungen können oft wunderbar funktionieren. Aber wehe, wenn das kleine Mädchen erwachsen wird: Entweder, er respektiert Ihre reifere – von ihm nicht mehr abhängige – Persönlichkeit. Oder er muss gehen ...

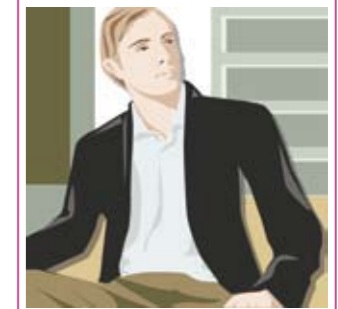
### DER TRADITIONELLE



**So ist er.** Frau und Familie sind für ihn von höchstem Wert und auch Prestigeträger. Wer Familie hat, der hat's zu etwas gebracht! Meist ist der Traditionelle selbst in einer klassischen Familie aufgewachsen, in der vorgelebte Werte wie Zusammenhalt von größter Bedeutung waren. Oder – er stammt aus zerrütteten Familienverhältnissen und will nun alles besser machen. Er erwartet sich in einer Beziehung eher klassische Rollenbilder: Er der Ernährer, sie die Mutter.

**Warum Sie auf ihn stehen.** Passt wie der Topf auf den Deckel: Frauen, die selbst Familie wollen oder selbst keine hatten, fliegen auf den Klassisch-Traditionellen. Kann der Schlüssel zum ganz großen Lebensglück sein! Gefährlich wird es aber, wenn starke Werte als oberste Maxime – von einem oder beiden Partnern – als einengend empfunden werden. Dann flüchtet sich der Traditionelle lieber in ein Doppelleben – etwa mit einer zweiten Frau, anstatt sich den Konflikten zu stellen oder sich gar zu trennen. Spätestens wenn die Kinder erwachsen sind, kann die Beziehung ebenfalls auf den Prüfstand kommen. Tipp: Lassen Sie schon frühzeitig Ihre eigenen Bedürfnisse – z.B. als berufstätige Frau – nicht außer Acht!

### DAS MUTTER-SÖHNCHEN



**So ist er.** Sie wäscht ihm die Wäsche, putzt seine Wohnung und bringt ihm das Essen in der Tupper-Box nach Hause: Die Rede ist von Mutti! Dafür telefoniert er jeden Tag mit ihr, besucht sie mehrmals wöchentlich, und fährt sonntags mit ihr zum Ausflugssee. Klarer Fall: Dieser Mann ist nicht mit Ihnen, sondern mit seiner Mutter verheiratet. In Kindertagen war sein Vater meistens nicht präsent: „Du bist jetzt der Mann im Haus!“, hat ihm Mama einst gesagt. Als Erwachsener fühlt er sich immer noch verpflichtet, so wie ein Partner für sie da zu sein. Auch wenn diese Verantwortung oft drückt: Sein schlechtes Gewissen erlaubt es ihm nicht, Mutti weh zu tun oder sie hintanzustellen. Für eine Beziehung ist dieser nicht abgenabelte Mann höchst problematisch: Bildlich gesehen ist der Platz neben diesem Mann ja schon besetzt!

**Warum Sie auf ihn stehen.** Sie haben also keinen Platz neben ihm, aber: „Möglicherweise hatten Sie diesen auch in Ihrer Kindheit nicht“, meint Therapeutin Sabine Bösel, „Und suchen sich wieder eine Beziehung nach ähnlichem Schema.“ Klassischer Fall für eine Paartherapie ...

DER SOFTIE



■ **So ist er.** Oft erzählt er schon am ersten Abend, wie sehr ihn die Welt enttäuscht und ausgebeutet hat. Er sucht eine einfühlsame Frau, die ihn versteht und seine Wunden heilt. Hat er sie gefunden, macht der nette Weichspülermann einfach alles für sie: Sie kann beliebig an ihm herumrörgeln, ihn zum Einkaufen und Möbelpacken schicken oder sich das vergessene Handy freihaus ins Büro nachliefern lassen. Im Alltag mächtig praktisch, aber oft auch öd. Und: Es besteht die Gefahr, vom Jammersog verschlungen zu werden!

■ **Warum Sie auf ihn stehen.** Der Softie ist harmlos und völlig ungefährlich. Entweder haben Sie selbst einen Macho-Vater erlebt, oder frühere Männer hatten öfters ihre Grenzen überschritten. Mit dem Gegenteil sparen Sie sich weitere Enttäuschungen. Gut, solange es nicht langweilig wird! Aber Achtung: Oft tarnen sich auch Männer mit eindeutigen Absichten als Weichspülermann: Die Frauenverstehermasche klappt besonders toll, wenn unser Selbstwertgefühl einen Knacks erlitten hat. Dann bringt uns der getarnte Softie Tabletten gegen Regelschmerzen aus der Apotheke, tröstet uns empathisch über den Ex als auch die erschlafften Bauchmuskeln hinweg. Wir lieben den Frauenverstehrer als Kumpel, aber wenn er gefinkelt ist, setzt er sein Geschick bei seinen Verführungskünsten ein: Hat er mit Taktik und Gefühl das Vertrauen der Frau gefunden, greift er die Gelegenheit beim Schopfe. Und nach einer heissen „Nacht der Liebe“ machte er sich plötzlich aus dem Staub.

DER MC BOSS



■ **So ist er.** Karriere, Geld und Ansehen sind alles für Mc Boss. Er glaubt, dass ihn diese Attribute sexy machen, und so prahlt er bei jeder Gelegenheit mit seinem Wissen aus den Financial Times. Sein Kleiderschrank ist voll von maßgeschneiderten Businessanzügen, die er auch gerne in der Freizeit trägt. Wenn selbige auch spärlich ist, mischt er sich After Work gerne in stilvollen Cocktailbars unters gehobene Volk. Nicht ohne Hintergedanken: Geschäftskontakte knüpft „mann“ schließlich überall! Vorsichtshalber legt er gleich seinen Autoschlüssel gut sichtbar auf den Tresen – BMW, Audi- oder Mercedesanhänger inklusive. Im Kühlschrank dieses – schon früh auf Leistung getrimmten – Mannes findet sich nicht mehr als eine Flasche Champagner, Wozu auch: ob der vielen Überstunden ist er ja ohnehin fast nie daheim. Viel gemeinsame Zeit können Sie sich abschminken, Morgens heißt es wieder: Früh raus und ab zur Businessclass!

■ **Warum Sie auf ihn stehen.** Evolutionstheoretisch gesehen, er das Überleben von Frau und Kind perfekt gesichert: Mit Status, Geld und guten Genen (-heller Kopf!). Und wer lässt sich nicht gerne mit einem Mercedes herumchauffieren? Überlegen Sie aber: Was haben Ihre Eltern über den „Schwiegersohn nach Wunsch“ erzählt? Wie muss der Mann tatsächlich sein, den eine Frau wie Sie zum Leben „braucht“? Wie stark definieren Sie sich selbst über Ihren Mann? Wer auf Mc Boss abfährt und selbst auf der Strecke bleibt, sollte wahre Werte und falsche Glaubenssätze überdenken.

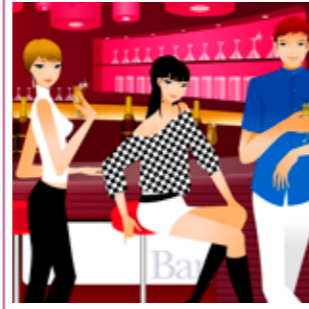
DER HENGST



■ **So ist er.** Lange Gespräche sind nichts für ihn: Bodytalk ist seine Sprache! Von Beruf ist er oft Fitnesstrainer oder Barkeeper und rein äußerlich an einer Cornettoähnlich gestählten Form des Oberkörpers, männlich-markanten und solariumgebräuntom Gesicht sowie an Glanzpomade in den Haaren zu erkennen. Auch gut platzierte Designerlabels auf der Kleidung fehlen selten. Stets umgeben von einem betörend-maskulinen Parfumschwall, stehen Äußerlichkeiten ganz oben auf seiner Werteliste. Sowohl bei sich selbst, als auch bei der Damenschafft. Credo: Je länger die Beine, desto besser die Braut! Der Hengst ist ein Narziss, der wechselnde Liasonen für sein – unter dem Deckmäntelchen der Eitelkeit recht gut verstecktes – kleines Ego braucht. Er sammelt Frauen wie andere Briefmarken oder Fußballkleber.

■ **Warum Sie auf ihn stehen.** Dafür gibt es grundsätzlich zwei Möglichkeiten: Entweder, Sie sind noch zu unerfahren mit „dem Hengst“ und fallen auf den Schein hinein. Vielleicht aber definieren Sie Ihren Selbstwert – genauso wie er – stark über äußere Werte, weil Sie von ihren inneren nicht so recht überzeugt sein wollen. In diesem Fall, so Therapeutin Bösel, „fällt vom Schein dieses Mannes ja auch ein Teil des Glanzes für Sie selbst ab.“ Besser aber: Entdecken Sie den großen Schatz, den Sie außer einer guten Figur und einer sexy Mähne sicher noch zu bieten haben! Hinterfragen Sie ähnliches vor allem auch bei diesem Mann!

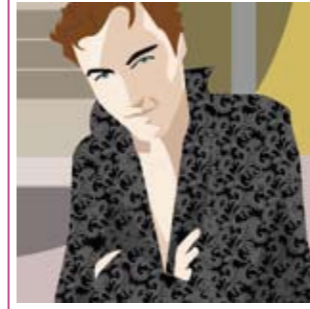
DER DREIECKSTYP



■ **So ist er.** Eine Frau ist nicht genug: Er braucht's im Doppelpack! Meist ist eine davon seine langjährige Lebenspartnerin, die ihm treu ist, ihn umsorgt und ihn bekocht – wie es seine Mutter einmal tat. Die andere ist die Geliebte, die ihm den Kick gibt und das Ego pusht. Mit der Zweitfrau lebt dieser Mann durchaus etwas wie eine Beziehung: Bloß in der Isolation, in der sich die Liebe niemals entfalten kann. Ein gemeinsames Alltagsleben bleibt der Geliebten verwehrt. Und sie hat die Warte-Position: Nur fünf Prozent der Männer wollen wirklich den Absprung und trennen sich zugunsten ihrer Affäre!

■ **Warum Sie auf ihn stehen.** Der Dreieckstyp ist clever: Um die Zweite nicht zu verlieren, bindet er sie gefühlsmäßig an sie: Versprechungen über das, was vielleicht einmal sein wird, Liebeschwüre, Geschenke oder Geld schaffen Nähe und auch Hoffnung – und emotionale Abhängigkeit. Es kann jeder mal passieren, dass sie sich in einen gebundenen Mann verliebt. Für viele ist dies sogar eine ideale Form der Beziehung: Keine Verpflichtungen, keine Erklärungen, viel Zeit für sich selbst und ganz viel Leidenschaft und guter Sex. In diesem Fall: Bestens! Wenn Sie aber mehr wollen: Notorischen Dreieckstypen geht es nicht um die neue, eine Frau fürs Leben – sondern um die Aufrechterhaltung eines Systems. Hilfreich eine kurze Durchsage mit großer Wirkung, die aus sechs magischen Worten besteht: „Ich stehe nicht mehr zur Verfügung!“ Und orientieren Sie sich an dem Leitsatz: Wenn es weh tut, kann es keine Liebe sein ...

DER BAD-BOY



■ **So ist er.** Sein Charisma ist so unbeschreiblich männlich, er besticht durch unverschämtes Selbstvertrauen: Rücksichtslos macht er, was er will. Mit seiner direkten Art ist selbst die stärkste Frau diesem rüden Buben willenlos erlegen. Der Bösewicht strahlt Macht und Stärke aus, und bei der Vorstellung, sich ihm hinzugeben, fahren die weiblichen Hormone Achterbahn. Dabei ist er ein unruhiger und flatterhafter Geist, stets unzufrieden mit sich selbst und anderen. „Seine aggressive Ausstrahlung hat er ja meist deshalb, weil er selbst als Bub keine stabilen Beziehungen hatte, dafür emotionale Enttäuschungen“, so Bösel. Das soll nicht nochmal passieren: Da tut er lieber anderen weh ...

■ **Warum Sie auf ihn stehen.** Oft sagt schon das Bauchgefühl, dass er nicht „der Richtige“ ist. Aber dieses „Er will ausgerechnet mich“-Credo hat einen ebenso großen Reiz wie das Rettersyndrom frei nach „Ich-binde-die-Frau-die-die-ihn-ändern-kann“. Doch kommt Frau bei Bad Boy vom Gefühl der Allmacht in die Ohnmacht, und verliert sich in der Jagd nach Mr. Wrong ganz schleichend selbst. Die Wahrheit ist: Wer immer wieder auf Mr. Wrong abfährt, hat Angst vor Mr. Right. Expertin Bösel analysiert weiter: „War der Vater früher meist nicht da, wurde seine seltene Präsenz wie ein Abenteuer empfunden. Es wurde alles getan, um ihm zu gefallen. Wer dies als Mädchen erlebt hat, ist besonders anfällig, dem Bösewicht ins Netz zu gehen.“ Fazit: Der Bad Boy ist ein Krampf – Finger weg von ihm!

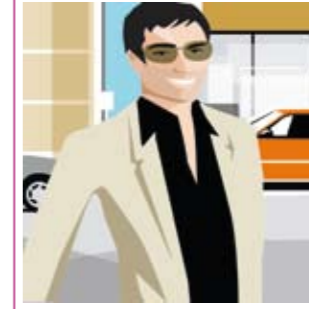
DER WINDHUND



■ **So ist er.** Young, free und meistens single ist der Lifestyle dieses umtriebigen Kerls. Sein Job ist nebensächlich, viel wichtiger ist es ihm, zu leben! So verbringt der Sonnyboy seine Freizeit am liebsten auf dem Surfbrett irgendwo in den Weiten dieser Welt. Er trägt meist Kapuzensweater, Sneakers und ausgebeulte Jeans – auch dann, wenn er den jugendlichen Jahren längst entwachsen ist. Freiheit ist sein Grundsatz, Reisen seine Leidenschaft, und sein Lebensmotto heißt: „Keep smiling!“ Frau muss sich ziemlich beugen, in dem ausgefüllten Leben dieses Mannes ihren Platz zu finden.

■ **Warum Sie auf ihn stehen.** Sind wir mit dem Windhund zusammen, fühlen wir uns dynamisch und jung – ja jünger noch, als wir tatsächlich sind. In seiner Aura weht diese Brise Freiheit, von der wir selber träumen, und wenn er uns seine Lebensweisen aus Sergio Bambarens „Das weiße Segel – wohin das Glück dich trägt“ verliert, bekommen wir zwecks Selbstfindung auch gleich den Zwang, wieder einmal eine Reise in die weite Welt zu tun. Trotz seines begeisterten Selbstfindungstrips, bleibt dieser extravertierte Typ doch unnahbar. Denn Zweisamkeit gepaart mit echter Verantwortung – etwa für eine Beziehung – ist für ihn wie ein Gefängnis. Dieser Mann will nicht erwachsen werden, das nennen Psychologen Peter Pan-Syndrom! Wenn Sie selbst ein Luftikus sind und sich treiben lassen wollen, ist er der perfekte Mann. Wer sich aber nach echter Verbindlichkeit sehnt, hat mit dem Windhund eine glatte Niete gezogen.

DER FREMDFISCHER



■ **So ist er.** Dieser ewige Seitenspringer kann einfach nicht lassen von den vielen schöne Damen dieser Welt. Vielleicht hat er selbst etwas versäumt, braucht die Bestätigung für sein Ego oder ist einfach sexbesessen. Der Fremdfischer sucht – anders als der Dreieckstyp – keine tiefer gehenden Zweitbeziehungen zu einer Frau. Schnelle One Night-Stands in wiederholter, abwechslungsreicher Dosierung reichen aus. „Solche Männer tun sich oft auch schwer, in der Partnerschaft über ihre wahren Wünsche zu reden und Konflikte auf den Tisch zu legen“, so Expertin Bösel. Und dann wird eben nach dem, was fehlt, immer wieder in anderen Gewässern gefischt ...

■ **Warum Sie auf ihn stehen.** Oft kommt so ein Herr den „langgedienten“ Ehefrauen ganz gelegen, denn eine offene Beziehung bedeutet für viele auch Freibrief, selbst woanders zu naschen. Wer allerdings geduldig zusieht – oder besser wegsieht, sollte wissen: Es gibt nicht bloß den bösen Täter, immer auch ein geeigntes Opfer. Sind Sie die perfekte Märtyrerin, die sich die wiederholten Liebschaften Ihres Mannes dauerhaft gefallen lässt? Vielleicht wurde Ihnen schon von den Eltern ein ähnliches Beziehungsmodell vorgelebt. Oder Sie selbst wurden schon verletzt: Wenn es normal ist, verletzt zu werden, lässt man dies auch immer wieder zu. Sprechen Sie einmal mit Ihrem Mann über Ihre (sexuellen) Wünsche. Wenn das nichts hilft: Leiden Sie nicht tapfer für ihn weiter, tun sie es ihm gleich mit einem Superlover – oder: Laufpass!

BEZIEHUNGSMUSTER PRÄGEN UNS

Seit der Kindheit werden Erlebnisse gespeichert.

Warum fühlen wir uns gerade zu ihm so hingezogen? Die Wiener Paartherapeutin Sabine Bösel (www.tz8.at) hat die Antworten.

INTERVIEW:

Woman: Wie entstehen Beziehungsmuster?

Bösel: In der Kindheit: Wie die ersten engsten Bezugspersonen – das sind meist die Eltern – mit uns umgehen, wie sie uns lieben aber auch verletzen, wird seit der frühen Kindheit wie ein Strichcode gespeichert. Bei allen späteren Begegnungen wird dieser Strichcode unbewusst abgescannt. Je besser die Übereinstimmung – im positiven oder negativen Sinn – desto stärker ist die Anziehung.

Woman: Worauf basiert unbändige Leidenschaft?

Bösel: Besonders stark ist die Leidenschaft, wenn beide Partner in der Kindheit ein gemeinsames Thema hatten: Z.B. Schuld, Verlust, Zurückweisung, Macht oder auch Gewalt. Die eigene Geschichte macht 90 Prozent der Gefühle aus, die wir zum Partner haben. Dabei muss das äußerlich gar nicht erkennbar sein, aber wir haben etwas wie einen sechsten Sinn dafür.

Woman: Was bedeutet das für eine Beziehung?

Bösel: Wir werden immer wieder auf dieses unbearbeitete Thema gestoßen, solange, bis wir es erkennen. Reife und bewusst erlebte Liebe entsteht, wenn wir die Muster bewusst machen, und wenn der Leidensdruck groß ist, sie auflösen. Wenn möglich, am besten gemeinsam mit dem Partner. Das bringt Chance auf eine wirklich tiefe Beziehung.



PROFI. Therapeutin Bösel.