



## Vom Sexgott zum Kumpel

Anita war verrückt nach Anton. Und Anton nach Anita. Leider hat sich alles schlagartig geändert. Anita hat auf einmal **keine Lust mehr**. Und Anton? Ist als Sexgott nicht mehr gefragt

**A**nton und Anita sind wie füreinander geschaffen. Jedenfalls sieht er das so. Sie sei von ihm berauscht gewesen – er war ihr Sexgott, sie seine Liebesgöttin, eine himmlische Zeit, wie er sie nie für möglich gehalten hätte. Ein Paar, das sich heiß begehrt, sich nach dem anderen verzehrt – sich förmlich mit den Augen auffrisst und von Sex und Liebe nicht genug kriegen kann, hat dann plötzlich eine Libido-Kurve tief unter dem Meeresspiegel.

Und Anton? Der gelernte Programmierer versteht die Welt – und vor allem seine Traumfrau nicht mehr. Ihretwegen habe er seine Frau verlassen. Als Liebesbeweis. Typischer Fall von Idealisierung im Oxytocin-Hype. Doch was das Schlimmste daran ist: Auch nachträglich versucht Anton das Bewusstsein, dass etwas „faul“ an Anitas Hingabe war, auszulöschen.

Auf einmal hagelt es ihrerseits nur noch Vorwürfe: Er habe sich zu spät von seiner Frau getrennt, zu wenig schnell für die neue Liebe entschieden, sich die längste Zeit gar nicht zu ihr bekannt . . . So in etwa lauten die Anklagepunkte. Und Anita? Sie meint, sich nach ihm in Leidenschaft verzehrt zu haben, aber jetzt unter Bindungsangst zu leiden. Und schuld daran sei Anton: Am abrupten Sexentzug, am Verlust von Anitas Glauben an eine gemeinsame Zukunft und am Verlust des Liebeslebens.

Menschen wie Anita ertränken ihre Opfer von jetzt an gleich förmlich mit Liebe und erscheinen als wahr gewordener Traum vom Glück. „Love Bombing“ ist die Bezeichnung einer universalen Wunscherfüllung einem Fremden gegenüber. Der Fremde war Anton. Und verliebte sich Knall auf Fall. Seine alten Bande wurden blitzartig zerrissen und das scheinbar Hals über Kopf, um der Erotikgöttin ihre Wertigkeit zu zeigen.

Antons Ehefrau fiel aus allen Wolken, als er ihr eröffnete, eine „Auszeit“ zu wünschen. Er bezeichnet das nachträglich als geradezu ethischen Akt, ihr die Geliebte verschwiegen zu haben. In Wahrheit ist das zumeist nur Bequemlichkeit, sich die ursprüngliche Beziehung noch warm zu halten und Konflikte zu vermeiden.

Die Beziehung zu Anita ist das Idealbild der Liebe für Anton, der eine Psychotherapie macht, um den Liebesentzug zu verkraften und sie zurückzugewinnen. Oder war das alles nur Show, um ihn abhängig zu machen? Klar ist für Anita, dass es nur noch kumpelhaft weitergehen kann, da sie kaum noch Gefühle für ihn habe. Offensichtlich haben narzisstische Personen wie sie einen Selbstwert, der sich im wahrsten Sinn des Wortes selbst entleert. Sie machen systematisch andere Menschen kurzfristig überglücklich. Aber sehr bald ebenso unglücklich. Sie zehren dann von den Gefühlen ihrer „Opfer“.

Von Anton muss nun der Fluch weggenommen werden, etwas falsch gemacht und damit die erotische Leidenschaft zerstört zu haben. Und Anita muss einsehen, dass sie narzisstisch handelt und mit Antons Verzweiflung ihre innere Leere füllt. In toxischen Beziehungskonstellationen wie dieser handelt es sich in den seltensten Fällen um ein von Wertschätzung getragenes Liebesfundament, sondern eher um Glatteis mit Einbruchgefahr.

Wichtig: In Opfern narzisstischer Manipulation wieder Selbstbewusstsein zu wecken. Psychische Stabilität kann von der unrealistischen Hoffnung befreien, es jenen Menschen irgendwann recht zu machen, die einen steten emotionalen Wechselbädern unterziehen. Da kann nur Abstand helfen und im äußersten Fall Kontaktabbruch. Denn mit „Breadcrumbing“ würde Anita immer wieder versuchen, in Anton die Glut der Liebe zu nähren. Indem sie ihm Brotkrumen vor die Füße wirft, wie einen Kuschelabend oder einen Konzertbesuch, aber ihm dann immer wieder vor Augen führt, dass er nur noch als Kumpel für sie infrage kommt. **N**

**Prof. Mag. Dr. Monika D. Wogrolly**, Philosophin und Psychotherapeutin  
**Haben Sie noch Fragen? Schreiben Sie mir bitte:**  
praxis@wogrollymonika.at

