

BEZIEHUNGSCOACH

Soll ich die Affäre gestehen?

DER FALL. Mein Mann und ich hatten vor zehn Jahren beide eine Affäre, die wir gut geklärt haben, was unsere Beziehung wieder festigte. Ich hatte kurz danach noch eine Affäre, von der ich nichts erzählt habe. Ist es für unsere Beziehung wichtig, dass ich mich oute? **(Konstanze M.)**



Sabine und Roland Bösel
Beziehungsberater

Liebe Konstanze!

Es stimmt, dass Geheimnisse der Beziehung Energie rauben können. Es gibt aber auch Geheimnisse, die für die Beziehung unbedeutend sind – dann wäre es kontraproduktiv und würde nur Unruhe und Frust in die Partnerschaft bringen. Das ist wohl der Knackpunkt: Würde ein Outing nur den Zweck erfüllen, dass Sie kein schlechtes Gewissen mehr haben? Dann würden Sie Ihren Mann nur unnötig verletzen. Wenn Sie aber feststellen, dass diese Affäre zwischen Ihnen steht, dann sollten Sie einen Weg finden, mit ihm zu sprechen.

Wir vergleichen das Geheimhalten gerne mit einem Deckel, auf dem wir unsere Hand halten. Wenn es viel Kraft braucht, damit der Deckel auf dem Geheimnis bleibt, wird der Partnerschaft Energie entzogen. Allerdings kann ein Geheimnis beim anderen gar nicht die Bedeutung haben, die man befürchtet. Die Angst, die Hand vom Deckel zu lösen, ist größer als das, was dann passiert. Umgekehrt kann das, was uns nicht verletzt, andere sogar sehr verletzen.

Wenn Sie jetzt alles offen auf den Tisch legen wollen, beginnen Sie das Gespräch mit Ihrem Mann mit Ihrer Beobachtung, dass Sie sich noch mehr Nähe, Intimität und Tiefe wünschen. Mit dieser Einleitung signalisieren Sie, dass Sie mit dem Gespräch etwas Gemeinsames, Heilsames, Entwicklungsorientiertes anstreben, sodass es ihm leichter fällt, sich darauf einzulassen.

Sabine und Roland Bösel beraten seit Jahrzehnten Paare. Bücher der beiden: „Leih mir dein Ohr und ich schenk dir mein Herz“ und „Warum haben Eltern keinen Beipackzettel?“ www.boesels.at

Fortsetzung von Seite 3

Tür? (Das Baby-Cabrio kostet übrigens so viel wie ein Gebrauchtwagen.)

– Und warum fragen alle Menschen jeden Bildungsgrades bei Kindern im Zwillingsskinderwagen immer: „Sind das Zwillinge?“ (Weil das Standard ist ...)

– Streiten Zwillinge häufiger als andere Geschwister? (Gefühlt ja, statistisch nein!)

Die Liste an äußerst spezifischen Zwillingproblemen ist vielfältig und lange. Erfahrene Zwillingse Eltern nicken sich nur wissend und müde lächelnd zu. Und wenn wieder einmal ein Promi wie etwa George Clooney oder Ronaldo in den Zwillingssklub aufgenommen werden, dann wird ganz genau verfolgt, wie viele Nacht-Nannys engagiert werden. Wie viele Haushälterinnen den Zwillingsszirkus jonglieren. In welcher kurzen Zeit die Promi-Zwillingse Eltern sichtlich altern. Wohlwollend, aber mit ein wenig Neid verfolgt die Mafia die Promi-Eltern. Nur sie kennen den Stress, aber auch die Liebe, die man zurückbekommt.

Sollten Sie also Personalchef einer Firma sein, dann kann ich Ihnen nur eines empfehlen: Stellen Sie Zwillingse Eltern ein! Zwillingse Eltern sind stressresistent wie Bombenentschärfer, sie sind Meister des Multitasking und haben eine überraschend hohe Ekelschwelle. Außerdem haben Zwillingse Eltern Galgenhumor, brauchen wenig Schlaf und können im wahrsten Sinne des Wortes zwei Dinge gleichzeitig machen. Mafia-Wissen gibt's übrigens kostenlos dazu. **Christina Tropper**

Zwillingsschwangerschaften sind risikoreicher

Durch künstliche Befruchtung entstehen häufiger Zwillinge. Doch der Trend ist rückläufig.

Das Fruchtbarkeitsbehandlungen mit mehr Zwillingsschwangerschaften einhergehen, lässt sich nicht bestreiten. Bei In-vitro-Fertilisation (IVF) sei die Rate von Zwillingsschwangerschaften sechs Mal höher als bei herkömmlichen Schwangerschaften, sagt Gynäkologin Monika Wölfler, Fruchtbarkeitsspezialistin an der LKH-Uniklinik Graz. Die Möglichkeiten der Fortpflanzungsmedizin sind auch dafür verantwortlich, dass die Rate an Mehrlingsgeburten

DREI FRAGEN AN ...



Sonja Stifter betreut die Facebook-Gruppe „Zwillingmütter in Österreich“

1. Wie kam es dazu, dass Sie die Gruppe gegründet haben?

SONJA STIFTER: Gegründet habe ich die Gruppe, weil ich den Austausch verbessern wollte. Außerdem ging es mir darum, dass sich Mütter der Region auch besser vernetzen können. Mittlerweile haben wir