

Zwei Betten können Ehen retten

Lebenspartner und ihre Schlafgewohnheiten

VON BARBARA LUKESCH

Das gemeinsame nächtliche Lager gilt vielen Ehepaaren als Symbol für unverbrüchliche Gemeinsamkeit. Und wer sich allein in ein Zimmer bettet, bricht auch in unserer modernen Zeit noch immer ein Tabu.

Wenn die Zürcher Paartherapeutin Rosemarie Welter-Enderlin ihre Klienten nach deren Schlafgewohnheiten und der Art und Grösse ihres Bettes fragt, stösst sie in aller Regel auf peinliche Betroffenheit: «Das Thema Ehebett», konstatiert Welter-Enderlin, «ist genauso tabu wie die Themen Sexualität und Geld. Darüber redet man nicht.» Wer eine gemeinsame Wohnung beziehe, entscheide sich auch für ein gemeinsames Schlafzimmer. Aus zwei mach' eins, laute die in Stein gemeisselte Eheformel, die auch 1997 nichts von ihrer Gültigkeit eingebüsst habe.

Der Informatiker Daniel Bigger, 33 und seit zwölf Jahren mit Regina, einer 34-jährigen Hausfrau, liiert, bringt diese Haltung auf den Punkt: «Ich habe doch nicht geheiratet, um an zwei verschiedenen Lagerfeuern zu campieren.» Das Ehebett ist für viele Männer und Frauen der Inbegriff des partnerschaftlichen Glücks. Es symbolisiert – gemäss übereinstimmenden Aussagen verschiedener Sexualtherapeuten und Psychologen – «Harmonie, Verschmelzung und Gleichklang» und habe einen ähnlichen Stellenwert wie der Ehering.

Selbst eine kaputte Beziehung wird im Ehebett wieder gut

Die gemeinsame Bettstatt, so die Experten, stelle den Ort dar, an dem all das, was zu einer guten Beziehung gehöre, Platz finden müsse: Lust und Liebe, Sicherheit und Solidarität, Intimität und Geborgenheit. Das Ehebett gibt Kitt. Selbst in den zerrüttesten Beziehungen, so Paartherapeutin Welter-Enderlin, halte man oft noch jahrelang an der gemeinsamen Nachtruhe fest: «Andernfalls wäre das Scheitern der Partnerschaft besiegelt.»

Unter einer solchen Fülle von Erwartungen müssten eigentlich selbst schwerste Eichenholzmöbel zusammenbrechen. Einzelne Paare sinnen denn auch nach Alternativen. Daniel Bleichenbacher, 35, und Michèle Vandenhirts, 34, haben einen sanften Kompromiss gefunden, der sowohl ihre Bedürfnisse nach Nähe, aber auch jene nach Distanz befriedigt: Sie haben sich zwei Schlafzimmer mit je einem grossen Bett eingerichtet, übermachten aber trotzdem stets gemeinsam. Allein die Möglichkeit, bei Bedarf auseinander zu können, sagen die beiden, tue ihnen schon gut. Sie könnten sich auch vorstellen, dass sie eines Tages mehr Distanz voneinander wünschen und dann getrennt schlafen würden: «In zehn Jahren vielleicht», sagt Michèle Vandenhirts grinsend, «wenn es nötig ist, die Spannung zwischen uns wieder anzuheizen.» Den Spass an der Abwechslung gönnen sich der Informatiker und die Buchhalterin schon heute, indem sie je nach Lust und Laune mal im einen und dann wieder im anderen Bett logieren.

Nun hat ja das klassische Ehebett unzweifelhaft seine Vorzüge. Gerade Paare, die beruflich stark engagiert sind und sich nur selten sehen, dient der gemeinsame Schlafplatz als «letzter Ort der Begegnung». Die 28-jährige Anästhesieschwester Carmen Stofer und ihren 32-jährigen Ehemann Hans Schwarzenbach, der eine eigene Metzgerei betreibt, bewahrt die nächtliche Nähe vor dem «völligen Auseinanderleben». Leidenschaft und Begierde lassen sich auf der gemeinsamen Bettstatt mitunter spontaner entfachen, als wenn ein Partner zuerst das Zimmer wechseln muss.

Der Zürcher Psychoanalytiker und Schriftsteller Jürg Aklin gibt jedoch zu

Carmen Stofer und Hans Schwarzenbach: Leidenschaft lässt sich im gemeinsamen Bett spontaner entfachen
Foto: Lucia Degonda



Daniel Bleichenbacher und Michèle Vandenhirts: Gemeinsame Nächte in zwei Schlafzimmern
Foto: Walter Bieri

bedenken, dass das Doppelbett keine Garantie für eine befriedigende Sexualität liefere: «Sonst könnten ja die ehelichen Sexfrequenzen nicht dermassen abnehmen.» Mag die sexuell stimulierende Wirkung des Ehebetts auch beschränkt sein, so ist seine Schutz und Geborgenheit spendende Kraft unbestritten. Gerade in Zeiten von Krise und Verunsicherung, sagt Welter-Enderlin, sei das Bedürfnis, sich aneinander zu kuscheln, besonders gross. Es sei kein Zufall, dass wir zurzeit einen Romantik-Boom erleben und dass sich Himmelbetten mit schmiedeeisernen Gestellen so gut wie lange nicht mehr verkaufen. Die Möbelhersteller verzeichnen ganz generell einen Trend zur Aufwertung des Bettes und Schlafzimmers. Musste ein Ehebett früher für ein ganzes Leben halten, ist heute regerer Wechsel angesagt. Das Grand lit, einst den Erotikspezialisten aus Frankreich vorbehalten, gehört inzwischen schon beim Interio-Kunden zur Standardausrüstung. Wer sich ein paar Kaufkraftklassen höher ansiedelt, ordert bei Team by Wellis ein 180 mal 200 Zentimeter grosses Designer-Modell mit getrennten Matratzen, den Spitzenreiter der Kollektion.

Diejenigen, die sich der gesellschaftlichen Konvention zum Trotz für zwei Schlafzimmer und getrennte Betten entscheiden, müssen damit rechnen, dass ihre Umgebung die Beziehung, die sich ihr da so scheinbar kalt und herzlos präsentiert, als gescheitert betrachtet. Carmen Stofer gibt zu, dass sie sich «ohne ihre Gedanken» mache, wenn sie realisiere, dass ein Paar nicht im selben Bett übermache. Ob die Frau sich wohl ihren Mann vom Leib

halte, frage sie sich. Und wo denn angesichts so grosser Distanz die Liebe bleibe. Viele beteuern, dass sie es nicht aushalten würden, auch nur eine einzige Nacht ohne ihren «Kuschelbären» zu verbringen. TV-Moderator Frank Baumann spitzt es auf seine Art zu: «Ich schnappe über, wenn meine Frau nicht bei mir liegt.»

Wenn's in den Federn schnarcht und die Zähne knirschen

Dass die Frau des Zöllners, der alle sieben Tage Nachtschicht hat, sich jeweils enorm auf ihren nächtlichen Freiraum und das Alleinschlafen freut, würde sie ihrem Mann «niemals unter die Nase reiben». Carmen Stofer fände es schlimmer, wenn die Trennung der Betten zwischen ihr und ihrem Mann zum Thema würde: «Das hiesse doch, dass unsere Beziehung am Bröckeln wäre.» Akzeptierte Trennungsgründe sind einzig das nervtötende Schnarchen oder Zähneknirschen des anderen. Doch selbst dann greifen die Betroffenen noch jahrelang zu Ohropax, bevor sie es wagen, sich aus dem ehelichen Nachtlager zurückzuziehen.

Alte Ehepaare, weiss die psychologische Fachliteratur, nehmen ihren Partner schon lange nicht mehr als von sich getrennten Körper, sondern wie eine Erweiterung des eigenen Leibs wahr. Trotzdem wird beharrlich an der gemeinsamen Bettstatt festgehalten. «Der Trennungswunsch eines Partners», sagt Jürg Aklin, «wird sehr häufig als Bedrohung empfunden.» Statt einander deutlich zu machen, dass das Verlassen des gemeinsamen Ehebetts nicht gleichzusetzen sei mit dem Ende der Beziehung, harre man widerwillig aus und

empfinde dann eines Tages wirklich nur noch Hass und Feindseligkeit für den anderen. «Das einst lebendige Ritual des gemeinsamen Übernachtens», sagt Aklin, «verkommt zum tödlichen Mechanismus, der jede Liebe abwürgen kann.»

Angesichts solcher Gefahren plädieren Paarspezialisten unisono für das offene Gespräch über die ehelichen Schlafgewohnheiten. Es müsse möglich sein, sagt Welter-Enderlin, das Thema Bett vom Tabu zu befreien und die unterschiedlichen Bedürfnisse der Partner nach Nähe und Distanz zu artikulieren: «In der Of-

fenheit und Flexibilität», konstatiert die Expertin, «liegt der Schlüssel zum Erfolg.» Mehrheitlich sind es die Frauen, die das schwerbefrachtete Thema aufs Tapet bringen. Schliesslich ist ihnen der Kampf um eigenen Raum, privaten ebenso wie öffentlichen, schon seit langem ein Anliegen. Die englische Schriftstellerin Virginia Woolf machte dieses bereits zu Beginn dieses Jahrhunderts zum Thema ihres berühmten Romans «A Room of One's Own».

Torsten S., ein 44-jähriger Lehrer aus Bern, kennt dieses Phänomen. Als er mit seiner Freundin Carola K., einer 40-jährigen Physiotherapeutin, zusammenzog, seien auch sie, «in die Falle des klassischen Ehebetts» getappt. Nach drei Monaten sei Carola «Amok gelaufen» und habe ultimativ auf einen eigenen Schlafplatz gedrängt. Ihr sei es zu eng und symbiotisch geworden; sie habe das Gefühl für ihre eigenen Grenzen verloren. Er habe diesen Wunsch «relativ problemlos» akzeptieren können. Heute ist Torsten S. ein überzeugter Verfechter getrennter Betten: «Ich habe mein eigenes Königreich, mein Refugium, das meinen Stempel und meine Duftmarke trägt, und in dem ich machen kann, was ich will.» Das heisst nicht zuletzt auch onanieren. Zum anderen aber könnten sie auch gemeinsam in seinem oder in Carolas Bett übernachteten – nach Lust und Laune. «Mit dieser Lösung», sagt er, «fühlen wir uns sehr privilegiert.» Ab dem fünfzigsten Altersjahr gestehen sich, gemäss Statistiken der Möbelhersteller, auch Herr und Frau Schweizer vermehrt das getrennte Bett und Schlafzimmer zu: die einen resigniert nach langen Ehejahren, die anderen aber im Wissen um die höheren Chancen, gemeinsam glücklich und alt zu werden.

REKLAME

Holztreppe von dreieckig bis viereckig!

TREPPENMEISTER

Keller Treppenbau AG
3322 Schönbühl
Tel. 031 859 23 13

Bianchi AG
7302 Landquart
Tel. 081 322 29 18

Schreineri Beeler AG
6472 Ersifeld
Tel. 041 880 13 22

Hans Benzinger AG
9216 Haldswil
Tel. 071 642 30 42