

# Ich will VIEL SEX, aber ohne Liebe

*Von meinem neuen Partner kann ich kaum genug bekommen, ich will dauernd mit ihm schlafen und probiere alles Mögliche aus, was mir in meiner langen, sexuell eher eintönigen Ehe zuvor gefehlt hat. Nutze ich ihn aus? Denn ich weiß nicht, ob wir dauerhaft als Paar zusammenpassen. Meinen Ex-Mann habe ich vom Gefühl her mehr geliebt.*  
Ilka (58)

Für Sie da:  
**Dr. Beatrice  
Wagner**  
Sexual-  
Therapeutin



Die Paar- und Sexualtherapeutin mit Praxis in München beantwortet gern Ihre intimen Fragen. Schreiben Sie vertrauensvoll an: [laura@bauermedia.com](mailto:laura@bauermedia.com)

## Liebe Ilka,

ich freue mich, dass Sie gerade etwas entdecken, was Ihnen offenbar viel Freude bereitet, nämlich Erotik und Sexualität in Ihrer Beziehung. Es gibt bestimmt Schlimmeres für einen Mann als eine Freundin, die ihn sexuell begehrt und ihn anziehend findet. Aber das haben Sie sich bestimmt auch schon gedacht. Denn er scheint alles bereitwillig mitzumachen und Ihnen für all Ihre neuen Ideen zur Verfügung zu stehen. Vielleicht kommt auch er sexuell ausgehungert aus einer früheren Beziehung und hat nun das Gefühl, einen Volltreffer mit Ihnen gelandet zu haben. Und auch wenn es (noch) nicht die große Liebe ist, scheinen Sie ihn zu mögen, das ist sehr viel wert.

Ich versuche herauszufinden, worin Ihr Problem liegt. Offenbar vergleichen Sie Ihre heutige Beziehung mit Ihrer damaligen Ehe. Nun wünschen Sie sich bestimmt einen Partner, den Sie wieder so lieben können wie zuvor Ihren Ehemann und mit dem Sie zugleich so tollen Sex haben wie jetzt mit Ihrem Freund. Und wer weiß, vielleicht wartet

irgendwo auf dieser Welt diese ideale Kombination eines Mannes auf Sie. Und Sie haben jetzt schon ein schlechtes Gewissen, weil Sie meinen, „wenn mir dieser ideale Mann über den Weg läuft, werde ich meinen Freund verlassen.“ Eine natürlich nicht so gute Voraussetzung für eine Beziehung. Aber es fällt mir trotzdem schwer, Ihnen von Ihrem Freund abzuraten. Ich habe Sympathien für ihn, denn mit seiner Hilfe können Sie endlich ohne Angst und Scham sich selbst entdecken. Er scheint also nicht nur sexy, sondern auch vertrauenswürdig zu sein. Das sind keine schlechten Eigenschaften für einen Partner.

Es ist gar nicht so leicht, sich unbefangen zu trauen, einem anderen Menschen gegenüber seine intimen Wünsche zu äußern. In der Ehe konnten Sie das nicht. Jetzt aber schon, und dabei lernen Sie etwas für sich selbst. Nämlich, dass es auch im sonstigen Leben darum geht, für sich selbst einzustehen, seine Überzeugungen zu vertreten und trotzdem zu versuchen, mit anderen Menschen klarzukommen. Vielleicht brauchen Sie einfach noch Zeit, um die Trennung von

Ihrem Ex-Mann zu verarbeiten. Gerade wenn Sie beide offenbar ein gutes Team waren, das sich im Alltag ergänzt hat, ist es schwer, jemand anderen in diese Routinen hineinzulassen. Und das wäre auch gar nicht sinnvoll. Denn Ihr neuer Freund bringt seine eigenen Stärken und Schwächen mit. Während Sie diese entdecken, entwickeln Sie beide neue Routinen und Gewohnheiten. So werden Sie zu einem neuen Pärchen, das immer mehr zusammenwächst.

Es wird dauern, Sie sind nicht mehr so flexibel und anpassungsfähig wie früher. Aber das müssen Sie ja auch nicht, denn mit bald 60 werden Sie keine gemeinsame Familie mehr gründen. Genießen Sie, was Sie haben, machen Sie Ihrem Freund keine falschen Versprechungen und bleiben Sie offen für Neues. So wird sich im nächsten Jahr zeigen, ob Sie weiter zusammenwachsen oder ob es doch nur ein Strohfeuer war. Sie werden Ihr Glück finden.

Mit herzlichen Grüßen,  
Ihre Dr. Beatrice Wagner