



80 Zeichen enis  
autd a quis eum  
quaectu reperum  
fugitat essi se  
Evei se Evel

## POLYAMORIE IM TREND?

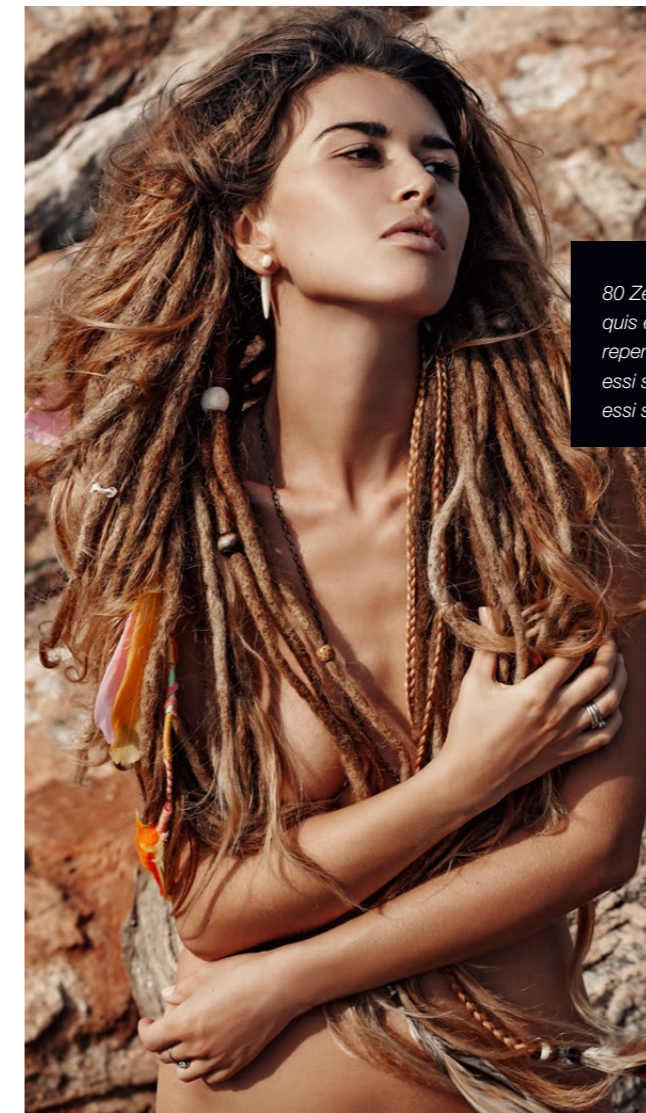
*Was ist aus der Freien Liebe geworden? Sind die Blumenkinder der 60er und 70er schlicht erwachsen und damit monogam geworden? Auf der Suche nach der „Love Generation“ des 21. Jahrhunderts.*

VON JETTE FRANTZ

**F**rüher war alles einfacher. Es gab „männlich“ und „weiblich“ und man war im Idealfall mit jemandem vom „anderen“ Geschlecht verheiratet, selbstverständlich ein Leben lang. Heute dagegen bietet Facebook seinen Usern Dutzende Geschlechtsidentitäten zur Auswahl und die Hälfte aller Ehen – die jetzt auch gleichgeschlechtliche Paare schließen können – wird geschieden. Während Gender Diversity und Regenbogenfamilien mittlerweile den meisten ein Begriff sind, gibt es ein Beziehungsmodell, unter dem sich viele zunächst nichts vorstellen können: Polyamorie.

### SCHEIN UND SEIN

Polyamorie – das sind doch die Mormonen mit den vielen Frauen, oder? Nein. Die Polygamie, also die Vielehe, ist nicht dasselbe wie die Polyamorie. Hierbei handelt es sich um einen Lifestyle oder auch ein philosophisches Konzept, das besagt, dass man gleichberechtigt in mehrere Personen gleichzeitig verliebt sein kann – und mehrere Beziehungen parallel führen kann, mit dem Mitwissen aller Beteiligten. „Mitwissen“ ist das Stichwort: Wenn Mark und Lisa eine Beziehung führen und Mark nebenher noch drei andere Frau-



80 Zeichen d a  
quis eum quaectu  
reperum fugitat  
essi se Evel id  
essi se Evel idad

# FREIE LIEBE

## IM 21. JAHRHUNDERT

en datet, von denen Lisa nichts weiß, dann ist das keine Polyamorie, sondern schlicht Betrug. Laut Paartherapeut Volker Schmidt ist diese Situation nie eine Seltenheit gewesen: „Es gab die Ehe. Und diese war oder ist ja nicht nur eine Güter-, sondern außerdem ganz selbstverständlich auch eine exklusive Sexualgemeinschaft – zumindest vermeintlich. In der Tat jedoch sind nicht wenige Ehen bei Lichte betrachtet schein-monogam: Zwar gibt es sexuelle Kontakte nach außen, nur wissen halt nicht alle Beteiligten gleichermaßen davon.“ Eine solche Ehe hat jedoch nichts mit Polyamorie zu tun:

Hier wissen alle Beteiligten um die Partner ihrer Partner, keine Beziehung wird geheim gehalten. Nicht immer kennen sich alle untereinander, aber wenn Mark vier Frauen datet, weiß zumindest jede von ihnen, dass es da noch drei andere gibt.

### DIE WILDEN SIEBZIGER

Polyamorie ist also ein Beziehungsgeflecht aus drei oder mehr Personen. Wer sich spontan an die wilden Siebziger, Hippies und die „Freie Liebe“ erinnert fühlt, der liegt gar nicht so falsch: Das Ziel der Blumenkinder war das Überwinden gesellschaftlicher Konventionen in Bezug auf Ehe und Partnerschaft. Es gab also schon damals Menschen, die sich in den allgemeingültigen Vorstellungen von „richtig“ und „falsch“ nicht wiederfanden und stattdessen eigene Wege gingen. In den Siebzigern war das revolutionär – den meisten ging es dabei jedoch wohl hauptsächlich um sexuelle Freiheit und Emanzipation. Polyamorie dagegen ist weniger auf viele Sexualkontakte ausgelegt und vielmehr auf langfristige Beziehungen. Oft beginnen solche „Polycules“ – eine Zusammensetzung

aus „polyamorous“ und „molecules“, mit der manche polyamor lebende Menschen ihr Beziehungsgeflecht bezeichnen – mit einer bestehenden Zweierbeziehung. Volker Schmidt berät und begleitet Paare, die überlegen oder dabei sind, ihre Beziehung zu öffnen, und betont den hohen Stellenwert ehrlicher Kommunikation zwischen den Partnern. Auch sollte Polyamorie nicht als Ausweg aus einer nicht funktionierenden Beziehung gesehen werden: „Ob eine

Beziehungsöffnung gutgehen wird oder nicht, sieht man schon an der Beziehung, die dabei ist, sich zu öffnen. Wer nicht imstande ist, eine gute Liebesbeziehung zu führen, der sollte besser nicht von sich glauben, er könnte mehrere nebeneinander führen.“

### PROBLEME DES ALLTAGS

Wie sieht der Alltag einer polyamor lebenden Person aus? In vielen Fällen gibt es eine sogenannte Primärbeziehung – der Partner, mit dem man Tisch, Bett, Kinder und Finanzen teilt. Weitere enge Beziehungen, in denen man vielleicht auch Kinder hat und ab und zu gemeinsam in den Urlaub fährt, sind Sekundärbeziehungen. Solche Hierarchien gibt es aber nicht in allen Polycules: Mark könnte zum Beispiel mit Lisa und Marie zusammenwohnen und keine der beiden wäre ihm wichtiger als die andere. Manche führen dagegen mehrere Beziehungen und wohnen mit keinem der Partner zusammen. In jedem Fall gibt es in polyamor Beziehungen ähnliche Probleme wie in monogamen: Wann haben wir Zeit für einander?

Wer erledigt den Abwasch und wer fährt die Kinder zur Schule? Und dann wären noch die spezifischen Probleme: Gelingt es, polyamore Beziehungen so zu gestalten, dass keiner der Beteiligten zu kurz kommt? Diese Frage stellt sich nicht zuletzt auch in der Hinsicht, wie es die (monogam lebende) Entertainerin Ina Müller in ihrem Beziehungs-Song „Mark“ beschreibt, wenn sie den Titelhelden mit Jens vergleicht und heimlich immer „in Mark umrechnet“: „Ganz egal, was der Jens mit mir tut – ich denk jedes Mal: Mit Mark war's doppelt so gut!“

#### KEINE FRAGE DES ALTERS

Trotz solcher Problemstellungen ist Polyamorie für nicht wenige Menschen bereits Alltag und hat mit der erfolgreichen Comedyserie „You Me Her“ auch schon bei Netflix Einzug gehalten. Volker Schmidt beobachtet Beziehungsöffnungen in allen Altersschichten: „Ich erlebe junge Paare, die ihre Beziehung öffnen oder gleich mit der Vorstellung hineingehen: ‚Nein, Monogamie möchte ich gar nicht‘, aber ich kenne auch Menschen in den Sechzigern, die feststellen, dass sie ihr ganzes Eheleben lang ihre Sexualität gar nicht

#### UNTERVÖGELT? // von Volker Schmidt

In seinem Sachbuch „Untervögelt – Macht zu wenig (guter!) Sex uns hässlich, krank und dumm?“ geht Volker Schmidt unter anderem der Frage nach, wie Partner in einer sexuellen Beziehung besser miteinander kommunizieren können. Der Therapeut und Mentor in Sachen Liebe, Partnerschaft und Sexualität erläutert in seinem Blog [www.liebe-auf-auge-hoehe.de](http://www.liebe-auf-auge-hoehe.de) zudem seine Ansichten zu Themen wie Treue, Trennung und Tabus im Schlafzimmer.



aus finanziellen Gründen eingegangen werden, da Frauen heute ihr eigenes Geld verdienen und unabhängig(er) sind. Viele Menschen verstehen sich nicht mehr als Teil einer Gesellschaft, sondern als Individuum. Ist also die Monogamie, die ursprünglich und in einigen Fällen bis heute finanzielle und soziale Co-Abhängigkeit bedeutet, überhaupt noch zeitgemäß oder ist die Polyamorie das Beziehungsmodell der Zukunft? Volker Schmidt beobachtet: „Wir erleben gerade einen kulturellen Wandel, der seinesgleichen sucht. Viele Dinge sind dabei, sich aufzulösen. Ich selbst kann keine fünf Jahre in die Zukunft gucken, keine Chance. Ich habe aber den Eindruck, dass es hier in Deutschland eine Tendenz gibt, die mir gut gefällt. Eine Bewegung hin zu mehr Bewusstheit, Ehrlichkeit, Aufrichtigkeit miteinander.“

wirklich ausgelebt haben, und die jetzt etwas ändern wollen. Dazwischen Zwanzigjährige, die engstirniger und verklemmter sind, als ihre Großeltern es je waren.“

#### DAS BEZIEHUNGS-MODELL DER ZUKUNFT?

Im Zeitalter der digitalen Vernetzung lässt es sich leichter und schneller kommunizieren. Beziehungen müssen nicht mehr

# PENTHOUSE

MAGAZIN FÜR DEN MANN



## KEINE AUSGABE MEHR VERPASSEN!

**JETZT**

**PENTHOUSE-  
ABO  
SICHERN!**

Jetzt Abo bestellen und 6 x im Jahr Penthouse für 45 Euro genießen!

Lieferung bequem und portofrei nach Hause!

Einfach eine Mail mit Betreff „Penthouse-Abo“ und vollständiger Adresse an [penthouse@borgmeier.de](mailto:penthouse@borgmeier.de) senden.

