

Der Heepmann

... was ich noch sagen wollte

Gewidmet den Studierenden und Alumni der Nordakademie

Inhaltsverzeichnis

1	Vorwort des Autors.....	- 4 -
2	Der Drahtseilakt (alt: Beuger und Strecker)	- 5 -
3	Das Mädchen vom Dorf Theorem	- 9 -
4	Kommentar einer B14erin vom Dorf (März 2015).....	- 17 -
5	Die „Heepmannschen Hauptsätze“	- 18 -
6	Beziehung und Ausland (Autor: NW)	- 25 -
7	Die Vorteile einer Nordakademie-internen Beziehung	- 31 -
8	Die am besten investierten 3 Euro deines Lebens	- 34 -
9	Frauen wollen es doch auch – Eine These.....	- 37 -
10	Schlusswort	- 39 -

1 Vorwort des Autors

Liebe Leserinnen und Leser,

ich freue mich sehr, dass Du dieses Werk in den Händen hältst oder am Bildschirm geöffnet hast. Ich möchte die Chance der ersten Wörter nutzen, um zu erläutern, warum das Werk überhaupt existiert.

Die Idee zu diesem Buch entwickelte sich während meines Studiums. Ich beobachte mit regem Interesse (fast so viel Interesse, wie ich der Elektrotechnik und Mechanik entgegenbrachte ;)), wie ich und meine Kommilitonen sowie Kommilitoninnen uns veränderten, gerade charakterlich. Auch die Beziehungen wurden nicht verschont vom Einfluss der Nordakademie und unserem Wandel. Ich erkannte irgendwann Parallelen zwischen einigen Phänomenen und entwickelte so das Theorem vom Mädchen vom Dorf. Zusammen mit Freunden an der Uni sprach ich viel über Beziehungen, Männer und Frauen.

Ich habe dieses Werk geschrieben, um meine Erfahrungen und Gedanken mit anderen zu teilen. Idealerweise machst du dir dann deine eigenen Gedanken zu den Dingen, vielleicht stimmen einige mit meinen überein, sicherlich nicht alle. Hoffentlich wird an der einen oder anderen Stelle der Texte geschmunzelt. Zwei der Kapitel wurden nicht von mir verfasst, sondern von Gastautoren/innen.

Ganz wichtig: Keine der Texte sind ohne Grundlage einfach so ausgedacht, aber auch keine der Texte gelten für uns alle, im Gegenteil. Oft sind es Betrachtungen, die nur unter ganz bestimmten Voraussetzungen Gültigkeit besitzen. Sie sind nicht übertragbar auf alle Paare oder Singles dieser Welt und auch nicht auf alle, die dies hier lesen. Ich bitte da um Verständnis und das im Hinterkopf zu haben. Wenn ich etwas negativ und gefährlich darstelle, was bei Dir schon lange klappt, dann lass dich da nicht beirren, sei stolzer als bisher darauf!

Achja, ich habe mich immer bemüht, geschlechtsneutral zu formulieren, wenn ich beide Geschlechter meinte. Wenn ich das ein, zwei Male vergessen habe und beim Korrigieren übersehen habe, bitte ich das zu entschuldigen, ich denke es ist beim Lesen klar, wie die jeweiligen Passagen gemeint sind. Auch eventuelle Rechtschreibfehler werde ich zur zweiten Auflage ausmerzen.

Ich wünsche viel Spaß beim Lesen.

Broder Heepmann (Elmshorn, am 17.03.2015)

2 Der Drahtseilakt (alt: Beuger und Strecker)

Der in diesem Kapitel behandelte Sachverhalt wurde von mir ursprünglich mit dem “Beuger-Strecker-Prinzip” titulierte. Ein guter Kumpel wies mich dann jedoch zu Recht darauf hin, dass es in einer bekannten Fernsehserie auch die Funktionen des Beugers und Streckers in einer Beziehung gibt.

In der Serie bezeichnet dies den durchaus oft eintretenden und möglichen Zustand, dass in einer Beziehung ein Partner sich zum anderen hinunter beugt und der andere sich zum Partner hinstreckt. Gemeint ist also eine Lücke oder hierarchische Stufe zwischen den Partnern, welche dazu führt, dass Probleme entstehen, beim Versuch, diese zu überbrücken. Hierbei handelt es sich um einen beobachteten IST-Zustand. Ein durchaus interessanter Aspekt, der im Weiteren Verlauf des Kapitels wieder aufgegriffen werden wird. Mein Vergleich beschreibt grundsätzlich das Funktionsprinzip einer Beziehung anhand von Beuger und Strecker.

Der von mir gemeinte Sachverhalt lässt sich durch Beuger und Strecker erklären, wenn man sie in ihrer Funktion als Muskeln des Oberarmes oder Oberschenkels betrachtet. Der Arm kann nur bewegt werden, wenn beide Muskeln funktionieren und sich durch ihre Kräfte ergänzen. In den Positionen komplett gestreckt und der entgegengesetzten Position, komplett angewinkelt, ist jeweils eine der Beteiligten Kräfte (=Muskeln) in Ruhe und die andere maximal beansprucht. In der mittleren Position, in der der Arm zu den kraftvollsten Bewegungen imstande ist, stehen beide Muskeln unter Spannung, haben jedoch noch Spielraum. Dies lässt sich auf eine Beziehung übertragen. Das Ganze funktioniert nur im Zusammenspiel beider Kräfte. Idealerweise befinden sich beide Kräfte aktiviert, jedoch in keinem maximal beanspruchten Zustand. Die Muskel Beuger und Strecker wären also jeweils ein Partner in einer Beziehung.

Um jedoch jegliche Parallelen und sich anbahnende Plagiatsvorwürfe zu entkräften, habe ich die Darstellung der oben im Ansatz erklärten Grundfunktionalität in einer Beziehung überarbeitet und dabei eine neue Meta-

pher gefunden, die noch genauer darstellt, worum es mir in diesem Zusammenhang geht. Ich nenne es "Den Drahtseilakt".

Im Grunde genommen ist diese Metapher nahezu selbsterklärend, was in meinen Augen stets ein Qualitätsmerkmal einer Metapher ist (Immer wenn ich selber in die Verlegenheit kam, eine Rede halten zu müssen, habe ich versucht, sie in Bildern und Metaphern zu formulieren. Das macht das zuhören angenehmer und regt die Fantasie der Zuhörer an, meine Metapher in ihrem Kopf mitzugestalten. Und wenn wir Menschen das Gefühl haben, wir können etwas mitbewirken oder gestalten, finden wir es Klasse.) Ergo: Genau wie fast immer im Leben, ist eine einfache Erklärung oder Darstellung die Beste, frei nach dem KISS-Prinzip, Keep it safe and simple.

Der Drahtseilakt bedeutet, dass eine Beziehung wie ein Tanz auf einem gespannten Seil ist. Die Partner der Beziehung sind hier jedoch nicht die Tänzer auf dem Seil, sondern die beiden Kräfte, die das Seil auf Spannung halten und so das Gelingen der Beziehung ermöglichen. Um nicht von so einem Seil zu fallen, ist es wichtig, dass (ähnlich wie beim Beuger und Strecker im Arm) beide Seiten, beide Kräfte gemeinsam wirken. Und sie müssen zwar in unterschiedliche Richtungen wirken, sind jedoch miteinander verbunden. Die elementaren Bestandteile und Einflüsse einer Beziehung lassen sich hieran gut erläutern.

Es geht nur miteinander, wenn einer keine Lust mehr hat, keine Motivation oder aus welchen Gründen auch immer nicht mehr mitmacht, kann das Ganze nicht gelingen, man braucht zwei Kräfte, die wirken, um das Seil auf Spannung zu halten. Klar, ohne eine andere Kraft am Seil, könnte die eine verbleibende Person machen, was sie möchte, hingehen, wohin sie möchte. und wäre frei. Jedoch kann man den Drahtseilakt Beziehung nicht mehr fortführen. Wenn nun einer der beiden Akteure sein Ende des Seile in die passende Richtung zieht, der andere jedoch die Spannung nicht hält, sondern hinter dem/der anderen herläuft (hier die Verbindung zum Mädchen vom Dorf Theorem), kann das eine Zeitlang funktionieren, jedoch wird die Spannung irgendwann nicht mehr aufrecht erhalten. Ebenso kann es aber auch passieren, dass wenn eine der beiden Seiten viel zu stark zieht, die andere Seite umkippt oder das Seil sogar reißen kann. Die

Metapher sollte simpel genug sein, dass sich jeder denken kann, was in so einem Fall mit der Beziehung höchstwahrscheinlich passiert.

Auch der Aspekt, den das Beuger-Strecker Prinzip aus der Fernsehserie anspricht, kann durch den Drahtseilakt erklärt werden. Wenn einer der Beiden sich zum anderen hin beugt und der andere sich strecken muss, läuft es nicht. Man stelle sich vor, ein Höhenunterschied der Punkte, an denen die Seile enden ist zu groß. auch dann ist es nicht möglich, den Drahtseilakt zu vollführen. Gründe, warum ein Höhenunterschied und dadurch ein schiefes Seil (=Schieflage der Beziehung) entstehen kann, gibt es viele. Es können die intellektuellen Voraussetzungen der Partner sein. Es kann auch Selbstwertgefühl oder Reife sein, die stark unterschiedlich ausgeprägt ist. Warum zum Beispiel können viele junge Frauen mit gleichaltrigen wenig anfangen, wollen einen Freund, der ein paar Jahre älter ist? Genau deshalb. Die Mädels entwickeln ihre Persönlichkeit nun mal schneller, sind oft reifer für ihr Alter als gleichaltrige Jungs. Eine Beziehung könnte also von Beginn an mit einer solchen Schieflage starten.

Was natürlich immer in einer Beziehung passieren kann und Auswirkungen auf den Erfolg bzw. den Fortbestand einer Beziehung haben kann, sind äußere Einflüsse. Sei es ein Umzug, ein neuer Job, Stress im Job oder das „Angeflirtet-werden“ eines der beiden Partner - es kann einen hohen Einfluss haben. Um in der Metapher zu bleiben könnte man von einer Erschütterung des Seils sprechen, man könnte von Regen und Windböen sprechen, die den Drahtseilakt in Gefahr bringen. Wie in der Realität, kann man so etwas oft nicht vorhersehen, jedoch darauf reagieren. Hierzu ist es wichtig, ehrlich und offen zu kommunizieren. Sollte man merken, dass auf der eigenen Seite des Seils irgendetwas nicht läuft, wie es soll, ist der schlechteste Weg, das für sich zu behalten oder zu versuchen, das alleine zu regeln. Gemeinsam hat man nun mal die größten Chancen, solchen Einflüssen zu trotzen.

So ein Seil muss natürlich gepflegt werden. Sollte es zu lange unbewegt oder grenzwertig stark gespannt sein, können Schäden die Folge sein. Hier kann der Vergleich zu einem Ermüdungsbruch gezogen werden. Als eine Art Wartung oder auch präventive Instandhaltungsmaßnahme könn-

ten Gespräche gesehen werden, die um die Beziehung gehen. Wenn diese Gespräche regelmäßig erfolgen sind sie meist auch angenehm kurz. Ganz simpel und ehrlich sowas wie “Schatz wie findest du läuft das mit uns (gegebenenfalls sowas wie “Von mir aus ist alles klasse, ich wollte nur sichergehen, dass du ähnlich denkst:”) hinterherschieben, damit sie oder er nicht denkt, es wird ein ernstes Gespräch eingeleitet)?”

Die Lehren, die man aus der Darstellung ziehen kann und sollte, sind anhand der Metapher folgendermaßen zu beschreiben. Man sollte eine gewisse Spannung (positive!) in einer Beziehung halten. Das bedeutet, dem anderen Teil des Paares Freiraum zu lassen, also die Chance, in die eigene Richtung etwas zu ziehen. Genauso muss man aber auch eine eigene Richtung im Blick haben und dem Partner/der Partnerin nicht ohne Ende hinterherlaufen, dann ist die Spannung raus, das Seil erschlafft und Ende. Hier ist wie so oft im Leben Fingerspitzengefühl nötig, denn wenn zu stark gezogen wird, dann kann das Seil reißen, oder aber einer der beidem Seiten wird umgerissen. Hier lässt sich durchaus sehen, dass so ein Seil am Anfang einer Beziehung nicht so stabil ist, wie es nach Jahren wird. Ein Seil wird in der Regel mit der Zeit dicker, fester und stabiler. Jedoch kann es sein, dass es nach vielen Jahren ohne Bewegung porös wird und an Stabilität verliert, man kennt das unter Routine. Wenn sich Routine entwickelt, passiert es oft, dass auch die Spannung nachlässt.

Das Kapitel soll nicht den Eindruck vermitteln, dass man in einer Beziehung unbedingt die Richtung angeben muss, unbedingt stark ziehen soll oder Spannung aufbauen. Dem ist nicht so. Es kommt auf die Dosierung an. Man sollte in jedem Fall die Richtungen, in die man sich bewegt abstimmen, aneinander anpassen, auch das ist bei einem Drahtseilakt nötig. Und in so ein Seil, kann man sich auch mal ohne Kraft hängen und wird durch das Eigengewicht und die wirkende Kraft der anderen Seite getragen. Das symbolisiert das Vertrauen, das so wirken kann und aufgebaut wird.

3 Das Mädchen vom Dorf Theorem

In diesem Kapitel wird auf ein Phänomen eingegangen, welches mir zuerst zu Beginn meiner Studienzeit an der Nordakademie begegnete. Im weiteren Verlauf dieses Studiums kam ich immer wieder mit diesem Phänomen in Berührung. Nachdem ich meine Beobachtungen und Bewertungen zu diesem Phänomen immer wieder mündlich mit Kommilitonen teilte, beschloss ich, meine Erkenntnisse und Beobachtungen in Schriftform zu konservieren und so für die späteren Jahrgänge zu erhalten. Das Theorem vom Mädchen vom Dorf ist quasi der Hauptgrund und Aufhänger dieses Werkes. Darum wird dem Phänomen hier ein Kapitel gewidmet.

Grundsatz der Theorie, die in diesem Kapitel aufgestellt wird, um das Phänomen zu beschreiben ist die Zusammensetzung der weiblichen Studierenden an der Nordakademie. Generell lässt sich sagen, dass es sich dabei zu einem erheblichen Anteil um junge Frauen (Ohne Diskriminierungsabsicht im Folgenden „Mädchen“ genannt) aus norddeutschen Dörfern handelt. Ich spreche hier von Dörfern wie Heiligenhafen, Krempereide, Lüneburg oder Bremen. Der Anteil der Mädchen vom Dorf wird durch Mädchen aus Großstädten und „sonstige“ ergänzt. Bei den Mädchen vom Dorf handelt es sich meist um die oberen ~10% eines Dorfes.

Wie ist das gemeint? Nun, die Leute an der Nordakademie haben als Charaktereigenschaft oft ein hohes Selbstvertrauen, sie sind ehrgeizig und kommunikativ. Besonders ausgeprägt ist dies in den Studiengängen Betriebswirtschaftslehre sowie Wirtschaftsingenieurwesen. Da in diesen beiden Studiengängen geschätzte 90% der Mädchen an der Nordakademie anzutreffen sind, ist es zulässig, ihnen diese Charaktereigenschaften zuzuordnen. Solche Mädchen sind oft in der oberen Region der Hackordnung einer Dorfjugend einzuordnen. Und wen wählen solche Leute als Lebensabschnittsgefährten? Richtig, einen Jungen/jungen Mann aus den oberen 10%. Zugespitzt würde das bedeuten der Coolste aus dem Dorf, quasi der Quarterback und die Kapitänin des Cheerleading-Teams. Dieser männliche Coolste ist aber oft nicht der Typ, der dann an die Nordakade-

mie geht. Er war auch eher der Typ, der irgendwas Cooles am Nachmittag gemacht hat statt seine Hausaufgaben zu erledigen, wohingegen sie als Mädchen ohnehin fleißiger ist, als ihre männlichen Pendants in der Schule. Hinzu kommt der Effekt eines Ehrgeizes, da sie früh weiß, was sie will.

Diese Mädchen aus den oberen 10 % bevölkern also die Nordakademie. Dort treffen sie dann auf die oberen 10 % der anderen Dörfer. Natürlich kommen auch Männer aus diesen 10 % an die Nordakademie. Diese haben ihre Freundinnen oft auch aus den oberen 10 % des Dorfes, aber auch hier gilt, dass diese selten an die Nordakademie gehen. Tatsächlich habe ich in den 6 Kohorten, die ich an der Nordakademie erlebt habe noch nie von einem Pärchen gehört, welches gemeinsam an die Nordakademie kam. Komplettiert wird das Ganze durch Großstädter, die per se denken, sie seien die Größten und dementsprechend auftreten.

Also Zusammengefasst haben wir folgende Situation: Ein Haufen ehrgeiziger und selbstbewusster Mädchen und Jungs aus Dörfern, die in diesen Dörfern zuhause ihre Lebensabschnittsgefährten haben. Dazu dann die Großstädter, in der Regel aus Hamburg. Schließlich noch die Studierenden der älteren Semester, deren Coolnessfaktor ja allein durch den Wissensvorsprung und größeren Erfahrungsschatz sowie das Alter in die Höhe geschraubt wird.

Was passiert dann? Zu Beginn eines Studiums finden traditionell viele Partys und Events statt. Es wird gefeiert, getrunken, sich kennengelernt. Das betrachtete Mädchen vom Dorf möchte diese Gelegenheiten natürlich nutzen, wie es jeder tun würde, da es sich schließlich um die Leute handelt, mit denen sie die nächsten 3,5 Jahre gemeinsam studieren wird. Studieren heißt in diesem Zusammenhang jedoch nicht nur gemeinsam lernen und in Vorlesungen sitzen. Gemeinsam studieren bedeutet zu diesem Zeitpunkt das gemeinsame Bewältigen der bisher größten Aufgabe im Leben. Dementsprechend verständlich ist auch eine rege Teilnahme an solchen Veranstaltungen und ein Fokussieren auf die Geschehnisse an der Uni. Natürlich handelt es sich hierbei auch um andere Gelegenheiten, neu kennengelernte Leute noch besser kennenzulernen, seien es Kocha-

bende in WGs und Wohnheimen oder Kinobesuche und gemeinschaftliches Sporttreiben.

Dieses Fokussieren bekommt natürlich der zuhause im Dorf verbliebene Teil des Pärchens auch mit. Der junge Mann ist in der Regel nicht begeistert, dass die Angebetete so viel Zeit für die Leute von der Uni hat und er gezwungenermaßen etwas auf der Strecke bleibt. Er kriegt auch mit, wer da so alles rumläuft und sieht, dass das schon alles „coole“ Leute sind und alle sehr von sich überzeugt. Er kriegt das allerdings eher indirekt mit durch Erzählungen, Besuchen auf Facebook-Profilen etc. Die Leute da lernt er selten persönlich kennen. Außerdem wird durch das Mädchen, welches an der Nordakademie oftmals ein Bild der Nordakademie vermittelt, welches die Nordakademie als eine sehr anspruchsvolle Hochschule darstellt (was auch durchaus zutrifft). Klar, niemand würde sagen, dass das was man tut leicht ist, denn wenn ich sage, das was ich tue ist schwer, bekomme ich ja automatisch mehr Anerkennung dafür (dieses Phänomen wird in einem anderen Kapitel ausführlich behandelt).

(Ich habe im Laufe meines Studiums quasi keinen der Lebensabschnittsgefährten aus den Dörfern kennengelernt. Meistens fahren die Mädels nach Hause, um sich zu treffen. Ob der einzige Grund die Tatsache ist, dass man bei dieser Gelegenheit auch gleich Familie und andere Freunde treffen kann, ist eine interessante Frage, soll hier jedoch nicht Gegenstand genauerer Betrachtung werden.)

Die Reaktion des Jungen im Dorf, oder wo auch immer er mittlerweile lebt, unter der Annahme, dass es ein Ort ist, der weniger besonders ist, als der Ort, an dem seine Freundin, das Mädchen vom Dorf, das wir hier betrachten, weilt, ist in nahezu allen Fällen, mit denen ich in Kontakt gekommen bin, die falsche. Üblicherweise will der Freund mehr Kontakt, mehr Einfluss, mehr Zeit. Man kann es durchaus Klammern nennen. An diesem Moment wird die Beziehung in Gefahr geraten. Es wird passieren, dass sie vor die Wahl gestellt wird, neue Bekannte an der Uni versus Freund von zuhause.

Szenario A: Es entstehen Szenen, in denen das Mädchen vom Dorf sich durch ihren Freund ausgebremsst fühlt, da sie beispielsweise nicht an irgendwelchen Aktivitäten teilnehmen kann, weil der Freund schon wieder skypen will.

Hierzu ist zu sagen: Wenn eine Frau sich in ihrer Möglichkeit, sich zu entfalten, aufzublühen und sich selber zu verwirklichen, gehemmt sieht, ist das immer erstmal nicht gut. Sollte dieser Eindruck auf Dauer bestehen, hat dies meist negative Auswirkungen auf eine Beziehung. Inwiefern sich eine Frau selber verwirklichen möchte, kann Mann nie wissen. Einigen Frauen reicht es völlig, sich beim Shoppen auszuleben und ansonsten in einer Beziehung eher weniger die Geschicke zu lenken. Andere Frauen gehen total darin auf, den Partner zu umsorgen, werden so teilweise ausgenutzt, ohne es zu merken, bzw. bis zu einem gewissen Grad stört es sie nicht einmal. Bei dem hier betrachteten Mädchen handelt es sich in den allermeisten Fällen um Frauen, die ihre Form der Verwirklichung nicht darin sehen, ihren Freund hinterherzurennen oder Ähnliches. Eine ausgesprochen sympathische Einstellung, die in diesem Fall jedoch dazu führt, dass ein klammernder Freund zuhause der angesprochenen Form der Selbstverwirklichung im Weg steht. Aus dem netten Freund zuhause der ein tolles Back-up war, ein Rückhalt und eine Stütze, ist nun ein Betonklotz am Bein geworden, und das gerade beim Sprung ins neue Wasser des Studiums. Dass das nicht gutgehen kann, liegt auf der Hand. Sollte dieser Klotz also nicht schnell leichter werden wird sie sich von ihm lösen, gerade wenn das bekannte Ufer weiter in die Ferne rückt und die Wellen höher werden.

Szenario B: Es entsteht Unmut beim Freund, weil die Entscheidung zu Ungunsten von ihm gefallen ist. Diese Unruhen belasten die eh schon durch die Entfernung belastete Beziehung noch weiter.

Hierzu eine kleine Anekdote, ich war in meinem ersten Semester gut befreundet mit einem Mädchen von einem Dorf. Wir haben zusammen im Wohnheim gewohnt und man verbrachte automatisch viel Zeit miteinander. Wir kamen uns einige Zeit später auf eine ganz spezielle Art und Weise irgendwie näher, aber es ist nie wirklich etwas passiert. Folgende

Szene, die sich ereignete, in der Phase des besser Kennenlernens, ohne weitere Intention, passt jedoch zu dem obigen Gedanken: Wir haben einen Film geguckt, Rendez-vous mit Joe Black, ein Frauenfilm, dem Mann aber durchaus eine Chance geben sollte, wie ich finde (Und ich sage das als jemand, dem schon gesagt wurde, er sei „umgeben von einer Wolke Testosteron“). Auf jeden Fall schauten wir diesen Film und ihr Freund rief an. Es gab dann ein längeres Gespräch, das die Stimmung nicht gerade verbesserte. Von genau solchen Szenen spreche ich hier. Auch ein Klassiker ist, das Mädchen sagt dem Freund gute Nacht, aber irgendwas ist halt immer los, also ist sie noch länger wach. Der Freund sieht das am nächsten Morgen beispielsweise bei WhatsApp und zickt sie an, warum sie denn noch um 2 Uhr nachts online gewesen sei, obwohl sie ihm doch um 0.00 schon gute Nacht gesagt hatte.

So oder so, Unruhe entsteht. Die Tatsache, dass man an der Nordakademie ab einem bestimmten Punkt wirklich wenig Zeit für solche Themen hat, da es an die Klausuren geht, kommt genauso verschärfend hinzu wie die Tatsache der Entfernung. Man kann Dinge nicht mehr im Bett klären, oder die Klärung „nachbereiten“. Hinzu kommt entweder eine Verstärkung des Effektes, der in Variante A beschrieben wird, oder ein Auftreten dieses Effektes als Folge der Variante B.

Ein weiterer Aspekt muss hierbei beachtet werden. Das Verschieben der Spannungsverhältnisse in einer Beziehung. Es ist durchaus positiv, eine Spannung in einer Beziehung zu haben, so wird es nicht langweilig. Eine Kommilitonen hat es mal etwas überspitzt folgendermaßen formuliert: „Wenn die Möglichkeit, dass mein Freund mich betrügt gar nicht existiert, weil er mir so hinterherläuft, wo ist dann der Reiz?“ (Diese grundsätzliche Thematik in einer Beziehung wird in dem Kapitel zum Beuger-Strecker-Prinzip beziehungsweise Drahtseilakt erläutert). Durch die Entwicklung, wie sie in Szenario A und B beschrieben wurde, mehr noch in Szenario A, passiert als Nebeneffekt genau das. Das Mädchen fühlt sich nicht nur gehemmt durch ihren Freund, die Spannung hat sich so verschoben, dass er nichts Besonderes mehr darstellt, da die Möglichkeit, ihn nicht zu haben, aus dem Kopf und Hinterkopf des Mädchens verschwunden ist. Ob sie an

diesem Zeitpunkt eventuell tatsächlich nicht mehr existent ist, ist vom Einzelfall abhängig.

Wir haben es mittlerweile, sollte der Prozess soweit fortgeschritten sein, mit einer sehr verzwickten Situation zu tun. Irgendwo hier, kaum genau zu definieren, befindet sich der „Point of no return“. Wenn dieser Punkt überschritten wird, der Stress in der Beziehung zu hoch ist, ist es nur noch eine Frage der Zeit, bis die Beziehung beendet wird. Oftmals durch das Mädchen, im Verlaufe eines Streits gegebenenfalls auch durch den Jungen. Dies passiert oft auch direkt nach dem ersten Semester, wenn bei der Rückkehr aus dem Semester eine Art Kulturschock einsetzt.

Das ist der beispielhafte Ablauf des Theorems vom Mädchen vom Dorf. Sie zieht aus, um die Welt zu erobern, das braucht allerdings Zeit und die muss er nun mal abschreiben, so entsteht Stress, sie fühlt sich gehemmt, Stress wird mehr, der „Point of no return“ und dann ist Ende. Diese Entwicklung ist natürlich in den meisten Fällen unschön. Nicht immer trifft zu, was ja gerne gesagt wird, „Die Beziehung war anscheinend nicht stark genug, hätte eh früher oder später ihr Ende gefunden“. Es gibt Wege und Methoden, die helfen können, solche auf Reaktionen beruhenden Eskalationen zu vermeiden. So kann durch einige Vorkehrungen sogar erreicht werden, dass die Beziehung wächst und eine feste Basis durch die getrennte Zeit aufbaut.

Hier sind zwei Themen ganz wichtig. Offenheit und Lockerheit. Das sind zwei klassische Themen, bei denen es leichter fällt, es zu sagen, als es auch zu tun. Offenheit ist sogar noch etwas wichtiger. Schon bevor die Nordakademie-Zeit losgeht, das erste Semester, sollte offen darüber gesprochen werden, was an Schwierigkeiten auf die Beziehung zukommen werden. Die meisten Schwierigkeiten habe ich in diesem Kapitel vorgestellt. Durch das reine Beschäftigen mit den möglichen Entwicklungen, werden diese nicht so unerwartet eintreten und mehr Verständnis ist vorhanden. Bei zwei gleich schlimmen Ereignissen empfindet der Mensch ja schließlich auch immer das Überraschende, Unvorhergesehene schlimmer, als das sich Anbahnende. Und diese Offenheit sollte man versuchen, beizubehalten. Wenn die Entwicklungen so laufen, dass auf einer Seite

Unzufriedenheit oder Bedenken entstehen, sollte dies sofort offen besprochen werden, damit solche Themen nicht verschleppt oder in sich hineingefressen werden. So können die Chancen maximiert werden, dass man die Dinge aus der Welt schafft, oder sein Verhalten etwas anpasst (Hier muss jedoch immer ein Geben und Nehmen stattfinden, es kann nicht sein, dass der eine Teil der Beziehung dem anderen alles recht macht, vergleiche auch das Kapitel zum Drahtseilakt). Offenheit im Gespräch ist oft wertvoller als das Ausräumen von Streitigkeiten im Bett, denn das hilft irgendwann nicht mehr.

Ansonsten wie schon angedeutet als konkrete Maßnahme Lockerheit. Hier wende ich mich explizit an die zuhause im Dorf verbliebenen Partner. Jungs, lasst den Mädels ihren Freiraum. Ohne Vertrauen, dass sie nicht sofort auf der ersten Party mit einem anderen Typen anbändelt wird es eh nicht funktionieren. Wenn eure Freundin ein bisschen was auf dem Kasten hat, könnte sie euch locker betrügen, wenn sie wollte und es wahrscheinlich auch eine Zeit lang geheim halten. Also bildet euch nicht ein, ihr könntet das durch „aufpassen“ etc. verhindern. Seid präsent, aber im Hintergrund. Ihr müsst ihr das Gefühl geben, dass ihr der perfekte, sichere Rückhalt zuhause seid. Sagt ihr, dass ihr es klasse findet, was sie macht. Sie wird früher oder später einen Rückhalt brauchen. An der Nordakademie hat jeder Mal eine Phase in der er/sie an die Grenzen stößt, Zweifel bekommt etc. Das gehört zu dem Prozess dazu. Dann kommt eure Stunde. Das ist auch der Punkt, durch den eine Beziehung wachsen kann. Man meistert gemeinsam diese Zeit, ihr Jungs habt bewiesen, dass auf euch Verlass ist.

Damit ihr diesen Punkt aber erreicht, dürft ihr auch nicht zu sehr den perfekten, zuhause wartenden Typen geben. Der ist nämlich langweilig. Und dann klappt der beschriebene Drahtseilakt nicht mehr. Lockerheit heißt: Gebt ihr Freiraum, dass sie sich entfalten kann und euch als Rückhalt wahrnimmt, aber ich müsst auch eure eigene Entwicklung haben. Lasst das auch hin und wieder einfließen. Lasst sie von ihren Erlebnissen erzählen, dann berichtet auch von euren. Habt auch mal keine Zeit zum Skypen, weil ihr mit anderen Leuten etwas unternimmt. Ihr müsst nicht immer

verfügbar sein. Auch hier gilt wie zuvor erläutert, was immer da und verfügbar ist, verliert leicht an wahrgenommenen Wert. Eine neue Sportart, sonstige Unternehmungen mit Freunden, auch mal mit welchen, die sie nicht so kennt, machen euch interessant, zeigen, dass ihr euch auch bewegt und halten das Seil auf Spannung. Durch die Offenheit und den ständigen Dialog bewahrt ihr es vorm Zerreißen.

Diese Themen möchte ich euch an die Hand geben. Euch beiden. Es ist nicht so, dass ich mir das alles ausgedacht habe. Meine Freundin, mit der ich mittlerweile seit gut zwei Jahren zusammen bin, und ich hatten eine 5 Monatige Zeit hinter uns, in der sie im Ausland studiert hat. Wir haben uns nur einmal gesehen in dieser Zeit. Es war die klassische Situation. Sie an dem neuen, coolen Ort, mit lauter internationalen Leuten, gute Stimmung, alle aufgeregte, eine klasse Zeit vor den Augen. Und ich saß hier in Elms-horn. Es hätte der ideale Verlauf werden können. Aber wir haben einmal die Grundregel aller Grundregeln festgelegt, Ehrlichkeit und Offenheit. Wen etwas stört, der soll es gefälligst auch sagen. Dann kriegt man das schon hin. Und ich habe ganz bewusst nicht jeden Tag skypen wollen etc. wie oben beschrieben (Netter Nebeneffekt, man hat sich auch mehr zu erzählen. Wenn man heutzutage den ganzen Tag parallel bei WhatsApp schreibt und dann jeden Abend telefoniert kann man schnell man ohne Themen dastehen).

Ich habe dieses Theorem also nicht aus meinen Fingern gezogen. Ich habe es als passiver Beobachter erlebt, mehrfach und wie gesagt eine potentielle Entwicklung mit den angeratenen Methoden verhindert. Das hier beschriebene, muss euch nicht passieren, vielleicht auch niemandem, den ihr kennt. Es ist denke ich eine grundsätzliche Sache, wenn man an einem neuen Ort ist, einen neuen Lebensabschnitt beginnt. In welchem Maß das Theorem zum Beispiel auf klassische Studiengänge an Universitäten übertragbar ist, müsste noch untersucht werden. Einige hier vorgestellten nordakademie-typischen Faktoren sind Teil des Theorems. Es schadet aber grundsätzlich nie, sich das mal durchgelesen zu haben, insbesondere, wenn man als nicht-Single ein Studium an der Nordakademie beginnt.

4 Kommentar einer B14erin vom Dorf (März 2015)

Direkt nach dem Abitur fing ich das duale Studium an und zog ins Wohnheim. Viele neue Leute und vor allem viel mehr Jungs, als ich es gewohnt war im Sprachlichen Profil. Schnell hat man gemerkt, dass die Dichte von Charaktertypen hier außergewöhnlich hoch ist. So etwas kannte ich nicht aus meinem vorherigen Lebensabschnitt.

In seinem Dorf oder an seiner Schule kannte man gegen Ende der Schulzeit beinahe jeden und es waren nicht viele dabei, die man in Betracht gezogen hat. Dennoch findet sich meist jemand, der in diesem Lebensabschnitt zu einem passt.

Bei mir war es ein Junge aus dem Jahrgang über mir und er hatte Semesterferien, als ich die erste Praxisphase begann. Ich war also sehr beschäftigt, in der neuen Firma und im Wohnheim die Leute und neuen Gegebenheiten kennenzulernen. Für mich war es anstrengend und doch sehr interessant. An den Wochenenden bin ich nach Hause gefahren, weil mein Freund nun in der Nähe war und sonst weiter weg studierte. Nach einigen Wochenenden war es immer spürbarer, dass ich viel Spannendes zu erzählen hatte und bei ihm grade nicht viel passierte. Erzählte ich nun etwas mehr über das Wohnheim oder Mit-Azubis, reagierte er irgendwann mit verächtlichen Kommentaren. Ebenso wollte er sich nicht ein wenig mehr für meine Themen interessieren, sondern ich sollte mich für seine begeistern. Ich fühlte mich zu stark vereinnahmt und dachte langsam mit Beklemmungen ans Wochenende. Hinzu kam, dass ich nach den Semesterferien meine Wochenenden noch stärker zwischen ihm, meiner Familie und eigener Zeit hätte aufteilen müssen. Dazu war ich unter diesen Bedingungen nicht mehr bereit. Er war uninteressant und ich fühlte mich nicht ernst genommen von ihm, also beendete ich es.

Wäre ich in meinem „Dorf“ geblieben, hätte ich vielleicht versucht, dem Ganzen noch eine Chance zu geben. Doch nun wollte ich neue Leute kennenlernen und schauen, was es noch für Menschen gibt, ohne Rücksicht auf jemanden zu Hause nehmen zu müssen. Da hat sich Broders Theorem wohl bestätigt.

5 Die „Heepmannschen Hauptsätze“

Dass dieses Kapitel die Überschrift „Heepmannschen Hauptsätze“ trägt, liegt nicht in einer maßlosen Überschätzung meiner selbst. Viel mehr hat es sich einfach so ergeben, dass sie so genannt werden, als ich sie zusammen mit Kommilitonen im Gespräch formulierte. Außerdem ist mir nie ein besserer Begriff dafür eingefallen.

Die Hauptsätze sind in der Regel Weisheiten oder Thesen, Meinungen, Erfahrungen, wie man es auch bezeichnen möchte. Festgestellt habe ich sie während meines Studiums. Dort habe ich aus verschiedenen Graden der Entfernung, wie Beziehungen abliefen und leider auch oft auseinanderliefen. Auch Freunde, mit denen ich Abitur gemacht hatte, berichteten mir bei Wiedersehen von ihren Problemen oder auch positiven Erlebnissen in Beziehungen. Wie so oft gilt, solange es läuft, fragt keiner nach, benötigt man auch in der Regel keine Hilfe. Ein Grund für das Eskalieren von Problemen aller Art ist übrigens das Ausschlagen oder Nicht-Suchen von Hilfe, da man selber der Meinung ist, es liefere noch ganz gut. Diese Einschätzung redet man sich selber ein oder man verkennet schlicht die Situation. Also liegt der menschliche Fokus viel mehr auf den Zeiten in einer Beziehung, in denen es nicht so gut läuft. Oft ist ein Problem und zumindest unfair, dass man sich nach einer Trennung oder dem Ende einer Beziehung (gilt auch für freundschaftliche oder berufliche) eher an die negativen Erlebnisse erinnert, als zu sagen, das und das ist nicht gelaufen, aber es gab auch viele schöne und angenehme Seiten. So handeln auch die Heepmannschen Hauptsätze von „endnahen“ Aspekten einer romantischen Beziehung. Der erste Hauptsatz, den ich vertrete lautet:

Wenn's vorbei ist, ist's vorbei.

Ich denke, dass jeder Menschen in seinem Umfeld hat, oder Bekannte hat, bei denen irgendwann nach Ende der Beziehung ein neuer Anfang gemacht wurde. Oder es wurde eine „Pause“ in der Beziehung eingelegt. Nach meinen Erfahrungen (die sich auf einen jungen Teil der Bevölkerung beziehen) gilt, wer einmal an einem solchen Punkt angelangt war, an dem

alles Reden und Aussprechen nichts mehr bringt, kein Versöhnungssex oder Geschenk die Lage signifikant verbessert und ein Ende oder eine Pause nötig ist, wird so als paar keine Jahrzehnte lang andauernde, erfüllende Beziehung mehr führen.

Grund hierfür ist, dass die Vertrauensbasis nun mal nachhaltig gestört wurde. Entweder hat einer der beiden einen Fehler gemacht, den er/sie selber oder sein/ihr Gegenüber in späteren Streitsituationen wieder geltend machen kann (teilweise macht man sich auch selber zu große Vorwürfe). Auch wenn einer der beiden Teile einer Beziehung einen Fehler oder ähnliches vergeben hat, kann die Haltung entstehen, man selber habe ja noch "einen gut".

Auch wenn es keinen Trennungsgrund gab, sondern aus einem schlimmeren Grund Ende war, nämlich wenn es keinen Grund gibt weiterzumachen, ist dies kein gutes Zeichen für einen zweiten Versuch. In aller Regel scheitern diese zweiten Versuche. Es ist durchaus möglich, in einem zweiten Anlauf mehrere Monate oder in Ausnahmefällen Jahre miteinander zu verbringen. Aber am Ende des Tages, hat man doch bei ersten Mal, also auch viel näher noch am Gefühl des Verliebt-Seins und der rosa Brille entschieden, dass es nicht funktioniert.

Bei diesem Grundsatz wird jedoch angenommen, dass eine störende Angewohnheit kein Trennungsgrund ist, wenn nicht vorher aktiv versucht wurde, das abzustellen oder sich ausgesprochen wurde.

Wann ein solcher Punkt erreicht ist, an dem eine Pause stattfinden muss, oder das Ende einer Beziehung steht, variiert in hohem Maße und ist je nach Beziehung ganz individuell. Es gibt durchaus Paare, bei denen große Streits, die bei anderen Paaren ein unüberwindbares Zerwürfnis darstellen würden, nach einiger Zeit wieder völlig ausgeräumt sind.

Ein exotischer Fall in diesem Zusammenhang sind Paare, die ständig auseinander sind und wieder zusammen. Diese Paare existieren oft in jüngeren Altersstufen. Auch hier wird in der Regel der Mensch früher oder später ein Bedürfnis nach Sicherheit entwickeln, welches sich auch in den

Bedürfnissen und den Anforderungen in und an einer Beziehung wieder spiegelt- wenn der jugendliche Spieltrieb also aufgebraucht ist.

Warum trotzdem immer wieder Menschen, die sich schon voneinander abgewendet hatten, sich gemeinsam auf eine Beziehung einlassen, wird in einigen Fällen durch den folgenden, zweiten Hauptsatz beschrieben:

Manchmal braucht man einfach nur irgendwen.

Der Mensch ist nun mal, auch wenn das hart klingt, ein Haufen Zellen, die in unheimlich schwieriger Konstellation miteinander verbunden sind, interagieren und reagieren. Emotionen sind grundsätzlich nur chemische Reaktionen und Wechselwirkungen im Körper. Diese finden (auch wenn man das bei Männern ab und an bezweifelt) hauptsächlich im Kopf statt.

Wenn wir mal noch ein wenig härter zu uns selbst sind und ganz ehrlich. Wenn man das Bedürfnis hat, in den Arm genommen zu werden, Zuneigung und Wärme zu erfahren, ist oft relativ egal, von wem das passiert. Das reine körperliche Wohlbefinden, wenn einem jemand den Nacken massiert, oder den Arm streichelt ist nicht davon abhängig, wie ich die andere Person finde. Klar, wenn mir mein ärgster Feind gegenüber sitzt und meine Schulter tätschelt, sagt mein Kopf mir, dass das nicht gut ist. Wenn ich aber nicht sehen würde, wer da ist und dieser jemand kann ja genauso eine zu einer Hand verbundenen Zellen und Moleküle auf meine legen, wie meine Mutter. D'accord, wir nehmen natürlich auch Körpergeruch, Geräusche etc. wahr und merken so, dass es nicht die Mutter ist.

Der Kern der Aussage will aber sagen, dass man gerade nach einer Trennung meist ein Bedürfnis nach Zuneigung, Wärme, Anerkennung und menschlicher Gesellschaft hat (Manchmal ist davor eine "Ich-will-allein-sein-und-muss-das-erst-mit-mir-verarbeiten-Phase zu beobachten).

Wenn man in so einem Zustand ist, ist oft egal, wer jetzt neben mir im Bett liegt und mich in den Arm nimmt, ob das meine Nachbarin/mein Nachbar ist oder meine neueste Bekanntschaft. Wichtig ist, dass ich mich geborgen fühle, unterstützt und verstanden fühle.

Auch wenn der Mensch in unserer Gesellschaft eher dazu neigt, negative Dinge eher zu sehen, als positive, so wird man sich doch bei einem star-

ken Bedürfnis nach diesen positiven Emotionen daran erinnern, wann man diese gespürt hat. Bei einigen frischen Singles wird so die Beziehung zur Familie stärker, bei anderen entpuppen sich jahrelange Freundschaften als potentielle romantische Beziehungen. Ein beliebter Schritt (wenn er denn möglich ist) geht zurück zum bewährten Partner (In den meisten Fällen jedoch nur eine Bekämpfung der Symptome, sie den ersten Hauptsatz). Hier gibt es ja auch einige nachvollziehbare Vorteile. Man weiß, dass es gute, positive Emotionen geben kann, man springt nicht in unbekanntes Wasser und man hat nicht das Gefühl der Unsicherheit, das viele Menschen gerade kurz nach einer Beziehung haben. Wie wirke ich auf das andere Geschlecht etc. desto länger die beendete Beziehung gedauert hat, desto stärker dieses Gefühl. Und Zack, ist man wieder zusammen, man versucht es noch einmal. Hierzu ist jedoch Der erste Heepmannsche Hauptsatz zu beachten. Der dritte Heepmannsche Hauptsatz lautet:

Wer im Kopf Schluss macht, hat verloren.

Gemeint ist hiermit: Wenn einer der beiden Partner in einer Beziehung die Möglichkeit, die Beziehung zu beenden wirklich im Kopf durchspielt, à la “Wenn ich sie/ihn absäge, dann kann ich mich in der und der Clique nicht mehr blicken lassen, gehe besser nicht mehr in dem Club X feiern und suche mir einen neuen Friseur, die Mutter ist die Friseuruse...” An diesem Punkt angelangt zu sein bedeutet nicht, mal im Frust sich zu fragen, warum man eigentlich noch zusammen ist (Auch das ist allerdings ein besorgniserregender Zustand). Hier ist die Rede von wirklichem abends im Bett liegen und sich das Szenario durchzuspielen, mit dem Partner Schluss zu machen. Wie dieser Punkt erreicht wird und durch welche Gründe es soweit gekommen sein könnte sei in diesem Fall dahingestellt. Ich bin der festen Überzeugung, dass in diesem Fall das eigene Zutrauen in die Beziehung so sehr beschädigt wurde, dass diese auf Dauer nicht halten wird. Man ist dann unterbewusst kritisch eingestellt und dadurch nicht mehr bereit die Beziehung zu pflegen, wie man es tun sollte. Um das Ganze mit einer Metapher auszudrücken, könnte man es so darstellen, dass an dem beschriebenen Punkt das Kind in den Brunnen gefallen ist. Wie lange es fällt und wie hart der Aufprall ist, wird sich zeigen und hängt

vom individuellen Fall ab. Solche Dinge können noch weiterlaufen, oftmals gerade bei langjährigen Beziehungen hält eine solche Weiterlauf-Phase lange an, da man wie schon angesprochen Angst vor der ungewohnten und unbekannten Single-Situation hat und nicht weiß, wie man beim anderen Geschlecht wohl ankommen wird. Ich habe das selber teilweise sehr nah am beschriebenen Modell erlebt, Freunde von mir teilen ihre Gedanken mit mir, überlegten, ob sie Schluss machen sollten, was dafür und dagegen spräche. Am Ende sind alle diese Beziehungen beendet worden.

Sollte der unschöne Fall eintreten und eine Beziehung ihr Ende finden, so möchte ich aus aktiver und passiver Erfahrung noch einen letzten Hauptsatz anfügen:

Fällt das Ende zu leicht, war es wahrscheinlich überfällig.

Seien wir ehrlich: wenn man nach Beendigung einer 5 jährigen Beziehung keinerlei Trauer verspürt und gleich in den nächsten Tagen seine neue Freiheit vollkommen ausreizt, dann scheint die Beziehung keinen besonders nachhaltigen Einfluss auf die Seele der entsprechenden Person gehabt zu haben. Hier ist ganz wichtig, die individuellen Verhältnismäßigkeiten der Menschen zu berücksichtigen. Wenn sowieso sehr gefühlsregungsarme Menschen gefasst und ruhig reagieren, muss das nicht heißen, dass sie nicht betroffen wären. Genauso kann eine emotionale Trauer bei einigen Leuten eine Woche halten, bei anderen dauert sie Monate. Wenn man jedoch am Abend einen völlig aufgeräumten, zu Scherzen aufgelegten Kumpel trifft, der mit seiner Freundin am Nachmittag Schluss gemacht hat und schon wieder nach anderen Frauen Ausschau hält, würde ich die Frage "Das war doch überfällig oder?" durchaus mal stellen und sehen, was passiert. Dies soll auf keinen Fall eine Verurteilung von Leuten bedeuten, die eine Trennung gut verarbeiten. Die sind grundsätzlich eher zu beneiden. Jedoch könnte man eine Lehre aus dem Umkehrschluss ziehen. Wenn man durch Selbstreflektion für sich feststellt, dass es einen nicht bekümmern würde, sollte man morgen mit seinem Partner Schluss machen, dann steht es schlecht um die Beziehung. Dann ist keine Spannung mehr im Seil, ein Zustand der schleunigst geändert werden muss, wenn man seine Beziehung nicht verlieren möchte (Dann wäre aber wohl

die Antwort auf die Frage "Würde es mich bekümmern, wenn Ende wäre?" eine andere...).

"Aber wenn es nicht richtig schlecht läuft, warum sollte ich dann ein Ende machen?" ist eine berechtigte Frage. Klar, wenn man keinen Grund hat, auseinander zu gehen, es einen aber wie beschrieben nicht bekümmern würde, wenn Schluss wäre, dann sollte man mal an die andere Person denken. Die Wahrscheinlichkeit ist relativ hoch, dass diese Person mehr daran empfindet. Und wenn man nun sagt, man möchte diese Person nicht verletzen, indem man Schluss macht, erwidere ich, dass die Person jemanden verdient hat, dem die Beziehung am Herzen liegt (Wir reden immer noch über den Fall, dass dem/der einen die Beziehung egal ist). Also wie der Volksmund so sagt, lieber ein Ende mit Schrecken als ein Schrecken ohne Ende. Wobei dies hier bedeutet, lieber Schluss machen, damit er/sie danach eine von beiden Seiten vorangetriebene, lebhafte und erfüllende Beziehung haben kann.

Das gilt übrigens auch für den selten aber durchaus vorkommenden Fall, dass beiden Seiten die Beziehung nicht besonders wichtig ist. Dann kann man auch Schluss machen, sodass beide die Chance haben, eine bessere Beziehung für sich zu finden. Warum dies oft nicht geschieht, das liegt am schon häufig beschriebenen Effekt, der gerade bei langjährigen Beziehungen entsteht, nämlich die Angst vor dem Single-Dasein.

Was kann man aus diesem Kapitel mitnehmen? Dieses Kapitel soll nicht entmutigen oder vermitteln, dass alles schlecht ist und Beziehungen keinen Sinn machen. Man muss solche Situationen, wie sie beschrieben werden im Laufe seines Lebens ohnehin erfahren. Man kann jedoch einige Lehren ziehen und damit denke ich, lässt sich die Existenz dieses Kapitels auch rechtfertigen. der 1. und 2. Hauptsatz in Kombination können uns vor seelischem Schaden bewahren. Natürlich sollte man diesen Hauptsätzen nicht blind folgen oder dadurch sein Verhalten bestimmen lassen. Jedoch hoffe ich, eine Facette an Beziehungen und der Phase unmittelbar danach aufgezeigt zu haben, die verhindert, dass wir uns beispielsweise bei einem Wieder-Zusammenkommen emotional komplett auf diesen einen rettenden Strohhalm stürzen. Wenn es dann nicht klappt,

kann der ohnehin entstandene Schaden durch die erste Trennung enorm verstärkt werden. Zum Teil kann es so sogar zu nahezu irreparablen Schäden wie einem grundsätzlichen Misstrauen dem anderen Geschlecht gegenüber kommen. Mir ist wichtig zu betonen, dass jedoch nichts verwerflich daran zu finden ist, sich wieder mit seinem Ex oder seiner Ex einzulassen. Jedoch hin und wieder einen Moment der Selbstreflektion zuzulassen ist (sowieso in allen Lebenslagen) ratsam. Stellt man dann fest, dass man zufrieden ist, zum Beispiel wieder mit dem/der Ex, dann ist alles gut und man sollte auch nichts dran ändern, aber wie gesagt, manchmal reicht auch Wärme Zuneigung etc. von egal wem, also seid vorsichtig, bevor ihr erfreut feststellt, dass alles wie früher ist und die große Liebe ist wieder da.

Zu dem 3. Hauptsatz lässt sich folgendes für sich gewinnen. Wenn man merkt, dass man in solche Richtungen denkt, sollte man auf jeden Fall vorsichtig sein. In meinem Traum sehe ich einen jungen Mann, der so etwas denkt, im Kopf den Fall in Erwägung zieht, sich zu trennen. Dann erinnert sich dieser Mann, mal etwas in die Richtung gehört oder gelesen zu haben und sagt sich, da muss ich jetzt aufpassen, wenn ich zu sehr in solche Gedanken komme, kann es schnell Realität werden. Ich sollte mit klar werden, ob ich diese Beziehung möchte oder nicht. Wenn ja, warum komme ich auf so komische Gedanken? Über die Gründe sollte ich in meiner Partnerschaft sprechen. Wenn nein, denkt er dann vielleicht an den 4. Hauptsatz.

Übrigens kenne ich sogar einen Fall, in dem ein Pärchen sich getrennt hat, weil beide das Gefühl hatten, noch Dinge ausprobieren zu wollen, sich noch etwas ausleben zu wollen, bevor sie eine feste Bindung eingehen wollten und dann nach einiger Zeit wieder zusammen gekommen sind. Ein solcher Fall ist von dem Modell der Hauptsätze zu trennen, da die Trennung allein auf die äußeren Umstände zurückzuführen ist und nicht darauf, dass die beiden Personen aus persönlichen Gründen miteinander Schluss gemacht haben. Weiterhin gilt wie für jedes Modell, dass es natürlich Einzelfälle gibt, die nicht durch dieses Modell abgedeckt werden.

6 Beziehung und Ausland (Autor: NW)

Beziehungen werden häufig auf die Probe gestellt. Eine der größten Herausforderungen eines Paares ist die räumliche Trennung. Die schlimmste Form der räumlichen Trennung ist die Fernbeziehung mit Zeitzone Wechsel. Der folgende Bericht erzählt von Erfahrungen und sucht Gründe, warum ein längerer Auslandsaufenthalt mit festgesetztem Ende keine „bessere“ räumliche Trennung ist, als ein Auslandsaufenthalt ohne absehbares Ende.

Die Voraussetzungen sind dabei eindeutig. Eine Person will ins Ausland und zieht dies auch durch. Es gilt die Devise: Wir schaffen das schon. Unsere Beziehung ist ja stark.

Eingangs möchte ich nur knapp den Unterschied zwischen Wochenend- und Fernbeziehung erklären. Bei Wochenend-Beziehungen sehen sich Paare zumeist wöchentlich oder zweiwöchentlich an einem oder beiden Wohnorten. Bei Fernbeziehungen ist aufgrund der Distanz ein regelmäßiges Treffen nicht möglich.

Wie das immer so ist: Aller Abschied ist schwer. Ob Familie, Freunde, Kollegen oder sogar der Partner, sentimental sind Abschiede auf längere Zeit immer. Je nach Gemütszustand, zumeist aber bei den Partnerinnen, gehören Tränen am Flughafen dazu. Der Abschied erfolgt zumeist nicht alleine. Es sind Freunde, Verwandte, Eltern und Geschwister mit am Flughafen, denn irgendwie wollen sich ja alle von dem reisenden Teil des Paares verabschieden. Für das Paar an sich ist es demnach nur das Ende, des lange Verabschiedungsprozesses.

An dieser Stelle macht aber ein Schritt zurück Sinn. Nehmen wir an, dass Paul die Möglichkeit bekommt, ins Ausland zu gehen. Er hat ein gut bezahltes Jahrespraktikum in einer portugiesischen Firma bekommen und muss in zwei Wochen Richtung Lissabon aufbrechen. Nun gibt es zwei Meinungen: Sind zwei Wochen lange genug, um sich zu verabschieden und als Paar darauf einzustellen? Juliane, die Freundin von Paul, verneint

diese Frage und behauptet rückblickend: "Hätten wir mehr Zeit gehabt, uns darauf vorzubereiten, wäre alles anders gelaufen."

Ich bin da anderer Meinung. Ein Abschied ist nicht leichter, wenn man es mit deutlichem Vorlauf weiß, sondern es sind andere Probleme, die während der Verabschiedungsphase auf das Paar zukommen. Man verbringt bei längerem Abschied mehr Zeit damit, Sachen zu planen, die sowieso nicht eintreffen. Wie oft sollte Juliane ihren Paul anrufen? Wie oft muss Paul sich aus Lissabon melden oder schreiben? Wie oft Skypen die beiden? Wie oft telefonieren sie? Und wie oft sollte man sich sehen?

Die Antworten ebendieser Fragen werden mehrfach ausdiskutiert. Nimm man nun an, dass die Beziehung eine längere, länderübergreifende Trennung noch nicht erlebt hat, so ist ziemlich sich: Die Antworten treffen sowieso nicht ein, weil Rahmenbedingungen einfach nicht abzuschätzen sind.

Juliane bleibt in ihrer alten Umgebung und Paul wird fortan viel Neues erleben. Er hat die Chance sich in anderer Kultur weiter zu entwickeln und freut sich darauf. Das größte Problem dieser Trennung kann vorweg genannt werden. Juliane kann an der Persönlichkeitsentwicklung ihres Pauls nicht teilhaben, weil Kleinigkeiten aus Kultur, Land und Sprache nicht in Telefonaten vermittelt werden können.

Wenn Paul also in Lissabon angekommen ist, dann erwarten ihn unzählige Eindrücke. Alles ist neu, und er versucht alles, um den Anschluss nicht zu verlieren. Ein erstes Problemchen taucht auf. Paul erlebt unglaublich viel und versucht alle Eindrücke zu verarbeiten. Juliane möchte gerne daran teilhaben, weiß aber auch, dass Paul gerade am Anfang schwer beschäftigt ist. Die Kollegen nehmen sich Zeit für Paul und versuchen ihm Land, Leute und Kultur beizubringen. Die Abende sind also vorerst verplant und der so akribisch ausformulierte Kommunikationsplan kann nicht umgesetzt werden.

Dieser Zustand schleift sich schnell ein und erste Unstimmigkeiten kommen auf. Entweder wird die Zeit für Kommunikation in die Nacht geschoben oder der eine Anruf nach Hause wird einfach ausgelassen. Man muss

ja erstmal ankommen. Oder: Ach, kein Problem Juliane versteht das. Erkläre ich ihr morgen in Ruhe. Dabei ist es so selten, dass Juliane durchaus an allem interessiert ist und sich wirklich für Paul freut. Deshalb wird ein anfängliches Aufschieben der Erzählungen wird verziehen und die Freude über diese Möglichkeit, die Paul doch hat, überwiegt.

Selbst wenn der Zustand sich ändert, fehlen Juliane entscheidende Erzählungen und Erfahrungen aus den ersten Wochen, um nachfolgende Geschichte wirklich zu verstehen. Was machen Juliane und Paul also, um die Erlebnisse greifbarer zu machen? Sie planen eine erste Reise oder ein gemeinsamer Urlaub.

In diesem Fall gibt es viele Gefahren:

Reist Paul zurück in die Heimat, so bleibt dem Paar an sich meist viel zu wenig Zeit, um über all die Erlebnisse zu sprechen. Zu oft ist Familie, der eine Kumpel von Paul oder die altbewährte Clique vom Fußball dabei und möchten an den Erfahrungsberichten teilhaben. Juliane kann im Prinzip nur falsch reagieren. Nimmt sie an den Treffen teil, so ist sie das altbekannte fünfte Rad am Wagen, denn irgendwie wird nur Paul von den anderen befragt und Juliane sitzt nur daneben und lächelt. Macht das glücklich? Nimmt Juliane aber nicht an den Treffen teil, wird die Absicht transportiert, sie interessiere sich nicht für Paul und versucht nicht so viel Zeit wie nur möglich mit ihm zu verbringen. Heimat: keine gute Alternative.

Treffen sich die beiden sich an einem unabhängigen Ort, an dem weder Paul, noch Juliane vorher gewesen ist - ein klassischer Urlaub also - so rücken Urlaubserlebnisse in den Vordergrund und die eigentlichen Themen aus Lissabon werden nicht ausreichend thematisiert. Man kann die Orte und Erfahrungen aus Lissabon nicht live zeigen, sondern wird von neuen Eindrücken der besuchten Stadt, des wunderschönen Strandes oder der frischen Bergluft überwältigt und genießt die Zeit fernab vom Alltag. Auch wenn diese Art von Urlaub für einige Beziehungen die Rettung sein kann, bei Paul und Juliane ist es keine gute Wahl. Schlussfolgerung: Auch der Urlaub am Strand, im Gebirge oder ein City-Trip ist keine gute Alternative.

Nimmt man nun Lissabon als Treffpunkt (Das hätten ja sowieso die meisten von Euch gemacht). Diese Art von Treffen ist auch meiner Meinung nach definitiv zu empfehlen. Über Erfolg- und Misserfolg entscheidet aber auch hier die Tagesplanung. Das Kennenlernen des Freundeskreises vor Ort, die Kollegen von Paul oder die Sehenswürdigkeiten in Lissabon gehören ebenso dazu, wie das Genießen der Zweisamkeit. Bezogen auf Zweisamkeit reicht es aber nicht einmal früher ins Bett zu gehen und einen Film zu gucken oder einmal ausschlafen und dann ganz entspannt in den Tag zu starten. Es muss genügend Zeit für ernste, lustige, unnötige, alltägliche, wichtige oder partnerschaftliche Gespräche sein. Und diese Vielzahl an Themen in ein Wochenende zu stopfen ist eine echte Herausforderung. Denn wer möchte schon nach einem leichten Streitgespräch und tollem Versöhnungssex realisieren, dass die Probleme irgendwie doch nicht geklärt sind (Anm.: es gibt meist keine schweren Streitgespräche beim ersten Treffen).

Und noch etwas: Wann sollten Juliane und Paul über ihre Zukunft sprechen? Nachdem man mit seinen neuen Freunden in einer Bar saß und bei 1,4 Promille nach Hause taumelt? Wohl kaum. Ebenso wenig am nächsten Morgen, wenn der Kopf nahezu platzt und die Temperatur der Sonne hat. Was also tun? Hoffen, dass es gut geht.

Eine weitere Gefahr für Juliane und Paul ist beim Treffen in Lissabon präsent: Die rosarote Brille. Endlich sehen sich Paul und Juliane wieder und möchten diese schöne Stimmung nicht mit negativen Themen zerstören. Und beginnt sich einzureden, „ach ... so schlimm sind die Probleme doch gar nicht. Ist doch alles super - das fühlt sich doch alles richtig an“.

Nachdem die erste gemeinsame Zeit in Lissabon - meist nach ca. 4-6 Wochen von Trennung - beendet ist, fällt der Abschied erneut schwer. Manchmal noch deutlich schwerer, als bei damaligen Abflug in der Heimat. Doch ist es wirklich schwerer? Nein. Es sind andere Probleme. Die Beiden realisieren nämlich ziemlich schnell: Die Zeit war echt schön, aber die wirklich wichtigen Dinge hat man nicht klären können. Naja, dann

nimmt man halt doch das Telefon nächste Woche oder wartet bis zum nächsten Treffen.

Ist Juliane nun wieder zu Hause angekommen, versucht sie die Eindrücke zu verarbeiten und der - möglicherweise geänderte - Kommunikationsplan ist wieder an der Tagesordnung umgesetzt. Alle zwei Tage zumindest kurz telefonieren und mindestens wöchentlich skypen. Dazu noch WhatsApp täglich und das müsste dann reichen haben die beiden entschieden. Aber tut es das?

Ist das die richtige Mischung für Paul, um im fremden Land so viel wie möglich zu erleben? Die ursprünglichen Unstimmigkeiten werden wieder präsent und Probleme werden größer. Juliane kann dann doch irgendwie nicht nachvollziehen, warum Paul sich mit Fernanda drei oder vier Mal die Woche trifft? Sie fragt sich: warum wurde mir diese Person nicht vorgestellt? So pragmatische Gründe wie "Naja, sie hatte keine Zeit?" oder "Beruhig dich Schatz, sie ist seit drei Jahren mit Pablo verheiratet." werden zu Streitthemen. Ob diese Streitthemen nun ausgesprochen werden oder unausgesprochen bleiben, ist dabei gleichgültig. Denn sprechen die beiden die Themen aus, führen Kommunikationsprobleme zum endgültigen Bruch, denn eine wirkliche Erklärung will bzw. kann Juliane nicht verstehen. Es beginnt der Rückgang des Vertrauensverhältnis, welches ja "ach so gut war". "Wer sollte das denn schaffen, wenn nicht wir." hieß es zu Anfang noch.

Dieses ganze Phänomen wird immer größer und wird durch wiederholte Treffen nur temporär abgeschwächt. Das Gefühl sich auseinanderzuleben bestimmt zunehmend den Alltag. Haben es Juliane und Paul dennoch geschafft über (fast) die ganze Zeit eine Beziehung zu führen, so versucht die beiden zumindest am Ende sich über die letzten Wochen des Praktikums zu retten. Was dabei immer mehr in Vergessenheit gerät, ist die eigene Beziehung. Wenn am Ende die Gespräche lediglich "Bald bist du wieder hier" beinhalten, so richtet dieses Gespräch im Endeffekt mehr Schaden aus, als dass die Beziehung unterstützt. Der große Trugschluss der Beiden: Man sieht sich ja wieder mehr, wenn Paul in Deutschland ist

und hat dann mehr Zeit zusammen, und kann sich über all das Austauschen?

Ebenfalls in Vergessenheit gerät der durchaus schwere Abschied von Paul in Lissabon. Ein umfängliche Freude auf das Wiedersehen mit Juliane ist zwar vorhanden, aber die Sehnsucht nach Freunden und Kollegen aus Lissabon ist für Juliane nicht oder nur schwer nachvollziehbar.

Doch wann man das Kapitel gründlich gelesen hat, so wird deutlich, dass weder Erfahrungen aus Lissabon in Deutschland aufgearbeitet werden können, noch das Problem "mit Fernanda, die weiterhin in Kontakt mit Paul steht" gelöst hat.

Und: Wo soll die Zeit herkommen, sich jetzt so viel mehr zu sehen, um die Zeit aufzuarbeiten? Juliane gibt ja auch nicht den Tagesablauf auf, der ohne Paul so gut funktioniert hat. Ganz davon zu schweigen, dass Paul sich so ein paar verrückte Eigenarten angewöhnt hat. Die Probleme werden wieder größer, Erfahrungen werden unzureichend aufgearbeitet und man muss sich wieder neu kennenlernen.

Na hoffentlich hilft jetzt der gemeinsame Urlaub an einem unbekannten Ort, der die Probleme angeblich lösen soll.

Leider kann man meinem Erachten nach solche Entwicklungen nicht ausschließen oder diesen vorbeugen. Man braucht eine Portion Glück und eine gute Vertrauensbasis um einen solchen Auslandsaufenthalt als Beziehung zu überstehen. Die Devise ist, lieber einen flexiblen Rahmen lassen, also zu genau irgendwas zu planen, gerade was regelmäßige Skype Dates etc. angeht.

7 Die Vorteile einer Nordakademie-internen Beziehung

In diesem Kapitel soll gegen den eventuell entstandenen Eindruck gewirkt werden, dass ein Studium an der Nordakademie nicht mit dem Führen einer glücklichen Beziehung zu vereinbaren wäre. Natürlich ist das duale Studium an der Nordakademie stressiger als das gleiche Studium an öffentlichen Universitäten beispielsweise. Jedoch gibt es diverse Beispiele, die belegen, dass es möglich ist, Hobbies aufrecht zu erhalten, Beziehungen zu führen oder Anfahrtswege von über 60 Minuten pro Weg am Tag zu pendeln, ohne mit seinem Studium zu scheitern!

Natürlich wissen wir alle, niemand hat zu wenig Zeit, wir haben alle gleich viel Zeit, aber wir haben alle unterschiedlich viel, was uns unterschiedlich wichtig ist, in unserer verfügbaren Zeit unterzubringen. Bei mir litt stets der Sport zum Beispiel. Von 4 Mal Sport in der Woche, Training in meiner Judo Mannschaft bin ich auf unregelmäßiges, phasenbedingtes Besuchen des Fitnessstudios umgestiegen. Ich habe meine Zeit halt viel den außer-curricularen Tätigkeiten der Nordakademie gewidmet. Auch meine Freunde aus gymnasialen Zeiten habe ich viel weniger gesehen, was ganz natürlich ist, da ich neue Freunde und Bekannte an der Uni hatte. Schlussendlich wird in der Regel die Zahl der Partynächte und fürs Ausnüchtern benötigten Tage an der Nordakademie weniger (Bei BWL bin ich mir da aber zum Teil nicht sicher...). Das Sinken dieser Zahl ist ganz normal, manche nennen das „Erwachsen werden“. Aber an der Nordakademie sinkt diese Zahl in den Fällen, die ich gesehen habe schneller, als an öffentlichen Universitäten.

Ich hatte das Glück, in meinen Jahren an der Nordakademie sowohl Single zu sein, als auch eine Beziehung zu führen (bin an einer jungen Dame hängen geblieben, die ich einfach nie wieder verlieren möchte), die mittlerweile über 2 Jahre läuft, also man auch von einer Beziehung sprechen kann, denke ich. Ich hatte jedoch auch eine (kurze) Beziehung mit einer „Externen“ in meiner Nordakademie-Zeit. Diese Erfahrungen führten zu

den Erkenntnissen, welche ich in diesem Teil des Werkes schildern möchte.

Es war nicht so, dass meine Erfahrung mit der „externen“ Dame schlecht gewesen sind, aber es ist interessant zu sehen, welche Problematiken wir hatten und welche sich automatisch nicht ergeben, wenn man eine interne Nordakademie-Beziehung führt.

Das Schöne an einer Beziehung zwischen zwei Studierenden der Nordakademie ist natürlich eine gewisse Ähnlichkeit im Denken und Streben. Wobei hier je nach dem wen man fragt auch Uneinigkeit herrscht. Von „Gleich und Gleich gesellt sich gerne“ bis hin zum „Plus und Plus stoßen sich ab“ gibt es Meinungen hierzu. Ich bin der Meinung, dass Unterschiede, auch die zwischen Maskulinität und Femininität, ein wichtiger Bestandteil einer Beziehung sind. Trotzdem braucht man eine gemeinsame Ausrichtung, ähnliche Wertevorstellungen etc. für eine lang anhaltende und erfüllte Beziehung. Ein komplett rationaler Mann und eine komplett emotionale Frau (um mal ein Klischee zu bedienen) werden ständig auf Probleme dabei stoßen, sich in die Sichtweisen und Denkweisen der anderen Person hineinzusetzen. So entsteht Unverständnis für Aktionen und Reaktionen der anderen Person und diese sind schlecht für die Stimmung. Eine gleiche Richtung des Denkens – die Chancen hierfür sind an der Nordakademie recht hoch.

Auch ein rein praktischer Aspekt kommt hinzu. Wie könnte man dem Partner oder der Partnerin böse sein, wenn er oder sie keine Zeit und eine sehr stressige Phasen in der Klausurvorbereitung hat, wenn man selber die Phase ein oder mehrere Quartale später haben wird oder vorher hatte. Nicht nur der pure Zeitmangel, sondern auch die emotionale Belastung in solchen Phasen des Studiums sind so leichter zu überstehen. Man kann die Situationen und den Druck, der auf dem anderen Teil der Beziehung lastet besser nachvollziehen und reagiert so meistens angemessener, da man weiß, was man selber in der Situation gerne hören würde.

Hinzu kommen Synergien. Man kann zum Beispiel gemeinsam an Veranstaltungen teilnehmen, die mit externen Partnern oder Partnerinnen nicht

möglich wären. NAK-Only Partys sind nur ein Beispiel. Man kann hingehen, muss den anderen Teil nicht zuhause lassen (vermeidet automatisch sowas entweder oder Konflikte oder Eifersuchts-Themen) und wenn man den anderen Teil dabei hat ist davon auszugehen, dass er oder sie auch Leute von der Nordakademie kennt, man sich also nicht die ganze Party umeinander kümmern muss.

Die aufgezählten Vorteile führen auch dazu, dass schnell Liebschaften und Affären entstehen können. Klar, diese Erkenntnisse gelten nicht exklusiv für die Nordakademie und man muss kein Genie sein um festzustellen, dass sich Leute aus ähnlichen Bereichen der Gesellschaft wohl gut verstehen, da sie einander ähnlich sind und der Mensch sympathisch findet, was ihn (wieder)spiegelt. Genialität abzubilden und elementare Ansätze des menschlichen Sein darzustellen ist jedoch auch nicht der Anspruch dieses Werkes, sondern das Schildern der Erfahrungen, Ableiten von Erkenntnissen und Anregen des Hirns des Lesers oder der Leserin in der Frage solcher Themen. Die Genialität kommt ja vielleicht in späteren Auflagen, wenn ich weitere Gastautoren gewinnen kann ;).

Die Quintessenz dieses Kapitel soll nicht sein, man könne Beziehung mit an die Nordakademie bringen und halten. Wenn man jedoch viel Krams macht und wenig Zeit hat, eine Beziehung so zu pflegen, dass der Partner oder die Partnerin in seinen/ihren Ansprüchen befriedigt wird, dann sollte man durchaus aufgeschlossen gegenüber einer Beziehung mit jemandem von der Nordakademie sein.

8 Die am besten investierten 3 Euro deines Lebens

Ich nehme die Auflösung vorweg. Die am besten investierten 3 Euro deines Lebens sind die 3 Euro, die du an einem völlig normalen Tag auf dem Weg zu deiner Freundin für eine einzelne rote Rose ausgibst, welche du ihr dann später schenkst. Der „Return on Invest“ (an dieser Stelle ein kleiner Gruß an alle Wirtschaftswissenschaftler) lässt sich jedoch kaum in Euro ausdrücken. Vielmehr geht es um Dankbarkeit, gute Stimmung, Zuneigung und Liebe.

Natürlich handelt es sich hierbei um eine Metapher (darum auch die normalerweise verwerfliche ein-geschlechtliche Darstellung), um ein Beispiel, das auf einen wichtigen Aspekt in Beziehungen anspielen soll. Dieser Aspekt, so hat man das Gefühl, verliert in der heutigen Zeit immer mehr an Bedeutung. „Kleine Geschenke erhalten die Freundschaft“ Und eine Beziehung ist in vielen Aspekten einer engen Freundschaft sehr ähnlich (Nicht umsonst sprechen Menschen manchmal davon, dass eine andere Person sowohl Lover, als auch bester Freund/beste Freundin sei). Es geht also darum, dass man durch solche Kleinigkeiten nicht nur kurzfristig die Stimmung aufbessert, denn wer freut sich nicht, wenn er etwas Aufmerksamkeit (der/die Andere hat an mich gedacht, sich für mich Arbeit gemacht) und dazu noch etwas Materielles. Und gerade der immaterielle Teil ist der, der zählt. Durch ihn werden Gefühle gezeigt und er bildet eine gute Alternative zu einem „Ich liebe dich“. Es ist grundsätzlich ein inflationärer Gebrauch des Satzes „Ich liebe dich“ zu bemerken, gerade bei jungen Leuten. Das ist auch völlig in Ordnung, ich selber stelle in diesem Moment in dem ich das schreibe an mir fest. Umso wichtiger wird die vorgestellte Alternative eines kleinen Präsents, einer kleinen Aufmerksamkeit. „Taten zählen mehr als Worte“, heißt es im Volksmund. Damit verbunden ist die menschliche Wahrnehmung, die zwar Dinge gerne hört, aber viel eher glaubt und aufnimmt, wenn sie sie sieht. Also ein klarer Vorteil für die 3-Euro-Rose. Die Tatsache, dass man ja eigentlich etwas damit ausdrücken möchte und der immaterielle Anteil der Botschaft also wichtiger ist, öffnet auch die Tür, von der Metapher etwas abzuweichen und „kleine Aufmerk-

samkeiten“ analog zu dem bisher beschriebenen Präsent gelten zu lassen. Kleine Aufmerksamkeiten können alles Mögliche sein. Gerne kann man eingespielte Routinen unterbrechen, wenn er den ganzen Tag zuhause geschuftet hat und die von der Arbeit nach Hause kommt und das feststellt, könnte sie ja diesen Abend das Abendessen zubereiten oder die Kinder ins Bett bringen, damit er sich auf dem Sofa entspannen kann. Eine kleine Aufmerksamkeit, die der Partner mit Sicherheit zu schätzen weiß, denn auch sie zeigt, man nimmt Arbeit und Mühen für den anderen oder die andere in Kauf.

Allerdings muss Vorsicht herrschen. Einige Dinge sind wie immer im Leben zu beachten, wenn man dieses Mittel bewusst einsetzen möchte. Ist die grundsätzliche Stimmung in der Beziehung auf dem Gefrierpunkt, hilft sowas auch nicht, könnte eher als ein (bei EINER Rose wohl unzureichender...) Versuch gewertet werden, die Situation zu kitten und sich gleichzeitig einem klärenden Gespräch durch dieses „Ablenkungsmanöver“ zu entziehen. Hier gilt es entweder keine Rose mitzubringen oder aber ganz klipp und klar zu kommunizieren, dass das eine kleine Nettigkeit sein soll und nicht von eventuellen Problemen ablenken soll (ganz gute Einleitung übrigens, um über diese Probleme zu sprechen). Sollte eine solche Stimmung in der Beziehung herrschen, rate ich dazu, die Kapitel „Drahtseilakt“ und „Die Heepmannschen Hauptsätze“ zu lesen.

Auch bei diesem Mittel der kleinen Aufmerksamkeiten und Präsente ist man im Übrigen nicht vor Routine gefeit. Der Mensch gewöhnt sich an fast alles. Man kann den menschlichen Körper an fleischlose Ernährung gewöhnen oder auch an den Geruch einer Papierfabrik, sodass Szenen entstehen, wie: Besucher: „Oh, haben wir einen schlechten Tag erwischt, es riecht ziemlich von Ihrer Kläranlage aus“ Ich: „Hö? Ich rieche nichts“. Was ich damit sagen möchte, Kläranlagen sind gar nicht so schlimm und wenn ihr jede Woche eine Rose abliefern, wird der Effekt schnell bei 0 landen. Es kann sogar recht schnell umschlagen, sodass ihr in der ersten Woche ohne Rose eins auf den Deckel bekommt. Auch bekannt ist, der Bluff am Pokertisch funktioniert nicht wenn er jede Runde gespielt wird. Darum: Hin und wieder ist super und nett und ein schöner Liebesbeweis.

Was ich am Anfang des Kapitels erwähnt habe, kann auch zu einem Problem werden. Solche kleinen Aufmerksamkeiten, oder Geschenke werden selten. Nicht nur in einer fortdauernden Beziehung, sondern auch generell. Wenn man eine ältere Frau (aus meiner Sicht als 22-jähriger ;)) fragt, wie sie reagieren würde, wenn ihr Mann mit einem Strauß Blumen nach Hause kommen würde, ist die häufige Antwort: Na der hat doch bestimmt etwas ausgefressen und ein schlechtes Gewissen. Das ist schade und verdeutlicht einmal mehr die in diesem Werk schon angesprochene negative Grundhaltung. Hier spielen oft auch negative Erfahrungen aus der Vergangenheit eine nicht unerhebliche Rolle. Auch hier sollte man den/die Partnerin darauf hinweisen, dass nichts passiert ist. Dann wird der ursprüngliche Effekt auch meistens eintreten. Dieses „Problem“ ist übrigens bei Frauen weitaus ausgeprägter zu beobachten. Das liegt schlicht und einfach daran, dass Männer nicht so weit denken, dass sie eine Verbindung herstellen würden. Sie würden sich meistens einfach über das Präsent bzw. die Aufmerksamkeit freuen ☺.

Abschließend mein Rat auf Basis der Erläuterungen des Kapitels. Zeigt eure Zuneigung ruhig mal auf die dargestellte Art und Weise, dann wird sowas euch früher oder später auch passieren, aber übertreibt es nicht, ihr wisst ja, wenn etwas so alltäglich ist, dass die Möglichkeit, es nicht zu haben zu sehr in den Hintergrund des Denkens gerät leidet die Wertschätzung enorm darunter.

9 Frauen wollen es doch auch – Eine These

Dass Mann immer will, ist ja ein geflügeltes Wort. Ich behaupte, Frauen wollen es doch auch. Und das ist auch gut so, sonst würde es ja nicht funktionieren. Meine These wird da aber schon etwas konkreter, keine Sorge.

Stellen wir uns einen durchschnittlichen Single-Mann vor, unter 30, kein Model aber auch nicht hässlich, gepflegt aussehend, nicht schlecht-riechend und mit einem gesunden Selbstwertgefühl (das strahlt man dann auch aus). Normale Klamotten trägt er. Dieser Mann ist nun in einem Club, meinerwegen in Hamburg, nennen wir den Club spaßeshalber einfach mal Doonmoo. Jetzt die Annahme für die Frau: Im Alter des Mannes bzw. 1-2 Jahre jünger (da Frauen sich ja schneller entwickeln sind sie ja an Gleich-altrigen gerne mal nicht so interessiert), ganz normales Aussehen, wohl etwas „aufgebrezelt“ weil sie ist ja feiern. Und ganz wichtig: Single. So ist der Rahmen passend gezogen, dass meine These gute Chancen hat (nennt man dann wohl Wissenschaft ^^).

Ich bin fest davon überzeugt, wenn dieser Mann an der Bar sich dieser Frau nährt und sie antippt oder wie auch immer ihre Aufmerksamkeit auf sich zieht, wenn er nicht ohnehin frontal auf sie zugeht. Wenn der Mann sie nun einfach küsst (Achja, noch eine Voraussetzung: er kann halbwegs passabel küssen), ganz unverbindlich, vielleicht eine Hand auf der Ihren, aber so dass sie mit einem halben Schritt weg von ihm weg ist, machen 4-5 von 10 mit. Ich denke allerdings nicht, dass daraus dann eine glückliche, Jahrzehnte anhaltende Ehe wird.

An alle entrüsteten Frauen in Beziehungen, lest euch nochmal den definierten Rahmen durch, ihr und eure Meinung sind in diesem Fall nicht repräsentativ.

Mindestens genauso interessant wie der eben skizzierte Fall ist jedoch die implizite Aussage. Ich denke, dass die Chancen, des Mannes sich nicht erhöhen, wenn er vorher mit ihr spricht. Zugegeben, wenn man sich über Tage oder Wochen kennenlernt und spricht, können so Sympathien er-

zeugt oder verstärkt werden, sodass man dann eine Chance von nahe 1 erreicht, einen Kuss erwidert zu bekommen. Aber in einem Club, nachts, die paar Sätze, die man da austauscht haben eher Potential, die Chancen auf 0 runterzufahren.

Das ist übrigens auch gar nicht verwerflich. Ich schätze mal in einem vergleichbaren Fall würden 9 von 10 Kerlen mitmachen. Als Mann hat man nun mal den Druck, dass in den allerallerallerallerseltensten mal eine Frau auf einen zukommt und sagt „Hey du gefällst mir, hast du Bock?“. Auch wenn es so ist, sie unglaublich gerne würde, würde sie eher alleine nach Hause gehen, als den Typen anzusprechen. Tja, C'est la vie. Aber das kann Mann auch nutzen. Denn dadurch, dass man sich ein Herz fasst, und es einfach tut, vermittelt man der Dame nonverbal schon eine ganze Menge. Selbstbewusst, aktiv, gefestigt und stark wirkt man. Der Ritter quasi, der ohne Furcht vor eventuellen Konsequenzen seine Prinzessin küsst. Frei nach dem Motto: Wer nicht wagt, der nicht gewinnt oder lieber um Entschuldigung bitten, als um Erlaubnis. Und was soll schon passieren, wenn es in der bedrängenden, unverbindlichen Situation wie beschrieben passiert, handelt ihr euch im schlimmsten Fall eine Ohrfeige ein (Ich habe schon so oft mitgekriegt wie irgendwelche Typen Frauen begrabtschen und die Frauen lassen das einfach geschehen, da würde ich mehr Mut zu Ohrfeigen etc. empfehlen =>)). Dann könnt ihr euch fürs Gewissen natürlich gerne entschuldigen, ihr wollt ja anständig rüberkommen, ansonsten ist eine Ohrfeige ja nur ein bisschen Alltags-50-Shades-of-grey.

Diese These soll nur untermauern, dass Frauen es auch wollen, genau wie Männer. Liebe Leser, jetzt nicht direkt los rennen in einen Club und ausprobieren. Zwar bin ich von der These überzeugt und würde grundsätzlich zu mehr Mut raten bei solchen Situationen, aber es ist nun mal schwer den Rahmen, in dem sich das Modell bewegt, gesichert in der Realität zu haben. Und wenn ihr dann aus Versehen eine Vergebene küsst, kann das hässliche Folgen haben, also ein nogo!

10 Schlusswort

Vielen Dank an alle, die es bis hierher durchgehalten haben. Wie schon gesagt, sind diese Texte während meines Studiums entstanden. Wahrscheinlich sind viele Themen und Phänomene keine Neuheiten und mit Sicherheit sind sie nicht allein an der Nordakademie zu finden. Ich hoffe jedoch, dass hin und wieder Dinge hier standen, bei denen Du dachtest, „ja stimmt eigentlich“, oder „so habe ich das noch gar nicht betrachtet“.

Es wird mit Sicherheit weitere Auflagen geben, dies ist erst der Anfang. Ich bin auch immer sehr interessiert an Menschen, die genau wie ich solche Themen und Aspekte des Lebens im Kopf ein wenig hin und her wälzen und dann irgendwo damit hinmüssen, zum Beispiel auf Papier, oder in ein PDF. Solche potentiellen Gastautoren können sich gerne bei mir melden, damit wir schauen können, was geht (Wer ernsthaftes Interesse hat, wird auch einen Weg finden, mich zu kontaktieren).

Natürlich sind bestimmt auch oft die Gedanken gekommen wie „Völliger Unsinn, was er da schreibt“. Das kann durchaus sein, es handelt sich in diesen Themengebieten ja immer um Meinungen die ausgetauscht werden, selbst statistisch erwiesene Fakten gelten nicht für alle Fälle. Wenn es jedoch nicht um einen Einzelfall geht, sondern eine elementare Kritik an den hier vorgebrachten Argumentationen, dann würde ich gerne in Diskussionen hierzu eintreten. Auch hier gilt, der Kontakt zu mir ist leicht herzustellen.

Ganz zum Schluss noch einmal mein unbedingter Hinweis darauf, dass in diesem Werk die Texte sich vielleicht etwas viel mit negativen Aspekten des Lebens beschäftigen. Das liegt daran, dass wir Menschen nun mal oft das Positive als gegeben hinnehmen (und dann nicht angemessen würdigen) aber sich über das Negative den Kopf zerbrechen. Es gilt: Das Leben ist meistens schön. Das hier geschriebene soll keine schlechte Stimmung verursachen sondern nur vor schlechter Stimmung aufgrund realer Ereignisse schützen. Mit den Worten von Johann Wolfgang von Goethe möchte ich darum schließen (um hier mal ein wenig Genialität reinzubringen):

Auch aus Steinen, die einem in den Weg gelegt werden, kann man Schönes bauen.