

24.11.2025



«Ja ich will ... dir treu sein»

ZUSAMMENFASSUNG

- Ich will dir treu sein, bis das der Tod uns scheidet..."
Wir erwarten, dass Untreue keinen Platz in unserer Ehe hat, doch warum ist dies dennoch ein Thema in vielen (christlichen) Ehen?
- Die kritische Linie ist nicht erst, wenn in einer Affäre die Partner Geschlechtsverkehr haben, sondern wenn die Ehepartner einzelne grundlegende emotionelle Wünsche durch eine dritte Person erfüllen lassen.
- Eine emotionale Affäre führt über kurz oder lang auch zu einer körperlichen Affäre.
- Wenn jemand in einer Affäre grosse Einzahlungen auf unserem Liebeskonto macht, ist das ein unglaublich starker Magnet. Es ist eine Illusion zu glauben, dass da automatisch schon wieder alles gut kommt.
- Um eine Affäre zu beenden, braucht es ein absolutes Kontaktverbot zur Drittperson und professionelle Hilfe.
- Der beste Schutz vor Untreue ist es, unsere gegenseitigen grundlegenden emotionellen Wünsche zu kennen und diese zu erfüllen.

VERTIEFUNGSGESTALTUNG

Nachfolgend die 10 meistgenannten grundlegenden emotionellen Wünsche von Mann und Frau (Studie von Dr. Harley)

Welches sind meine 5 grundlegenden emotionellen Wünsche? Wie fühle ich mich am meisten geliebt? Und welche 2 sind die Wichtigsten davon?

Bei den Männern (meistgenannt in der Studie):

1. Sexuelle Erfüllung
2. Gemeinsame Freizeitgestaltung
3. Eine(n) attraktive(n) Partner(in)
4. Harmonische häusliche Atmosphäre durch ausgewogene Arbeitsteilung (Mittragen von Haushaltsarbeiten & Kinderbetreuung)
5. Anerkennung und Bewunderung

Bei Frauen (meistgenannt in der Studie):

1. Zuneigung (z.B. Geschenke, Zärtlichkeit)
2. Kommunikation
3. Offenheit und Ehrlichkeit
4. Finanzielle Sicherheit
5. Familienbindung (Bereitschaft für Investition in Familie und Kinder)

Sofazeit? Ehezeit!



Tauscht darüber aus. Wie kann ich meinem Ehepartner helfen, meine Wünsche besser zu erfüllen?

Gibt es eine dritte Person (Personen) zu der ich mich stark hingezogen fühle? Mit der ich gerne zusammen bin? Deren Komplimente mir besonders guttun? Zu der ich mich körperlich hingezogen fühle? etc.

Füllt jemand anderes gewisse emotionelle Wünsche in meinem Leben, ausser mein Ehepartner (& Gott)?

Kann ich ehrlich über dieses Thema reden, oder verheimliche ich etwas vor meinem Partner?

ZUSATZMATERIAL

Zitat von Dr. Willard Harley (Psychologe und Ehe-Therapeut):

"Während die meisten Menschen abstreiten würden, dass sie jemals eine Affäre beginnen könnten, ist es eine Tatsache, dass unter den richtigen (oder falschen) Umständen jeder von uns der Versuchung erliegen kann, wenn seine Grundbedürfnisse vernachlässigt werden. Aussereheliche Liebesbeziehungen brauchen keinen bestimmten Auslöser. Im Gegenteil, manchmal geraten "ganz normale" Männer und Frauen mit einem "ganz normalen" Ehealltag in eine solche Lage. Wenn ihre Grundbedürfnisse nicht erfüllt werden, geben oft ganz normale Alltagsdinge Anlass zur Unzufriedenheit und zum Selbstmitleid."

(Willard F. Harley, aus "Meine Wünsche, deine Wünsche - Die Bedürfnisse des Ehepartners erkennen und erfüllen", Jubiläumsausgabe 2009, Seite 16)

Die 10 grundlegenden emotionalen Wünsche

Sexuelle Erfüllung

Ist der Wunsch nach sexuellen Erfahrungen und Intimität

Gemeinsame Freizeitgestaltung

Ist der Wunsch nach einem Begleiter für Freizeitaktivitäten.

Einen attraktiven Ehepartner

Ist ein Hingezogensein zu jemandem, der ein attraktives Aussehen hat.

Harmonische häusliche Atmosphäre durch ausgewogene Arbeitsteilung

Ist der Wunsch, dass jemand in den Haushaltsaufgaben und der Kinderbetreuung unterstützt und/oder leitet.

Anerkennung und Bewunderung

Ist der Wunsch geschätzt, geachtet und respektiert zu werden.

Zuneigung

Ist der Wunsch, dass sich jemand um einen kümmert. Dies geschieht durch Worte, Karten, Geschenke, Umarmungen, Küsse, Gefälligkeiten und andere Zeichen des sich kümmern.

Kommunikation

Ist der Wunsch, mit jemandem zu reden über Ereignisse des Tages, Gefühle und Reaktionen, Meinungen und Zukunftspläne.

Offenheit und Ehrlichkeit

Ist der Wunsch nach einem wahrheitsgetreuen Mitteilen von Gefühlen, Ereignissen der Vergangenheit, täglichen Aktivitäten und Zukunftsplänen.

Finanzielle Sicherheit

Ist das Bedürfnis nach Versorgung mit Unterkunft, Essen, Kleider und anderen wesentlichen Aspekten des Lebens.

Familienbindung / Familiäres Engagement

Ist der Wunsch nach Unterstützung in der moralischen und schulischen Entwicklung der eigenen Kinder. Sich für die Familie Zeit zu nehmen und sich in sie investieren.

MEHR INFOS

- Buch von Willard F. Harley, "Meine Wünsche, deine Wünsche - Die Bedürfnisse des Ehepartners erkennen und erfüllen" (Gebraucht auf amazon.de erhältlich)
- Überarbeitete Ausgabe in Englisch: "His Needs, Her Needs: Making Romantic Love Last"
- Webseite von Dr. Willard Harley, mit viel Material rund um die Ehe (in Englisch):
<https://www.marriagebuilders.com>