

[Transcript] HEJ DU - Der Podcast über offene Beziehungen / HEJ DU - Nicht-monogame Beziehung erfordern Persönlichkeitsarbeit

Hallo zusammen. Es ist wieder einmal so weit. Fabio, was machst du?

Ich schaue gerade ob die Lautstärke stimmt.

Kommt, stimmt.

Nein.

Trotzdem, haben wir heute wieder einmal etwas zu diskutieren.

Was diskutieren wir heute, Fabio?

Was ich schon immer machen wollte diskutieren...

Oh mein Gott!

... mit dir, ist, dass ich ja sagen muss, dass ich mich lange mit mir selber haben müssen auseinandersetzen in den letzten paar Jahren.

Vor allem...

Also müssen die Uhren nach Zwang?

Ja, schon, ja.

Okay.

Was ist das denn?

Jetzt gehts nach Uhren negativ?

Nein.

Ah, okay.

Verzähl weiter.

Wenn du von einer monogamen Beziehung, in einer nicht monogamen Beziehung, willst du gehen?

Mhm.

Dann musst du so gewisse Sachen ändern.

Also, man kann nicht einfach sagen, jetzt machen wir das und dann macht jeder so etwas.

Es passiert ja noch nebenbei noch ganz vieles, wo man es für sich klären oder miteinander klären muss.

Und eben das für sich klären, das finde ich noch ganz ein wichtiges Ding, wo man vielleicht so ein bisschen unterschätzt.

Mhm.

Und wo ich eigentlich immer wieder mal sagen kann, das, was jetzt kommt, ist negativ.

Also, ich bin einmal in die Hölle und wieder zurückgekommen.

Das hast du am Fernsehen gesagt.

Ja.

Du hast so ein starkes Wort im Fernsehen gebraucht.

Dabei hat es sich die ganze Zeit in die Hose geschissen, dass ich Vögel sagen habe, was nicht passiert.

Ohne das im Fernsehen?

Ja.

Ich bin einmal durch die Hölle und wieder zurück.

Oder irgendetwas hast du gesagt.

So.

Ich habe das nicht.

Nein, ich habe das in der Aufnahme gesagt.

Ich habe das im Artikel gesagt.

[Transcript] HEJ DU - Der Podcast über offene Beziehungen / HEJ DU - Nicht-monogame Beziehung erfordern Persönlichkeitsarbeit

Siehst du, es ist von Luther Prominemens.

Nein, nachher, wo wir dort in der Kabine waren.

Nein, ich glaube, das war so im Fernsehen.

Bei uns Zuhörerinnen und Zuhörern werdet das jetzt wissen.

Auf jeden Fall.

Ja, das ist ja wurscht.

Das ist, für mich persönlich, das ja das Challenge von meinem Leben gewesen.

Ja, wirklich.

Nicht die ich zu Hause sehe.

Ja, mal, du schon auch.

Aber irgendwann findest du dich damit ab und findest, du sagst so okay.

Das war es jetzt.

Aber wenn du mit dir selber musst beschäftigen.

Und zwar so in so einem Maß, wie ich das jetzt gemacht habe.

Also für mich ist das, ich habe das nicht gekannt.

Und ich hatte das nie so gemacht.

Es war auch nie nötig.

Aber das ist das, was ich auch schon einmal gesagt habe.

Wenn du etwas Neues willst, dann habe ich jetzt in diesem Fall, müssen zuerst etwas kaputt machen.

Und das kaputt machen, das hat sehr viel kaputt gemacht.

Aber dann muss neu aufgebaut werden.

Das ist eine Zusammenfassung von meiner Persönlichkeit in der letzten paar Jahre.

Also entweder Lieds an der Zeit.

Es ist relativ spät heute.

Oder ich höre jetzt sehr viel negativ.

Ich meine, wenn jetzt irgendjemand zum ersten Mal in unserem Podcast lasst

und die Folgen lasst und so Sachen hört, wie ich bin einmal durch die Höhle und wieder zurück.

Und ich kann viel müssen kaputt machen.

Und ich kann es auch noch müssen kaputt machen.

Dann kämpft man einer so, oh mein Gott, don't do it.

Was ich noch wichtig finde, ist das, was du gesagt hast.

Oder der Punkt, das du gesagt hast, dass es je nachdem, wenn man in einer monogamen Beziehung lebt, halt nicht nötig ist.

Ich persönlich finde, dass es eigentlich wünschenswert wäre.

Und zwar mit absolut positiven, wohlwollenden Gefühlen, dass sie sich grundsätzlich unabhängig davon,

ob sie jetzt von einer monogamen in einem non-monogamen Beziehung wechseln.

Oder was weiss ich was?

Dass sie sich die Zeit und die Maus nehmen, sich mit sich selber so auseinandersetzen, wie man es spätestens machen müsste oder sollte,

wenn man von einer monogamen in einem non-monogamen Beziehung wechselt.

[Transcript] HEJ DU - Der Podcast über offene Beziehungen / HEJ DU - Nicht-monogame Beziehung erfordern Persönlichkeitsarbeit

Weil grundsätzlich ist es etwas, das einem unabhängig von der Beziehungsform, die man hat oder wechselt oder will, oder wie auch immer, etwas, das für die Beziehung mit einem selber, aber auch für die Beziehung mit anderen Menschen, und das muss jetzt nicht einmal eine romantische Beziehung sein, das kann auch eine platonische Beziehung sein.

Ist es grundsätzlich eigentlich noch recht cool, wenn man sich mit sich selber befasst hat?

Ich finde, man kann Beziehungen einfach grundsätzlich ein bisschen anders angehen. Also das ganze Leben kann ein bisschen anders angehen.

Ja, aber du hast dir die Gedanken vielleicht schon einmal gemacht, ich habe mir diese Gedanken nie gemacht.

Ich habe mir das im Fall noch überlegt, weil ich weiss jetzt wieder nicht, wann es war, aber irgendwann hat jemand so gefunden, ja, ich habe ja weniger Mühe gehabt als du, die mir aufgegangen sind, und dann habe ich, meine schnellen Erklärung war, dass ich per se ein bisschen verkopfter bin.

Und mit verkopft, also die Person hat, ja, es war beim Interview im Fernsehen, Oliver Steffen hat dann auch gesagt, ich habe gut, aber ich meine, verkopft, es hat ja mit Emotionen zu tun, was nichts damit da, wenn man verkopft ist.

Was ich unter Verkopft verstehe, ist, dass ich aufgrund meiner Erfahrungen als Jugendliche schon gelernt habe und geübt habe, mich mit mir selber und meinen Gedanken und meinen Gefühl auseinanderzusetzen, weil ich fünf Jahre zum Psychologe bin.

Und ich in diesen fünf Jahren, eigentlich hauptsächlich, also Arbeit geleistet habe, wie geht es mir, wieso geht es mir so, was halte ich davon, dass es mir so geht, was kann ich machen, dass es mir anders geht, wieso will ich überhaupt, also alles so Zeug, was man halt im Rahmen einer Therapie macht, habe ich damals schon gemacht.

Und dadurch war ich wahrscheinlich einfach küber, das ist das, was ich verkopft nenne, in mich, mich selber und meinen Gefühl irgendwie Handel, Manage, wie auch immer.

Was hast du denn durch die Therapie?

Oh, Ende zweites Lehrjahr, habe ich ja gefunden, fuck it, ich gehe zurück auf Griechenland.

[Transcript] HEJ DU - Der Podcast über offene Beziehungen / HEJ DU - Nicht-monogame Beziehung erfordern Persönlichkeitsarbeit

Und dann haben alle gefunden, naah,
es ist aber nur noch ein Jahr leer,
ziehen sie doch jetzt durch, ziehen sie doch jetzt durch.
Und dann haben irgendwie ein paar Leute im Umfeld gefunden,
ja, irgendwie schlägt sie gerade so an,
sie steht so ein bisschen am Berg,
es ist ihnen alles ein bisschen zu viel,
vielleicht muss man sich ein bisschen unterstützen oder so
und es wäre doch vielleicht gut,
wenn sie zu einem Psychologe echt.
Und dann bin ich halt einfach zum Psychologe
und bin schlussendlich fünf Jahre gegangen,
sechs Jahre, glaube ich sogar.
Best decision of my life.
Also ich weiss ja, dass du das gemacht hast
und ich weiss auch, dass du dir viele Gedanken
über dich selber gemacht hast.
Ich bin in einer anderen Welt aufgewachsen und gross geworden.
Dort ist irgendwie alles okay gewesen
oder es ist nicht darüber geredet worden
oder das ist irgendwie...
Es ist wie gar nicht in Frage gestellt worden eigentlich.
Ja, darum sage ich,
für mich war das die grösste Challenge,
weil ich bin...
Ich bin einfach davon ausgegangen,
ja gut, ich habe manchmal,
findest du, die Frau von deinem Leben
und mit ihr bist du dann zusammen
und dann hast du dann vielleicht noch ein Kind und so weiter.
Und wo ich das...
Wo ich das gehabt habe,
da habe ich nach ein paar Jahren gefunden,
okay, wir sind nicht mehr noch zusammen,
also das Ziel ist reich, oder?
Es funktioniert auch so ganz ohne Beziehungsarbeit.
Also ich hatte nicht das Gefühl,
dass ich wahnsinnig viel gemacht habe.
Ich war einfach ich und das war okay.
Du hast schon bereits ein Zuckerladen gehabt, Mann.
Und irgendwann,
ich musste mich mit mir selbst beschäftigen,
weil einfach so...

[Transcript] HEJ DU - Der Podcast über offene Beziehungen / HEJ DU - Nicht-monogame Beziehung erfordern Persönlichkeitsarbeit

Ich ging es nicht bei mir,
einfach zu sagen, ja, wir machen jetzt die offene Beziehung
und dann funktioniert es.
Also theoretisch war das schon so,
dass wir das so gemacht haben.
Und am Anfang hat das auch klappt,
aber irgendwann spätestens dort,
wo du dann auch angefangen hast, dort,
ist irgendetwas in die Quere gekommen bei mir
und also hauptsächlich ist es um Einversucht zu gehen,
wo ich dann nachher ziemlich an mir habe müssen schaffen.
Ich habe eben die letzte,
die wir von diesem Thema hier hatten,
dass wir das hier mal haben wollen diskutieren.
Habe ich gedacht,
ist das wirklich nur Einversucht?
Oder gibt es noch ganz viele andere Baustellen?
Ich glaube sicher Einversucht
war eines der grössten Themen, oder?
Ich finde nicht, ich finde,
natürlich ist Einversucht so ein bisschen
so offensichtlich,
und das, was jeder eh annimmt,
dass das Thema sein wird.
Aber ich glaube,
dass ich wagen zu behaupten,
dass auch du im Rahmen
von dem,
dich mit dir selbst beschäftigen,
nicht einfach nur
dir Gedanken über die Einversucht gemacht hast,
sondern es geht ja dann auch um so Fragen wie
Unabhängig von,
was ich gerade fühle und wieso fühle ich das.
Es geht ja auch um die Frage,
wie möchte ich eigentlich fühlen?
Oder wie wäre für mich eigentlich
der Idealzustand?
Wie möchte ich das Handhaben?
Wie ist meine Haltung dazu?
Wie ist mein Wert?
Es ist ja oft so, dass das Gefühl,
wie jetzt zum Beispiel Einversucht,

[Transcript] HEJ DU - Der Podcast über offene Beziehungen / HEJ DU - Nicht-monogame Beziehung erfordern Persönlichkeitsarbeit

teilweise aus einem gewissen Automatismus entsteht,
weil man gelernt hat,
dass Liebe zum Beispiel mit Einversucht zu tun hat.
Also, wenn Einversüchtung ist, dann liebt es gegenüber.
Oder wenn man etwas liebt, dann will man es nicht teilen.
Und so, das sind am Muster, die lernt man.
Man wird zu einem gewissen Punkt auch relativ automatisch führen.
Und ich finde, beim sich damit befassen, wieso man das hat, etc., kommt man unweigerlich auch an den Punkt, wo man sich einfach mal für sich selber überlegt, wie will ich es eigentlich haben?
Möchte ich meine Partnerinnen oder meine Partner teilen?
Möchte ich, oder was möchte ich nicht?
Und ich finde, das sind die viel wichtigeren Fragen, weil man so erfährt, man eigentlich viel, viel mehr über sich selber, als wenn man einfach nachher weiss, wie man seine Einversucht beheben kann.
Weil ich überspitze zu spitzen, es ist wieder einmal über den Daumen gepeilt, aber eigentlich könntest du auch sagen, gut, ich bin jedes Mal einversüchtigt, wenn sie ein Date hat.
Ich schaue einfach, dass ich da auch ein Date habe und mir das Hirn auszufügeln und nicht daran denken, dann ist es wieder gut.
Das habe ich am Anfang so gemacht.
Ja, aber das ist eigentlich eine sehr kurzsichtige Lösung.
Ja, sicher.
Wenn du dir nicht, weil es nichts damit zu tun hat, wie du es eigentlich gerne haben möchtest und woher du eigentlich arbeiten willst, sondern du schaust einfach, dass du in diesem Moment abgelenkt bist.
Ja.
Ich meine, du hättest ja eigentlich auch so weiterziehen können.
Erstmal, wenn ich ein Date habe, dann hast du auch einen.

[Transcript] HEJ DU - Der Podcast über offene Beziehungen / HEJ DU - Nicht-monogame Beziehung erfordern Persönlichkeitsarbeit

Ich weiss nicht, was lange es für ein Date hat.
Aber ich weiss nicht, was lange es für ein Date hat.
Aber wenn es immer ein Date ausgeht,
dann habe ich irgendwie 100'000 Dates gegeben.
Aber ich meine, das musst du vielleicht am Anfang wissen
oder dass du dich so beschäftigen musst, mit dir selbst.
Ich war überrascht
von dem ganzen Aufwand,
das ich für mich an mich zu leisten kann.
Ganz ehrlich.
Ich hätte nicht gedacht, wenn ich jetzt so zurückgezogen habe
und ich meine, das ist ja nicht etwas,
das abgeschlossen ist.
Es gibt immer wieder Sachen,
die ich an mir hinterfragen
und vielleicht verbessern kann.
Aber ich glaube, das ist etwas,
was neu eingelernt hast.
Du hast eigentlich neu gelernt
oder eingelernt,
dass du dich mit dir selber
kannst befassen
und eigentlich zu jedem Zeitpunkt im Leben
dich fragst, hey,
läuft es, wenn ich es haben möchte?
Gibt es Sachen, die ich vielleicht anders haben möchte?
Gibt es Sachen, die ich irgendwie optimieren will
oder die ich nicht mehr will machen
oder die sich meine Meinung dazu geändert hat?
Das heisst, dass mit sich selbst beschäftigen,
hast du wie als Muster zuerst lernen müssen?
Das ist wie lesen lernen.
Und seit du das mal gelernt hast,
läuft das jetzt quasi wie?
Einfach mit, und zwar,
glaub auch unabhängig von unserer Beziehung.
Eigentlich hast du den Denkansatz
oder die Art und Weise zu denken,
jetzt auch im...
Keine Ahnung, wenn es ums Schaffen geht
oder wenn es um
Freundschaften sonst geht
oder wenn es um keine Ahnung,

[Transcript] HEJ DU - Der Podcast über offene Beziehungen / HEJ DU - Nicht-monogame Beziehung erfordern Persönlichkeitsarbeit

was die Gestaltung deiner Freizeit geht
oder whatever.
Also eigentlich hast du kaum viel.
Du hast ein aller...
Wie sagt man das? Ein aller Werkmittel?
Nein, nicht ein aller Heilmittel
ist jetzt gerade etwas aufs Wort.
Aber so ein Allzweck-Tool
überkommt,
für das du einfach schnell
hast müssen
erkennen,
dass du dich mit dir selbst befassen kannst
und nicht einfach
alles als gegeben hinnehmen musst.
Ja.
Aber wer?
Man lohnt sich hoch.
Ja, sicher lohnt sich's.
Ich war einfach ein bisschen erstaunt
aufwand
was da gebraucht hat,
weil die Gedanken,
die ich mir gemacht habe,
da war ich noch jung
da war ich 32,
34.
Auf jeden Fall habe ich gedacht,
mit 30,
zwischen 30 und 35,
da ist mir schon längst ein Erwachsener.
Ja,
übrigens,
ich habe letztendlich gesehen,
ein Video geschickt
als männlicher Herr,
ich habe erst mit 43 ausgebildet,
fertig ausgebildet.
Dann bist du jetzt zwei.
Ja, aber
für mich ist es
wirklich
eine ziemlich Überraschung,

[Transcript] HEJ DU - Der Podcast über offene Beziehungen / HEJ DU - Nicht-monogame Beziehung erfordern Persönlichkeitsarbeit

wenn mich Leute fragen
und sagen, ja, wie ist das so?
Es wird so ein bisschen
soll ich sagen,
das methodische
wird so ein bisschen
befragt.
Wie geht es, wie läuft das ab,
wie viele Regeln haben er
und was müssen er beachten.
Ja, die Leute wollen ein Checklist,
aber es ist schon schwierig.
Ja, natürlich, ich kann mir schon überleiten.
Komm, wir machen mal ein Checklist.
Leute, für den nächsten Podcast
erarbeitet Fabio und ich ein Checklist.
Nein, das kannst du nicht machen.
Nein, das wäre das geilste.
Die Beziehungen sind so individuell,
es ist
ich glaube das...
Nein, wait and see.
Sie hätten auch gerne
klare Anhaltspunkte.
Mach A, dann passiert B
und dann machst C und dann passiert D.
Aber das ist, ja...
Ja, aber was
dann oft vergessen geht,
ist eigentlich die ganze Arbeit,
die man
sich selber leisten muss.
Ich weiss jetzt mal,
ob ich das natürlich nicht,
wenn ich mit dir über das rede,
dann...
Nein, nicht, ich kann es nicht,
aber für mich ist es nichts Neues,
weil ich das schon vorher
völlig unabhängig von Beziehungsformen gemacht habe.
Ich kann das
sechs Jahre lang mit dem Psychologe geübt.
Ja, ich habe das nicht mit dem Psychologe geübt

[Transcript] HEJ DU - Der Podcast über offene Beziehungen / HEJ DU - Nicht-monogame Beziehung erfordern Persönlichkeitsarbeit

und
ich will da nicht irgendwie Panik verbreiten,
aber ich will einfach von meiner Erfahrung erzählen
und...
das ist zu freifach.
Ja, und
die Arbeit an einem selber
die habe ich unterschätzt.
Vielleicht gibt es andere, die unterschätzen sie nicht.
Das ist wunderbar, oder andere,
die müssen das gar nicht, aber ich habe
Jahre daran umgekommen,
um den Stand zu haben,
den ich heute habe
und auch jetzt noch,
auch heutzutage, gibt es noch Situationen,
die ich finde,
das ist irgendwie...
die komischen Muster zurück.
Ja, ich ertape mich gleich,
nicht mehr so oft, natürlich,
also...
kann man sagen, fast nicht mehr,
aber es gibt gleich noch Situationen,
die ich irgendwie
finde, okay, das ist jetzt
etwas sehr schräg, oder das erinnert
mich ja vor 15 Jahren.
Ja.
Und wenn zum Beispiel...
Ah, jetzt wird es spannend, Leute,
dann haben wir euch...
erzählst du,
wie gut es ist,
wenn du mit anderen
zum Beispiel ins Kino gehst,
oder wie gut du dich mit anderen
unterhalten kannst.
Ja, das sind so kleine
Momente,
das fühlt sich im Moment so komisch an,
so wie...
vor 15 Jahren, oder?

[Transcript] HEJ DU - Der Podcast über offene Beziehungen / HEJ DU - Nicht-monogame Beziehung erfordern Persönlichkeitsarbeit

Und eigentlich ist es ja...
wie erledigt, oder?
Es ist fertig gedacht, aber trotzdem
macht dann...
Der Architekt meldet sich...
Der meldet sich irgendwie,
weil es da auch nicht einfach so
ein altortümlicher Gedächtnis
ist, dann wieder in Form von...
was da auch nicht, da gibt es einen Hitzeschub,
oder irgendwie...
weil es da auch nicht irgendetwas ist, es ist dann so...
wie einer so...
so ein Messermachert,
oder so eine Nadle
in Arsch steckt,
und dann...
Ja, also das ist...
ich...
Du hast immer wieder mal gesagt,
du hattest nie so in dieser Form,
vielleicht zu dem, dass du dich schon vorher
damit beschäftigt hast, aber ich hatte das natürlich nie,
und wenn...
wenn ich mich damit beschäftigt habe,
bin ich...
du hattest auch nicht 2, 34 gewesen,
und ich glaube, wenn du mit
32 solche Sachen
musst du ändern,
oder willst du ändern,
dann hast du ja nie
dich wirklich mit solchen Sachen beschäftigt,
wie...
was für eine Beziehung
möchte ich leben,
wie... was bedeutet Liebe für mich,
und so, dass man sich das wirklich
überleitend zwar nicht einfach
am Stand ist,
ausdiskutiert,
aber...
Ja, aber du musst...

[Transcript] HEJ DU - Der Podcast über offene Beziehungen / HEJ DU - Nicht-monogame Beziehung erfordern Persönlichkeitsarbeit

die Sachen, die müssen dich
etwas köcheln bei einem selber,
da bin ich auch ein Spezialist,
dass ich zuerst die Sachen mal entgegennehm
und dann wird das Zeug küheln
und irgendwann...
wenn ich dann... wenn ich dann praat bin,
ich bin gammelt,
und irgendwann
komme ich dann wieder
zum Busch aus und
dann für mich zurechtgelegt,
dass es für mich okay ist.
Aber eben, das braucht ein bisschen,
und das lange nicht, aus meiner Sicht,
dass man das einfach am Stand ist,
das muss man schon immer wieder mal
am Stand ist besprechen,
und vor allem wirklich auch
für sich ausmachen,
weil...
Ich glaube, vor allem das ist auch ein Punkt,
ich meine, das ist ja nur schon schwierig,
oder ja,
ist schwierig, sich die Gedanken
für sich zu machen,
weil man je nachdem,
irgendwoher
oder von mehreren Orten wie ein gewisser Druck
gespürt,
ja, nein, aber das kann ich jetzt wie nicht,
ja, nein, also
was denkt denn die anderen,
oder Kate hat meine Mutter in Ohn gemacht,
oder ich glaube,
das kommt noch zusätzlich dazu.
Es ist eine Sache,
herauszufinden, wie man es selber gerne hat,
und dann zu schüstieren,
wie man dort an kommt,
und dann ist es noch mal eine andere Sache,
das zu machen,
gegen den Widerstand,

[Transcript] HEJ DU - Der Podcast über offene Beziehungen / HEJ DU - Nicht-monogame Beziehung erfordern Persönlichkeitsarbeit

die je nachdem von außen kommt
und einfach von außen an nimmt,
das muss ja gar nicht unbedingt sein,
dass der kommt, aber einfach so die Befürchtung,
das kommt ja auch noch
oben drauf.

Das ist so ein bisschen wie das Auto blöd gesagt,
dass es gibt einen Grund,
wieso die Leute ein Zeitraum gebrauchen,
bis das macht.

Und das hat glaube ich auch viel damit zu tun,
dass man einfach Befürchtungen
hat, in Punkt und Umfeld.

Und
das macht es natürlich nicht einfacher,
sichtige Gedanken zu machen,
die Gedanken dann auch wirklich so anzunehmen,
wie es sind,
egal wie es sind,
und es dann auch noch umzusetzen.

Weil, ja,
man weiss,
wenn das jetzt umsetzt,
kann es sein, dass XY passiert.

Ich denke, das kommt noch erschwerend dazu.

Ja, wobei,
dass das vielleicht mit 20
ist, oder so mit 30,
aber in einem höheren Alter.

Ja gut, wenn es immer ehrlich bei dir ist,
dass auch erst mit einem höheren Alter kommt.

Ja, sicher.

Du hast ganz, ganz lange,
wärs du nicht mit mir
tagtäglich gekommen,
oder du hättest dich nicht geföttert
lassen,

für,
ich muss eine wenig Zeitung sagen,
der Tag.

Ihr werkt schon.

Ich und Zeitungen.

Also, ich meine,

[Transcript] HEJ DU - Der Podcast über offene Beziehungen / HEJ DU - Nicht-monogame Beziehung erfordern Persönlichkeitsarbeit

dort hast du noch gefunden,
nein.
Also, so lange ist das,
wie noch nicht,
ich denke,
das ist wie ein weiterer Schritt,
bis ich ankam und finde,
dass es jetzt so ist.
Fressen Sie oder sterben Sie?
Es ändert nichts daran,
wie ich sein möchte, schlussendlich.
Das andere, was mir auch noch
im Sinn gekommen ist,
in diesem Zusammenhang,
ist, es braucht einfach Zeit.
Also,
dass du das vielleicht
mit 20 nicht so
schnell machst,
oder es vielleicht noch zu früh ist,
unter Umständen,
ist es vielleicht mit 30 eher Zeit,
oder vielleicht auch mit 40,
oder wenn auch immer,
dann denke ich an mich,
das ist so auch das,
was an mich sonst in Beziehungen passiert,
oder nicht unbedingt.
Man kann auf eine Beziehung wollen.
Es kann ja auch sein,
dass sich Leute einfach sonst Gedanken machen,
oder sie sich hoffentlich
ganz allgemein einfach
Fragen zu Beziehungen,
wie sie ihre eigene Beziehung
weiterbringen wollen.
Und es gibt ja noch viel,
auch die Situation,
dass sich Leute so Gedanken
für sich machen.
Und sie machen es für sich aus,
was sie gerne haben
und vielleicht tun sie das gar nicht

[Transcript] HEJ DU - Der Podcast über offene Beziehungen / HEJ DU - Nicht-monogame Beziehung erfordern Persönlichkeitsarbeit

so klar kommunizieren
über ein Partner oder eine Partnerin.
Und dann kommt der berühmte Satz,
wir haben uns auseinander gelebt.
Genau.
Und dann heißt es so,
nein, das ist,
das entspricht einfach nicht mehr
dem, was ich will
und oft endet
in Beziehungen.
Lustigerweise finde ich,
aber auch,
in unserer leistungstriebebenen Welt
sind wir ja immer so
aus auf,
wir machen unsere Weiterbilder,
wir machen den Kurs,
wir machen den Master dort
und den Bachelor dort
und dann weiss ich auch nicht was.
Optimierung so an.
Interessanterweise, aber
wenn dich das fest optimierst
in einer Beziehung,
dann gibt es eines auf den Deckel, oder?
Also, man sollte sich weiterentwickeln.
Oder nicht optimieren möchte,
oder einfach den Aufwand betreiben will.
Ja, schon.
Das ist wiederum sehr speziell finde ich.
Wir machen überall bei allem,
wir machen den Kurs,
aber wenn es dann um etwas Wichtiges geht
wie Beziehung, wenn man dort
sich weiterentwickelt,
das wird,
das ist irgendwie komisch angeschaut,
wenn die andere Person das
nicht auch gemacht hat.
Ja, gut, aber ich denke,
eine Frage von Kommunikation.
Ich meine natürlich,

[Transcript] HEJ DU - Der Podcast über offene Beziehungen / HEJ DU - Nicht-monogame Beziehung erfordern Persönlichkeitsarbeit

es kann sein, dass sich die Leute
in unterschiedliche Richtungen entwickeln.
Ja, finde ich grundsätzlich,
kann passieren, ist nicht weitertragisch,
ist nichts, was irgendwie
böse gemeint ist, was
zu vermeiden gilt oder was auch immer.
Aber ich glaube, oft
kommt es nicht so weit.
Man würde sich
auch weiterentwickeln,
aber es kommt nicht so weit,
wenn man schon
einerseits zu einem früheren
Zeitpunkt und andererseits
überhaupt
zu einem Zeitpunkt,
das miteinander teilt hat.
Weil ich glaube,
einfach am Schluss
der Selbstoptimierungsschritte
ohne zu stehen
und zu sagen, hey, ich stelle dich
jetzt vor der Tatsache, ich kann mich weiterentwickeln,
es ist jetzt noch so und so.
Ist natürlich schon etwas viel verlangt
aber irgendwann, wenn du sagst,
kommst du an den Punkt, wo die andere
Person überrascht ist. Also wenn ich
nicht... Ja, nein, aber du kannst
natürlich, wenn du den Prozess
von Anfang an teilst.
Also sagen wir jetzt, ich muss
jetzt wieder ein effektives Beispiel nehmen,
sagen wir,
mir fällt auf, dass ich in letzter Zeit
immer wieder daran denke,
dass ich möchte, auf den Mond fliegen.
Dann kann ich
nichts sagen
und mir weiter Gedanken dazu machen,
dass ich und ob ich
und wie ich und wie lange ich

[Transcript] HEJ DU - Der Podcast über offene Beziehungen / HEJ DU - Nicht-monogame Beziehung erfordern Persönlichkeitsarbeit

und wieso ich auf den Mond fliegen will.
Das würde ich dir erzählen.
Und wenn ich so quasi
den ganzen
Gedankenprozess
oder Schritt abgeschlossen habe,
kann ich zu dir sagen, Schatz,
ich habe mir überlegt, ich fliege jetzt auf den Mond.
Oder ich kann von Anfang an sagen,
du weisst, was habe ich in letzter Zeit
immer wieder?
Ich überlege mir immer wieder, ob ich
auf den Mond fliege oder nicht.
Und mit dir so wie
schon relativ früh
in einen Dialog treten,
wo wir auch unsere
Meinungen über den Mond,
über den Mond fliegen, ob es weh
und wohnt, wieso nicht oder vielleicht doch,
können teilen. Und dadurch,
dass man das miteinander teilt,
kann man es wie auch
zusammen entwickeln.
Das heisst nicht, dass wir am Schluss zusammen
auf den Mond fliegen, aber
dadurch, dass man so quasi
die Entwicklung teilt hat,
ist es vielleicht auch gar nicht so tragisch,
wenn ich sage, ich fliege jetzt mal schnell
3 Minuten auf den Mond und du findest ja du, ich wünsche dir viel Spass
auf dem Mond und wir sehen uns, wenn du zurück bist.
Also weisst du, wie ich meine,
weil es nichts trennend hat,
sondern
unabhängig davon, ob man es dann zusammen macht
und die Auseinandersetzungen
gemeinsam
oder zumindest steil, wie es gemeinsam passiert ist.
Ja.
Und Schatz, fliegen wir auf den Mond.
Aber es ist ein Unterschied.
Wenn du

[Transcript] HEJ DU - Der Podcast über offene Beziehungen / HEJ DU - Nicht-monogame Beziehung erfordern Persönlichkeitsarbeit

mit so einem
individuellen Bedürfnis
auf den Mond fliegen,
ich packe dir den Koffer, Schatz.
Endlich.
Oder
wenn du mit so
unserem Kunden,
der so fundamental
oder fundamental überhaupt ist,
sodass
ein Wert umgerüttelt und umdiskutiert wird,
wie wir unsere Beziehung zu führen haben,
weil
wir wissen ja nicht mehr so genau,
wer jetzt angefangen hat
mit dieser Diskussion bei uns
und war es das Winger Club,
oder war es du
oder war ich es?
Du hast das Winger Club gebracht,
und
aber dort bist du ja,
ich glaube, der Vorteil
oder das Glück, das wir hatten,
ist,
dass aufgrund dieser Sendung,
und das ist das Glück,
weil das war nichts geplant,
wir gemeinsam
in eine Diskussion gekommen sind,
wir zusammen über das Thema geredet haben,
sich gleichzeitig
jeder für sich seine Gedanken gemacht hat,
aber es auch gemeinsam
und zwar nicht,
was wir schon fertig entschieden haben,
sondern was noch offen war,
was das Thema überhaupt
mal aufkommen ist.
Und durch das ist wie
der Schritt
gemeinsam gelaufen worden,

[Transcript] HEJ DU - Der Podcast über offene Beziehungen / HEJ DU - Nicht-monogame Beziehung erfordern Persönlichkeitsarbeit

diese Strecke ist gemeinsam gelaufen worden,
vielleicht bin ich mal wieder vorhin gestanden,
und dann bist du wieder mal wieder vorhin gestanden,
aber grundsätzlich
sind wir den Schritt zusammengegangen.

Ja,
aber es hat viel damit zu tun,
dass wir darüber geredet haben,
dass du das nicht,
ich sage jetzt,
dass du nicht eines Tages
auch auf der fucking Blue für mich
gekommen bist und gefunden hast,
Sheila,
ob sie davor, dass ich künftig einmal pro Monat
ins Wiener Club gehe,
will ich eine offene Beziehung,
sondern das Thema
ist zusammenarbeitet worden.

Ja, aber sonst
ist es im Normalfall
irgendjemand kommt
mit diesem Thema, egal
wie weit es spreadelt hat.
Auch wenn du kommen wirst und sagst,
ich war gerade mit einer Kollegin,
sie hat mir etwas von offenen Beziehungen erzählt,
kennst du das?

Auch schon nur das
rüttelt genug fest
an diesem Wertefundament,
dass es eine Diskussion gibt.

Ja, aber es ist auch gut,
dass es eine Diskussion gibt.
Auch an unserem Wertefundament
hat es in diesem Sinn gerüttelt.

Natürlich.

Das ist ja nichts Negatives,
aber man hat es relativ früh
miteinander gerüttelt
und nicht,
du hast für dich unheimlich geboren
und hast mich nach

[Transcript] HEJ DU - Der Podcast über offene Beziehungen / HEJ DU - Nicht-monogame Beziehung erfordern Persönlichkeitsarbeit

einer Vortatsache gestellt und gefunden,
das ist jetzt der Tunnel von hier auf China.
Und jetzt gehst du da?
Ja, aber das ist das, was ich wollte sagen.
Fantastisch.
Reisen ist das Thema wie in der Werke.
Ja, aber das ist das,
was ich meine.
Auf der einen Seite hast du ein Bedürfnis,
ein individuelles Bedürfnis
auf den Mond zu gehen
und das andere ist aber etwas,
was viel tiefer rankert ist,
finde ich, oder ist wahrscheinlich so,
ich weiss es auch nicht.
Ja, solche Wertevorstellungen
sind tiefer in einem Menschen drin.
Nein, Reisen gehört zu meinen Werten.
Nein, aber...
Das ist schön zu sagen.
Ja, du weisst es mir auch hoffentlich.
Aber wie auch immer,
ich habe es unterschätzt.
Nach einer Woche kann ich sagen,
es war so und so,
wir haben eben
wie gesagt,
wir haben unseren Wert umgerüttelt
und es war schön.
Weisst du,
es hat auch etwas anders rausgekommen.
Wir hatten gerade das Glück,
vielleicht ist das ein Punkt,
aber es hat einen Schluck mit der Checkliste.
Das ist schon dran.
Ladies und Gentlemen,
tue ich hier mal
ein Wingerclub Tokku zu
und dann, wenn wir mal
das Zweite vor dem Fernsehen hocken
und dann einfach mal so
einspielen.
Dann sage ich so, wie wäre es

[Transcript] HEJ DU - Der Podcast über offene Beziehungen / HEJ DU - Nicht-monogame Beziehung erfordern Persönlichkeitsarbeit

und so und dann...
Schau dir mal.
Genau, mal schauen,
wie die Reaktionen sind.
Ja, vielleicht
ist das ja
offene Türeau.
Ja, vielleicht ist das Wingerclub eine Lösung.
Es muss ja nicht
alles unweigerlich
auf einen unmonogomischen Beziehungserlaufen.
Ich finde,
grundsätzlich wäre es einfach
genau ich,
für so zusammenfassend.
Grundsätzlich ist es immer eine gute Idee,
einerseits
sich mit sich selbst zu befassen,
und klar zu sein,
ob das, was man macht
und wie man lebt
und wie man es handhabt, so ist es,
wie man es tatsächlich haben möchte
oder ob es da irgendwie Sachen gibt,
die man gerne anders hat.
Das aber gleichzeitig
in einer Partnerschaft, zumindest
auch mit dem Partner oder der Partnerin
zu teilen, so dass der Partner
und Partner in einerseits die Möglichkeit hat,
mit auf den Zug zu steigen
oder zumindest mal mit auf den Weg zu kommen,
bis zum Ende von diesem Weg mitläuft
oder nicht, sei da hingestellt.
Aber ich denke,
die Arbeit, die ich selbst leisten
und gleichzeitig das aber auch
gegenüber zu sagen
und gegenüber darüber zu informieren
und auch ein bisschen
mitzunehmen
auf die Eigennigreise.
Das hilft sicher auch,

[Transcript] HEJ DU - Der Podcast über offene Beziehungen / HEJ DU - Nicht-monogame Beziehung erfordern Persönlichkeitsarbeit

was eine Partnerschaft herablagt.
Das hast du so schön gesagt.
Es ist unglaublich.
Die Reise,
ich habe
einen zweiten Doku gesehen über den Süngerklub.
Ich informiere dich jetzt in diesem Fall.
Wann gehen wir?
Leute.
Das wäre so meine erste Reise.
Ich habe aber noch eine zweite.
Verzehn. Nein.
Das lassen wir jetzt.
Vielleicht die nächste Mal.
Wir müssen mal über unsere Reise in die Nationen reden.
Ja, das müssen wir wirklich machen.
Wir haben gleiche Zwiége.
Fabio.
Ich freue mich.
Ich freue mich.
Viel Spass.
Schön mitteilsam sein.
Bis zum nächsten Mal.
Copyright WDR 2021