

[Transcript] HEJ DU - Der Podcast über offene Beziehungen / HEJ DU - Verändert eine neue Beziehung das Verhalten oder den Sex in bestehenden Beziehungen?

Hey du, hey du.

Sheila?

Ja Fabio?

Wir haben letztens die Telefoniert und wir sind aufs Thema gekommen, wie eigentlich die offene Beziehung uns verändert hat.

Und zwar in unserem Verhalten und vielleicht auch, ob es irgendwie eine Auswirkung hatte auf unsere Sexualität.

Man hat ja so eine Frage bekommen.

Stimmt, genau, der hat uns eine Frage gehabt, wie sich unsere Sexualität verändert hat, genau. Genau.

Und auf das aber, auf unsere Superdiskussion, wo wir wieder mal gemerkt haben, wie unterschiedlich wir sind,

habe ich dann eine Umfrage gemacht.

Also auf dem, hey du, Instagram?

Ja.

Der Resultat ist eigentlich so, wie ich es vermutet habe.

Ich weiss aber, dass das eigentlich nicht deine Meinung ist.

Nein, nicht, dass es nicht meine Meinung ist, ich interpretiere das einfach anders.

Ja, also es wird schwierig heute.

Also ihr merkt, das fängt schon wieder an, hey sie ist wirklich so eine Sache.

Also wie hat denn deine Umfrage, umfrage Frage, gelautet?

Also die Umfrage Frage war eigentlich, wie hat sich das Verhalten in der Beziehung mit deinem Partner

und deiner Partnerin verändert, seit der offenen Beziehung herrscht und auch andere Menschen dort zu tun?

Und die Idee ist eigentlich, also jetzt so wie in unserer Konstellation, wir leben zusammen, wir sind schon seit Ewig zusammen, fast schon zu lange.

Und wir haben Kinder und wir haben die gleiche Wohnung.

Ja, vor allem haben wir irgendwie einen geschlossenen Bezieh gehabt und sind dann irgendwann aufgegangen.

Also die Prämisse ist, dass man schon, also dass man eine Beziehung hat, die es vor der Öffnung gegeben hat und die Frage ist, wie sich das Verhalten in dieser Beziehung verändert hat.

Genau, und zwar ist mir eben aufgefallen, dass wenn ich eine andere Beziehung habe, dann merke ich eigentlich, dass ich eine Situation habe, die für mich weiterhin auch nach 12 Jahren offener Beziehung nicht selbstverständlich ist.

Wir haben offene Beziehung und wir dürfen das und beide machen das und so weiter, aber trotzdem, oder vielleicht auch ein bisschen, dass wir jetzt ein paar Monate oder ein paar Jahre oder so irgendwie,

ja, wir haben da weniger Monogramm gehabt.

Das wird jetzt so nicht unterschrieben, aber ja, ich weiss, das ist eine ruhigere Phase.

Genau.

[Transcript] HEJ DU - Der Podcast über offene Beziehungen / HEJ DU - Verändert eine neue Beziehung das Verhalten oder den Sex in bestehenden Beziehungen?

Also weil als Monogramm würde ich die Phase trotzdem nicht bezeichnen, das ist ja dir. Nein, natürlich nicht.

Aber eben, und mir fällt auf, dass wenn ich eine weitere Beziehung habe, dann verändert sich mein Verhalten dir gegenüber und zwar nicht.

Ich würde irgendwie netter und sonst bin ich ein Arsch, sondern mir fällt einfach gewisse Sachen auf, die, wie ich dir gesagt habe, im Alltag so ein bisschen flöten können.

Und jetzt natürlich kann man sagen, ja, das ist jetzt eigentlich nicht so flott, weil ja, den Alltag...

Ja, das ist ja im Prinzip mein, das ist ja das, was über mir uns nicht einig sind.

Du sagst quasi, ja, ich bin aufmerksam gegenüber meiner Partnerin, wenn ich eine zweite, dritte oder vierte Beziehung habe.

Du argumentierst, dass das passiert, weil du so überglücklich bist und ich sage jetzt mal dankbar, dass das überhaupt möglich ist.

Und jetzt kommt eben die Interpretation rein.

Jetzt kann man natürlich grundsätzlich sagen, hey cool, in diesem Fall hat ja die zweite, dritte, vierte, siebente Beziehung einen positiven Effekt, in diesem Sinn,

weil du mir wieder mal öfter ein Prämli heimbringst oder wieder mal öfter irgendwie am Morgen, wenn du ins Büro gehst, schreibst, tschüss, Schatzi, oder was auch immer.

Und das finde ich auch völlig valid, und das ist auch okay, wenn man es so interpretiert.

Man kennt aber auch, und da kommt jetzt wieder mal meine puristische, negativ Interpretation, wie du es nennst,

ich finde einfach, es ist nicht negativ, aber es ist einfach ein anderer Blickwinkel.

Ich weiss, dass in einer Beziehung, die über eine längere Zeit läuft, und zwar unabhängig davon, ob die Beziehung offen ist oder nicht, das finde ich wichtig,

verändert sich ein bisschen, wie Sie rechem sagen, der Beziehungsalltag.

Am Anfang bist du in der Verliebtheitsphase.

Hier pädische Rande in Himmelaue und will schon andere lebendig fressen, möglich 24 Stunden pro Tag, sieben Tage pro Woche, 365 Tage pro Jahr.

Irgendwann lässt ja die Verliebtheitsphase an, und dann kommt so quasi ein bisschen mehr Alltag in Beziehung.

Und nach irgendwie 20 Jahren oder weiss ich, wie lange wir jetzt schon zusammen sind, ich kann aufgehört erzählen,

ist es wie völlig normal, und ich finde völlig enorm, dass man jetzt nicht mehr in der Verliebtheitsphase ist.

Also, die haben wir schon mehrmals durchgemacht miteinander.

Und man redet ja immer so ein bisschen davon, dass eine Beziehung auch Arbeit ist, oder zumindest sein sollte, und zwar Arbeit im Sinn, dass man es nicht zu fest

[Transcript] HEJ DU - Der Podcast über offene Beziehungen / HEJ DU - Verändert eine neue Beziehung das Verhalten oder den Sex in bestehenden Beziehungen?

oder über ein gewisses Mass hinaus einschleifen lässt,
dass man sich zum Beispiel müde gibt,
und trotzdem, auch wenn man nicht mehr in der Verliebtheitsphase ist,
kein Honig sich mal das Blümli schenkt,
oder sich mal sagt, dass man sich liebt, oder weiss ich auch nicht was.
Wenn das jetzt eigentlich nur passiert,
weil jemand von beiden oder beide eine zweite, dritte oder vierte Beziehung hat,
dann finde ich, es geht in so eine Abhängigkeit rein.
Natürlich ist es schön, wenn es stattfindet,
aber der Grund, wieso es stattfindet,
hat eigentlich gar nichts mit dieser Beziehung zu tun, primär,
sondern mit der anderen Beziehung.
Weil erst durch die anderen Beziehung kommt es dazu,
dass man die Arbeit wieder mehr leistet in der einen Beziehung.
Und das finde ich als Oberpuristin natürlich ein bisschen suboptimal.
Ich finde es optimal, und wir reden jetzt von einer optimalen Welt,
das heisst nicht, dass das unbedingt der Realität entspricht,
oder am Alltag von jeder Beziehung,
aber eigentlich wäre es ja in einer optimalen Welt so,
dass man sich in jeder Beziehung unabhängig davon,
wie lange es schon dauert,
und unabhängig davon, ob die Beziehung offen oder geschlossen ist,
5, 7 oder 25 andere Beziehungen hat,
einfach per se immer wieder einmal bemüht.
Dann kommt es aus der Beziehung selber raus,
aus einem selber raus.
Dann ist es in diesem Sinne für mich ein Optimum.
Natürlich ist es schön,
oder ist es auch schön, wenn es passiert,
weil man extern quasi in den Pulsen bekommt,
über eine zweite, dritte, vierte, fünfte Beziehung.
Aber optimal wäre es eigentlich,
wenn das unabhängig voneinander passieren würde.
Ich finde es zum Beispiel meistens,
also ich merke, dass du lieber bist,
vor allem wenn du gerade eine neue,
zweite, dritte, vierte Beziehung hast.
Und als Oberbeobachterin,
die irgendwie sehr nach Muster funktioniert
und halt sehr abstrakt denkt oder abstrahiert
und Sachen voneinander abkuppelt,
weiss ich mittlerweile, wieso du das machst
und dass du das machst,

[Transcript] HEJ DU - Der Podcast über offene Beziehungen / HEJ DU - Verändert eine neue Beziehung das Verhalten oder den Sex in bestehenden Beziehungen?

aber eigentlich, so die erste paar Mal,
hat es mich immer irritiert.
Weil bei mir so die Gedanken aufkommt,
also wieso muss er jetzt quasi mit mir nicht mehr sein,
nur weil er eine andere Beziehung hat,
das hat er gar nichts bei mir zu tun.
Also mittlerweile, ja,
mittlerweile keine die und weiss, dass du das machst.
Aber, ja, das sehen wir, glaube ich,
ein bisschen unterschiedlich.
Nicht wahr?
Also wir haben das ja am Telefon besprochen,
und weil man redet, ist er nur noch am Telefon mitgekommen.
Von Balkan zu Balkan.
Also mich hat das sich ein bisschen verwirrt,
dass du das eben so in Anführungszeichen negativ siehst,
weil ich sehe, dass es überhaupt nicht so ist.
Ich meine, ich gebe zu,
dass mich auch den Alltag am X hat
und gewisse Sachen können vielleicht bei mir auch vergessen.
Aber es ist nicht so extrem,
zumindest erlebe ich das nicht so,
dass ich irgendwie null Aufmerksamkeit habe,
und wenn ich dann jemanden andere habe,
dann ist Aufmerksamkeit bei 100 bei dir.
Also weisst du, so ist es ja nicht.
Ich finde einfach, es zeigt sich so bei gewissen Sachen,
bei gewissen kleinen Sachen,
die fallen dir auf, das ist auch gut so,
die sollen dich auch auffallen.
Ich mache es nicht einfach damit,
dass ich zufrieden bin,
aber ich mache es nicht mit der Absicht,
dass ich zu zeigen,
es gibt noch jemanden anderen,
sondern überhaupt nicht,
sondern ich mache das,
weil ich über den Meinung bin,
es ist weiterhin nicht eine Selbstverständlichkeit,
oder ich feiere unsere offene Beziehung weiterhin.
Ich finde es super, dass wir das machen,
und es ist weiterhin noch eine der besten Entscheidungen,
die wir hier zusammengetroffen haben.

[Transcript] HEJ DU - Der Podcast über offene Beziehungen / HEJ DU - Verändert eine neue Beziehung das Verhalten oder den Sex in bestehenden Beziehungen?

Das ist so ein bisschen ein Merci,
weil ich daran erinnern werde,
dass wir eigentlich etwas haben,
das ich super finde.

In meiner puristischen Welt ist das nicht logisch,
weil da wir das zusammen abgemacht haben,
beide voll im Bewusstsein und überhaupt,
ist es wie, wenn du dann quasi mit deinen
zusätzlichen Blumenströsschen oder was auch immer,
quasi dich bedankst,
ist es so, bei mir macht es einfach noch einmal,
man weiss ja, ich bin ein logischer Kind.

Es besteht gar kein Grund,
Messi zu sagen, Messi sage ich,
für etwas,
wenn ich fragte,
ich darf deine Schuhe haben,
dann sagst du mir,
dann sage ich Messi,
das ist so eine einmalige Sache.
Aber wenn wir etabliert haben,
dass wir unsere Schuhe teilen,
dann sage ich nicht jedes Mal Messi,
wenn ich deine Schuhe nehme.

Es ist halt wirklich,
es ist erstens das,
für mich ist es logisch betrachtet,
nicht nötig,
es gibt überhaupt kein Grund, Messi zu sagen,
weil es ist ja etwas,
was wir abgemacht haben.

Du hast mir damals,
was wir abgemacht haben, von mir aus gesagt,
hey Messi, geile Abmachung,
dann hat sich das erledigt,
weil es ist eine Abmachung.

Messi zu sagen,
jetzt werden natürlich wieder alle sagen,
Schienlau,
für sich etwas netter,
man kann sich auch mehrmals für etwas bedanken,
wenn es über längere Zeit da dauert.
Aber es ist in diesem Fall wie nicht

[Transcript] HEJ DU - Der Podcast über offene Beziehungen / HEJ DU - Verändert eine neue Beziehung das Verhalten oder den Sex in bestehenden Beziehungen?

notwendig
und in Kombination damit,
dass es eben,
wirklich meine offene Beziehung haben wir auch,
wenn du keine neue, zweite, dritte Beziehung hast.
Also hättest du ja den Grund,
auch wenn du gerade nichts am Laufen hast,
es ist ja erst das tatsächliche
Ausleben,
sagen jetzt mal,
nein, nicht Umsätze, aber wie auch immer,
dann willst du sagen,
was bei dir dazu führt, Messi zu sagen.
Und das ist so,
abgesehen davon eben, es ist nicht notwendig,
ist es so,
okay.
Ich weiss, aber da ticken wir
jetzt halt unterschiedlich.
Also, ich meine,
es tut mir wirklich sehr leid,
die Aufmerksamkeit.
Ihr ist ja übertrieben, aber...
Also weiss,
lustigerweise haben wir bei der Umfrage,
die du gemacht hast,
haben ja ganz viel gesagt, dass es noch
fürs Popcorn hier ist.
Meine Konklusion, es gibt viele,
die eigentlich keine offene Beziehung ausleben,
aber trotzdem,
unseres Instagram-Profil
anschauen oder unseren Podcasts
lassen, was mich natürlich absolut freut.
Und
noch einmal,
es ist ja schön,
es ist grundsätzlich schön,
wenn jemand aufmerksam ist.
Aber
man kennt ja dann das Gefühl,
also probiert ihr jetzt
irgendwie mir zu bestätigen,

[Transcript] HEJ DU - Der Podcast über offene Beziehungen / HEJ DU - Verändert eine neue Beziehung das Verhalten oder den Sex in bestehenden Beziehungen?

dass ich immer noch wichtig bin
und trotzdem nett bin,
wo ich dann auch so finde,
das musst du mir gar nicht bestätigen, ich weiss es.
Ich bin zu wenig unsicher,
für das ich die Bestätigung brauche.
Oh mein Gott,
es widerspricht
ein bisschen, du sagst,
du redest jetzt immer gerade von,
ich könnte meinen das,
oder wir könnten meinen das.
Das sind einfach mögliche Interpretationen
von der zusätzlichen Aufmerksamkeit.
Gleichzeitig sagst du,
ich bin gar nicht so unsicher,
dass ich die Information habe.
Nein, ich überlege mir,
was das bedeutet.
Das tut mir dann mehr Aufmerksamkeit,
wie nicht.
Überlege ich mir natürlich Möglichkeiten,
was das heissen könnte.
Eine davon könnte sein,
dass du mir zusätzliche Bestätigung
möchtest geben,
weil jetzt jemand noch so aufgedaucht ist
und du vielleicht mehr unterwegs bist
und die Geistung
öfter mal abwesend
oder anders fokussiert
und du das Gefühl hast,
dass das Bedarf
wir gegenüber
einfach so das heissen,
ist im Fall immer noch alles in Ordnung,
ich bin immer noch auch bei dir.
Und auch das,
auch wenn, ich sage,
es sind verschiedene Möglichkeiten,
die wir in den Sinn kommen
und auch bei dieser Möglichkeit finde ich so,
aber auch das ist nicht wirklich nötig.

[Transcript] HEJ DU - Der Podcast über offene Beziehungen / HEJ DU - Verändert eine neue Beziehung das Verhalten oder den Sex in bestehenden Beziehungen?

Hat er dann das Gefühl,
ich gebe dir das Gefühl,
ich brauche mehr Bestätigung?
Dann fange ich wieder an,
habe ich jetzt in meinem Verhalten
und dann muss ich feststellen,
nein, habe ich nicht,
weil ich bin ja nicht.
Total, ich zitter, wie man es sagt.
Nein, aber du merkst, oder?
Es ist so, normal.
Das ist jetzt sehr aus meiner Perspektive,
die sehr auf Muster
und irgendwelche
wiederholte Sachen achten.
Wenn natürlich etwas anderes ist,
auf einmal suche ich einen Grund dafür.
Und oft erschliess sich
mir rein.
Ein Grund nicht.
Stört es mich,
dass ich mehr Blumen nicht bekomme?
Nein, überhaupt nicht.
Ich nehme die Blumen gerne.
Aber noch einmal,
feel free, anytime,
unabhängig davon.
Ja, aber vielleicht einfach noch,
es ist nicht so,
dass ich jetzt jeden zweiten Tag
mit einem Blumenstraußier habe?
Ja, also seit wieder etwas aktiver bist,
habe ich
das Jahr lang
kein Überkobel gesagt.
Und dann hast du
falsch geschaut.
Und ich meine, die Blumen,
hatten einen Grund.
Der letzte war zum Beispiel den Muttertag.
Ja, klar.
Vorher war es Entschuldigung,
weil du Dumptan hast.

[Transcript] HEJ DU - Der Podcast über offene Beziehungen / HEJ DU - Verändert eine neue Beziehung das Verhalten oder den Sex in bestehenden Beziehungen?

Nein, jetzt haben sie wieder Dumptan.
Ich habe Dumptan.
Du hast dich entschuldigt.
Ich meine, jetzt weiss es.
Ich habe es schon vorher gewusst.
Ja, aber nein,
wir haben nie so darüber geschwätzt,
vielleicht.
Ich habe gemeint,
dass ich das schon einmal besprochen habe.
Ich finde das irgendwie etwas,
das ich nicht schlecht finde.
Ich finde es auch nicht...
Aber für mich ist es,
weil ich das Gefühl habe,
ich mache das nicht.
Also ich habe das Gefühl,
ich weiss nicht,
dass ich das Gefühl habe,
du hast das auch gemacht,
wo du gerade aktiver warst,
als jetzt.
Was ich kann sagen,
aber jetzt siehst du wieder die Perspektive.
Wo ich aktiver war,
als du,
habe ich das Gefühl,
dass du vorderisch
oder
hittest gerne
ein bisschen mehr von mir.
Also
ich muss dich jetzt
einmal mehr fügen
oder
ich muss dich jetzt einmal mehr knutschen.
Und ich habe das Gefühl,
es ist sehr ums körperliche Gang.
Und ich habe dir das gegeben,
weil ich das Gefühl hatte,
wenn er das braucht,
um sich wohlfühlen in dieser Situation,
dann gebe ich dir das natürlich gerne.

[Transcript] HEJ DU - Der Podcast über offene Beziehungen / HEJ DU - Verändert eine neue Beziehung das Verhalten oder den Sex in bestehenden Beziehungen?

Aber es ist nicht so,
dass ich jemals
dort geguckt bin
und ich muss jetzt
mich beim Fabio bedanken,
dass wir eine offene Beziehung haben,
weil das ist für mich
eine abgemachte Sache.
Das haben wir geregelt.
Und ich habe auch nie überlegt,
na vielleicht ist er verunsichert,
ich muss ein bisschen mehr fügen,
damit er sich in einer Männlichkeit
eine Bestätigung fühlt.
Ich habe nie bewusst,
dass in dem Sinne,
als es ein gebender Nackt
ist, es gibt punktuell
den Bedarf bei dir,
aus welchem Grund auch immer,
ein bisschen mehr einzufordern
und das ist auch okay,
das darfst du, das gebe ich dir auch gerne,
wenn dir und uns,
dass irgendwie hilft,
uns wohl zu fühlen,
dann haben wir es.
Aber es ist wie ein anderer,
es ist ein anderer Beweggrund.
Ja, ja, aber weißt du,
es ist nicht so bei mir,
ich habe gestern ein Date gehabt
und dann komme ich
irgendwie mit Blumen anzulaufen.
Es ist nicht das.
Es ist ...
Ich mache das
von mir aus, ich mache das ...
Du bist einfach ein netter Mensch,
ist gut, die Leute da sind,
haben es wieder mal gehört.
Nein, es ist nicht das.
Du siehst das anders,

[Transcript] HEJ DU - Der Podcast über offene Beziehungen / HEJ DU - Verändert eine neue Beziehung das Verhalten oder den Sex in bestehenden Beziehungen?

für dich ist die Abmachung
in die Stoffe geworden
und du siehst das anders.
Und bei mir ist es so,
ich ...
Du findest es immer noch erstaunlich eigentlich
und etwas ...
Ich glaube wirklich,
für dich ist,
dass wir eine offene Beziehung haben
oder die offene Beziehung an sich,
ist für dich, glaube ich,
immer noch ein bisschen ein Marvel,
ein bisschen ein Wunder.
Ja.
Und du stellst immer wieder fest,
das treift vor Süßigkeit.
Und bei mir ist es so,
ich glaube, ich bin nicht einfach ...
Keine Ahnung.
Für mich ist das,
ist das nicht ein Wunder,
für mich ist das völlig normal.
Darum, ja,
ist so ...
Ja, für mich ist es auch normal.
Ich sag mal, weißt du nicht,
vielleicht zu den letzten zwei Jahren
ist es nicht so wahnsinnig viel gelaufen,
sagen wir mal, weißt du nicht.
Ja, das ist nicht so normal.
Das ist die letzte zwei Jahre,
ist nicht allzu viel gelaufen.
Dann geht das so ein bisschen,
dann dreht das in den Hintergrund.
Bei mir eben überhaupt nicht.
Ich stehe nicht am Morgen auf und denke,
wow, so eine Schiene,
was für eine schöne offene Beziehung habe ich.
Das sind nicht meine Gedanken.
Ja.
Ich merke, dass mir das bewusst wird,
wenn ich das auch wirklich machen kann,

[Transcript] HEJ DU - Der Podcast über offene Beziehungen / HEJ DU - Verändert eine neue Beziehung das Verhalten oder den Sex in bestehenden Beziehungen?

wenn ich andere treffe
wie immer.
Er erlebe mir das wirklich anders.
Ja.
Ich finde, ich staune immer wieder,
dass wir das gemacht haben,
dass wir ...
Ja, weißt du,
wir werden immer wieder so ein bisschen in ...
wie nennt man das?
Vor Augen geführt.
Wie geil wir sind.
Das auch, aber ...
was für einen Weg wir eigentlich gemacht haben.
Da hat es nicht nochmal
um das wieder durch zu kommen.
Aber ...
es war für mich
der schwerste Weg von meinem Leben.
Und ...
ich finde auch heutzutage noch,
dass ...
dass wir uns ...
auf die Schulter klopfen können,
dass wir das so gemacht haben.
Ja, ich glaube, da sind wir unterschiedlich.
Ich glaube, ich weiss,
dass es für dich
ein schwerer Weg war.
Und ich glaube, ich habe das Gefühl,
einfach weniger.
Für mich ist es in diesem Sinne ...
für mich persönlich
alleine als Sheila,
ist es ...
nicht unbedingt ein schwerer Weg gewesen.
Also, ich habe es schon schwieriger,
als ich in meinem Leben durchgemacht.
All das.
Darum ...
oder ist es für mich von der ...
eben von der Marvelness her,
wie wahrscheinlich anders

[Transcript] HEJ DU - Der Podcast über offene Beziehungen / HEJ DU - Verändert eine neue Beziehung das Verhalten oder den Sex in bestehenden Beziehungen?

gross wie bei dir.
Das heisst nicht, dass ich nicht finde,
dass wir das gut gemacht haben.
Und ... das heisst nicht,
dass ...
nicht auch ich finde, es gab ...
Momente,
wo es ...
anstrengend war oder kritisch war,
oder wie auch immer.
Aber ich persönlich für mich ...
für mich
ist es wirklich so ein bisschen ...
selbstverständlichsten auf der Welt.
Und ... das ...
hat in diesem Sinne wie weniger ...
ich sage jetzt mal,
ja, für mich ist es am Schluss ein Sonderstatus.
Weil es für mich völlig selbstverständlich ist.
Und man weiß,
Sheila ist verkauft, wenn etwas selbstverständlich ist,
dann ist es einfach selbstverständlich.
Das heisst ...
ich glaube, aus diesem Grund ...
bewerte ich in diesem Sinne auch ...
ein bisschen anders.
Es ist so wie ...
gesund klar, dass ich eine offene Beziehung habe.
Genauso ist unklar, wie das ich ...
Deutsch kann,
weil ich im deutschsprachigen Raum lebe.
Also weisst du mich nicht?
Es ist bei mir ein bisschen anders.
Ich weiss, dass wir eine offene Beziehung haben.
Und es ist auch selbstverständlich.
Aber wenn ich sehe,
wie andere leben,
habe ich schon das Gefühl,
ich habe ein Sonderstatus.
Im Sinne, ich bin besser oder schlechter.
Aber ...
wir machen das einfach anders.
Ich finde das ...

[Transcript] HEJ DU - Der Podcast über offene Beziehungen / HEJ DU - Verändert eine neue Beziehung das Verhalten oder den Sex in bestehenden Beziehungen?

weiterhin ...
eine sehr ...
aussergewöhnliche Sache.
Ich bewerte das überhaupt nicht.
Ich finde uns überhaupt nicht aussergewöhnlich.
Ich finde alle andere aussergewöhnlich.
Ich auch gut.
Aber ...
zu dieser Umfrage ...
ich will noch sagen ...
rund 60 % ...
also 2 Drittel der Leute ...
sehen das so wie ich.
Das war wirklich klar.
Ich bin aufmerksamer geworden.
Und ...
ein paar wenige ...
haben gesagt ...
oder haben abgestoben,
es gebe keine Veränderung.
Das ist mehr so das, was du bist.
Und dann hat es noch ein paar wenige gefunden.
Ich bin innerunaufmerksamer geworden.
Was finde ich gefährlich?
Ja, aber ich ...
habe mir das im Verlauf überlegt.
Ich kann es aber auch verstehen.
Ich habe mir überlegt, ob das ...
auch schon vorgekommen ist.
Und ...
ich möchte das noch kurz sagen.
Aber zuerst ...
30 % sind einfach nur wegen der Popcorn.
Nein, denn das sind ...
das sind unsere Kinozuschauerinnen und Zuschauer.
Also ...
ich bin eher unaufmerksamer geworden.
Das habe ich ...
ich glaube, ich hatte das Zeit auch.
Und ich habe mir überlegt,
wieso ...
und es ist ...
ich weiss nicht mehr, wann,

[Transcript] HEJ DU - Der Podcast über offene Beziehungen / HEJ DU - Verändert eine neue Beziehung das Verhalten oder den Sex in bestehenden Beziehungen?

in welchem Jahr und so.
Aber wo du ...
durch ...
aktiver warst,
als ...
wie hast du das gesagt?
In der Hochzeit.
In der Hochzeit, genau.
In der Hochzeit.
Zu dieser Zeit, in der es ...
hoch zu und her ging.
Dort habe ich ...
selber ...
so quasi wie so ...
als Selbstmarschmann.
Dass ich ...
Aufmerksamkeit von dir habe müssen,
einen Weg nehmen.
Oder vielleicht auch einen gewissen Tag.
Oder wenn du dich hast,
habe ich das müssen machen.
Und ich habe die müssen auf andere lenken.
Ich weiss gar nicht, ob ich dort ...
ich glaube, dort waren auch noch andere bei mir.
Ja.
Wenn es um Archivfragen geht,
musst du dich an mich wenden.
I can tell you.
Ja, ist gut.
Und ...
mir hat das geholfen,
diese Situation zu meistern
oder zu überstehen.
Ich ignoriere es jetzt auch.
Ja, aber es ist wirklich so.
Und das ist eine ...
das war eine Variante bei mir.
Das andere ist auch ...
in dem Moment,
wo wir die Bezieh geöffnet haben.
Und du ja dort ...
mit Windeln,
wechseln beschäftigt war.

[Transcript] HEJ DU - Der Podcast über offene Beziehungen / HEJ DU - Verändert eine neue Beziehung das Verhalten oder den Sex in bestehenden Beziehungen?

Das fand ich.
Das war natürlich alles neu.
Und ...
ich habe dort schon gemerkt,
dass ...
dass sich der Fokus
etwas verschiebt
auf andere Leute.
Auch wenn es nur kurzzeitig war.
Also es ist nicht so ...
das weißt du, vielleicht ...
dann hast du ein Date gehabt,
am Tag bist du völlig neben der Schuhe gewesen.
Und am nächsten Tag ...
Ja, ich glaube, das ist eben auch ...
Wir haben ja jetzt ab und zu mal
Fragen oder Kontakt mit Leuten,
die Beziehung ...
öffnen.
Und ich denke ab und zu
aufgrund der Erzählungen,
die ich mitbekomme.
Ich denke,
das ist ein bisschen
ein Knackpunkt.
Oder das kann ...
ein Knackpunkt sein, potenziell.
Will.
Ich verstehe einerseits,
dass wir natürlich,
wenn wir über ...
Neues kennenlernen, also einerseits
ist man in einer neuen Situation beziehungsweise ...
aufgeht.
Und ich verstehe natürlich,
wenn wir über Neues kennenlernen,
gerade ...
in diese Begeisterungsphase
weil es ist neu, man kennt die Person noch nicht.
Man fühlt sich selber
vielleicht auch wieder mal bestätigt,
dass jemand anderem auf einem steht
und je bei ihr je

[Transcript] HEJ DU - Der Podcast über offene Beziehungen / HEJ DU - Verändert eine neue Beziehung das Verhalten oder den Sex in bestehenden Beziehungen?

und ...

Freude, Eier, Kuchen und Vögeln.
Also weißt du, ich verstehe,
dass dort natürlich wie die Aufmerksamkeit
höher ist,
als jetzt vielleicht in der bestehenden Beziehung,
die sich mittlerweile einpendeln hat,
wo man sich kennt,
wo in dem sind jetzt auch nicht mehr
auf die Gleichzeitung,
finde ich,
vor allem am Anfang, aber ganz ehrlich,
also ganz grundsätzlich,
wenn man von selbst arbeitet,
also wie kann ich mich
selber schaffen,
würde ich das
auf die Leisten nehmen, nämlich,
dass man seine Aufmerksamkeit
unter Kontrollen hat.

Ich finde es
ein bisschen
kindmässig,
oder es zeugt einfach davon,
dass man sich nicht so im Griff hat,
wenn man
die Begeisterung

...
wenn man diese Begeisterung quasi
weit macht, gibt,
den Fokus völlig auf sich zu ziehen.
Weil es ist gegenüber der bestehenden Person
oder der bestehenden Person,
ist es ehrlich gesagt
ein bisschen lasch,
wenn man dann einfach so
ah ja, da hat es eine grosse Welle
und ich reite jetzt die Welle und das Rest von mir
ist jetzt einfach das Rest von mir.
Ich finde, man kann,
ich finde es schön,
oder ich finde es für mich,
ist das ein Anspruch an mich selber,

[Transcript] HEJ DU - Der Podcast über offene Beziehungen / HEJ DU - Verändert eine neue Beziehung das Verhalten oder den Sex in bestehenden Beziehungen?

dass ich wirklich,
auch wenn ich noch so begeistert bin
und am liebsten 24, 7,
würde
auch einer Sache umhernehmen,
dass ich doch auch einen Moment habe,
wo ich
das, wie ich auf die Seite stellen kann,
und mein Fokus
einfach auch am bestehenden
kann geben.
Weil ich einfach das bestehende
schätze
und ich zeige
in diesem Sinn
meine Wertschätzung,
in dem ich zum Beispiel
die Aufmerksamkeitsressourcen
nicht völlig abdriften lassen,
weil jetzt gerade etwas Neues herkommt.
Das ist schwierig,
weil ich verstand, dass das passiert.
Aber ich finde,
für mich ist das
eine persönliche Messlatte.
Ich erwarte von mir,
das ist für mich ein
Best-Practice-Punkt.
Ich möchte auch
in so einem Moment
meine Aufmerksamkeitsressourcen
im Griff haben
und einigermaßen bewusst
und sagen,
jetzt gibt es so viele Ressourcen
dort und so viele Ressourcen
bleiben aber auch hier
oder kommen einfach immer wieder auch hier drin.
Das andere finde ich so ein bisschen lang.
Es zeugt für mich,
aber noch einmal, ich bin sehr
kopflastig, ihr merkt,
es zeugt für mich ein bisschen von

[Transcript] HEJ DU - Der Podcast über offene Beziehungen / HEJ DU - Verändert eine neue Beziehung das Verhalten oder den Sex in bestehenden Beziehungen?

ich weiss auch nicht, ob es
Fulheit ist
oder ja, einfach
Leute, die sich
allgemein mit Leuten,
die sich völlig gelönt.
Weil ich finde das extrem
schwach.
Wenn man sich
nicht mehr im Griff hat
und nicht mehr im Griff kriegt,
dann finde ich das irgendwie extrem
ja,
bis zu einem gewissen
Punkt respektlos
der Umwelt gegenüber.
Es tönt dazu blöd,
aber weisst du, wenn ich mal richtig
muss ausrasten,
sagen wir jetzt mal,
so richtig muss ausrasten
und keine Rücksicht auf irgendwelche
Befindlichkeiten um mich umwählen will,
dann gehe ich in den Wald,
Rohr 15 stein an einem Baum
und fluche vor mich ein
und fluche jeden zu tot und überhaupt.
Aber das kommt meine Umwelt nicht mit über.
Weil ich für mich weiss,
ich muss mir jetzt mal gehen lassen,
ich muss den Scheiss jetzt mal raushauchen.
Ist jetzt ein bisschen komisch das Beispiel aber gleich.
Man glaubt nicht mehr unter Kontrollen hat.
Wohl wissen,
dass das Umfeld
oder das nächste Umfeld
da jetzt einfach ausgesetzt ist,
finde ich das ein bisschen
verantwortungslos.
Aber immer das bin ich.
Ich habe relativ hohe Messlatte.
Ich möchte noch schnell
auf ein letzter Punkt kommen.

[Transcript] HEJ DU - Der Podcast über offene Beziehungen / HEJ DU - Verändert eine neue Beziehung das Verhalten oder den Sex in bestehenden Beziehungen?

Und zwar die Frage,
die uns mal gestellt wurde
und wie es sich
die Qualität verändert hat,
die wir bezieht geöffnet haben.
Und das geht ein bisschen
in das Gleiche, oder?
Ja, dann habe ich noch einen Punkt überlegt.
Ich habe den Eindruck,
dass es
nicht weniger geworden ist.
Wir hatten nicht weniger Sex.
Wir haben uns vielleicht weniger gesehen.
Aber in der Zeit,
wo wir uns gesehen haben,
haben wir alles gegeben.
Und ich hatte auch nicht das Gefühl,
dass es besser gewesen ist.
Im Gegenteil,
ich hatte das Gefühl, dass es besser gewesen ist.
Manchmal ist es nicht mehr gut.
Das ist immer wieder 10.000.
Wenn du es so formuliert.
Nein,
es ist nicht besser.
Aber es ist ...
Wahrscheinlich, weil ich das Gefühl hatte,
ich muss jetzt wieder um mein Revier markieren.
Ist es irgendwie intensiver.
Du positiven Sackdich.
Und jetzt ...
Jetzt musst du einfach nicht markieren.
Der Revier ist einfach da.
Verdammt ist es.
Das ist das.
Aber ich glaube,
es hängt mit dem zusammen.
Oder es geht ein bisschen um das Gleiche,
wie mit der Aufmerksamkeit.
Vielleicht macht man das auch automatisch.
Oder weil man mit anderen
auch noch trifft und mit anderen in das Bett geht,
hat man dann so ein bisschen ...

[Transcript] HEJ DU - Der Podcast über offene Beziehungen / HEJ DU - Verändert eine neue Beziehung das Verhalten oder den Sex in bestehenden Beziehungen?

Wieso?

Weil man gibt es
etwas mehr
in die anderen Beziehungen.
Beziehung.

Es gibt noch eine Erklärung.

Ich nagle meinen Fest.

Ich kenne die Theorie nicht 100%.

Aber ich glaube,
mich zu erinnern,
mal gelesen zu haben,
dass ...

Unabhängig ob offen oder geschlossen,
aber dass eigentlich
durch öfteres Vögel

...

Das kann man übrigens selbst befriedigungen beziehen.

Ähm ...

Die primären Geschlechtsorgane
öfter stark durchblutet werden.

Und aus dem Grund
und rein biologisch
auch in dem

Sinn wachensind

oder lebendiger

weil sie einfach öfter durchblutet sind.

Sprich, ich kann mir vorstellen,

dass natürlich wenn du

laufende andere Beziehungen

oder eine laufende andere Beziehung hast

und durch das wie

mehr Sex hast oder öfter

das natürlich biologisch

eine Auswirkung hat

auf das gesamte

Sexualleben,

weil du einfach grundsätzlich wie

aktiver bist, auch körperlich

und vielleicht durch das auch in der bestehenden Beziehung

oder bestehenden Beziehungen

wieder mehr

oder mehr Vögel ist.

Das ...

[Transcript] HEJ DU - Der Podcast über offene Beziehungen / HEJ DU - Verändert eine neue Beziehung das Verhalten oder den Sex in bestehenden Beziehungen?

Ich müsste ...

Ich weiss, wenn ich fragen könnte.

Nein, ich weiss, wenn ich fragen könnte.

Aber ich behaupte

ähm ...

das sollte einigermaßen verheben,

was jetzt ausgeschlagen ist.

Ja, aber ich glaube auch ...

Du hast ...

Ich meine, du bist über die Jahre

vielleicht in einer Beziehung, oder?

Und nachher hast du

öfter die Beziehung

Leute, die dich gut finden,

die du auch

Bestätigung überkommst.

Das muss ja nicht negativ sein,

Bestätigung überzukommen.

Das ist einfach so.

Wenn du 10 oder 20 Jahre in einer monogamen Beziehung lebst

und ja, natürlich

es läuft ja immer wieder mal ein über den Weg,

wo du irgendwelche ...

ähm ...

Magenbote macht.

Banane für euch,

Frankenbrotkilo.

Dann erfährst du ja die Bestätigung

oder das alles.

Ja, es ist eine Egobeflügelung.

Ja, und dann hast du wahrscheinlich noch

Schmetterling im Buch und im Kopf

und sonst noch irgendwo, und es ist überall ...

In der Schwänzling.

Genau, und all die Körperteile

sind schon wach, wenn du morgen aufstehst.

Es ist ...

das Beflügelung sicher.

Ja, ich habe das Gefühl,

es ist einerseits ...

Ich kann mir vorstellen, dass es einerseits

durch den Ego-Boost,

weil jemand oder mehrere andere Dichts

[Transcript] HEJ DU - Der Podcast über offene Beziehungen / HEJ DU - Verändert eine neue Beziehung das Verhalten oder den Sex in bestehenden Beziehungen?

quasi auch
körperlich attraktiv finden
und du das auch wirklich körperlich erlebst,
dass es einen Ego-Boost gibt.
Und den Ego-Boost dazu führt,
einerseits dazu führt,
dass du ...
ja, halt einfach ...
ein gesteigertes Attraktivitätsgefühl
hast, was natürlich wahrscheinlich dazu führt,
dass du ...
deine Attraktivität auch ändern willst
und gleichzeitig wirklich,
dass du rein körperlich
halt aktiver bist.
Und eben ...
auch rein biologisch körperlich
durch das,
wie ... wacher
oder wie auch immer, kein Ahnung, wie du das zustande willst sagen
und durch das,
auch einer ...
neue körperliche Aktivität dazu kommt.
Oder mehr, oder wie auch immer.
Es ist dann einfach komisch,
dann würde ich sagen, es ist komisch,
dass du nur eine Seite hast, oder?
Einseitig?
Ja, also wenn ich jetzt heimkomme
und dich ständig will vögeln
und du verspürst das überhaupt nicht,
dann wird es etwas kompliziert, oder?
Was meinst du?
Nein.
Wieso nicht?
Hä?
Also du hast noch die Prämisse festgelegt,
was ist die Prämisse?
Du hast jetzt quasi neue Beziehungen
und wegen dem bist du beflügelt
und du willst mich mehr vögeln
und ich finde, nein.
Dann ist es komisch.

[Transcript] HEJ DU - Der Podcast über offene Beziehungen / HEJ DU - Verändert eine neue Beziehung das Verhalten oder den Sex in bestehenden Beziehungen?

Weil?

Also sagen, warte schnell,
unter der Voraussetzung, ich sage jetzt mal,
wir vögeln fünfmal normal
und jetzt willst du mich neu zehnmal vögeln
und ich finde, nein, fünf ist okay.

Dann ist das komisch.

Ja.

Aber du merkst, dass du eine andere Voraussetzung hast.

Genau, das meine ich.

Aber wieso ist es dann komisch?

Ich habe mit diesem Beispiel
zu dieser Zeit, wo wir beide
einiges aktiver waren,
dort, wo wir uns getroffen haben,
es ist irgendwie einfach,
dort gab es einfach Sex und
zumindest habe ich das
im Kopf.

Und es ist anders,
wenn zwei richtig aktiv sind,
dann hat das jede Person,
die beflügelt hat
und
wenn das nur jemand hat
und die andere Person gar nicht,
dann kann das etwas komisch sein,
oder?

Wenn auf einmal eine kommt
und sie sich paare am Laufmeter.

Ja, ja, es ist komisch.

Es ist halt einfach,
weil das Grundvoraussetzung ein anderer ist.

Ich komme ja wieder gleich, also,
ja, in unserem konkreten Fall wäre es schon du,
der, der, was sexuell aktiv ist
und ich die, die nicht.

Sexuell aktiv ist ausser mit dir.

Das heisst, ich komme ja auch noch
und es ist klar,
dass ich auch
ein anderer mache.

Das Beispiel jetzt wieder.

[Transcript] HEJ DU - Der Podcast über offene Beziehungen / HEJ DU - Verändert eine neue Beziehung das Verhalten oder den Sex in bestehenden Beziehungen?

Das, ja, das, also...

Was?

Also, erwartest du
oder wirst du voraussetzen,
dass nur weil du jetzt anders Futter kassierst,
ich so, du mein Muss, wie meines Geistes?

Nein, ich verstehe nicht,
auf was du aussen willst, ich check nicht.

Du bist Master of Strange,
du hast mir vorher gesagt,
dass ich dir irgendwie
einmal mehr Blümel mit heimbringe.

Also, und das findest du jetzt nicht komisch.

Wenn ich heimkomme und sage,
hey, es steht fünfmal,
müssen wir jetzt zehnmal...

Nein, natürlich, ich würde nicht...

Also, je nachdem wie meine Liebe hier gerade zu wenig ist,
finde ich okay, dann füllen wir halt zehnmal
oder ich finde, nein, wir füllen nicht zehnmal, aber...

Ja.

Irgendwann würde ich dann schon sagen,
schau, Schatzi, ich weiss nicht,
was hier außerhalb alles läuft,
keine Ahnung, kriegt den Griff.

Aber das ist das Gleiche, oder?

Das wäre, wenn du überhaupt nicht
bedenken würdest,

dass nur weil du gerade
biologisch

hochaktiviert bist

und der Ego-Boost hoch drei hast,

ich den ja nicht unbedingt

haben muss, ich, ich bin mir normaler

Vordwasser bin. Ja, okay, gut.

Das meine ich, jetzt ist es komisch dann,
wenn ich das habe, wenn nur ich habe
und du nicht.

Also komisch, es ist dann halt
einfach, ja, dann muss man halt
haben, komm, promise, wind
füllen wir fünfmal.

Ja, also,

[Transcript] HEJ DU - Der Podcast über offene Beziehungen / HEJ DU - Verändert eine neue Beziehung das Verhalten oder den Sex in bestehenden Beziehungen?

aber was würdest du in diesem Fall empfehlen,
wenn man, wenn man merkt,
wenn man merkt, ja,
ich meine, wir haben jetzt lange darüber geschnurrt.
Ja, es kommt ein bisschen davon,
wahrscheinlich gibt es, vielleicht gibt es
auch Leute, die mehr Aufmerksamkeit
möchten oder brauchen,
wenn der Partner oder der Partnerin
eine neue, andere Beziehung hat.
Ich glaube,
grundsätzlich
man redet darüber, also
wenn jemand das Bedürfnis hat, aufmerksamer
zu sein, dann bist du mal aufmerksamer
und schaue, wie dich eine andere Person reagiert
und die andere Person
soll sich melden, wenn sie es komisch findet
oder nicht rauskommt. Also anhand
von diesem Beispiel, das wir jetzt gerade haben,
würde ich sagen,
sobald das irgendwie kommt,
dann müssen wir mal darüber schwänzen,
dass irgendjemand verwirrt ist,
weil jetzt auf einmal mehr Markereite
auf dem Tisch sind. Ja, aber ich bin
eh dafür, wenn du Fragen hast, dann frag.
Also,
und sonst finde, also,
ich kann dich jetzt nicht gefragt, aber ich kenne dich
auch einfach sehr gut, ich kann
interpretieren, was das ist. Ja, aber
offensichtlich hast du
etwa drei, mindestens drei
aus meiner Sicht
Fehlinterpretationen gemacht. Nein, das sind
wirklich mögliche Optionen,
die einem in den Sinn kommen
und man die aussuchen, die am besten
auf die Person passt. Ich kenne dich ja.
Aber ich sage, die Interpretationsmöglichkeit
ist Chorén, also da gibt es,

[Transcript] HEJ DU - Der Podcast über offene Beziehungen / HEJ DU - Verändert eine neue Beziehung das Verhalten oder den Sex in bestehenden Beziehungen?

laden wir uns noch 15 andere Möglichkeiten bringen. Ja gut, also, einmal mehr ist ... Drogen bautet. ... ein Räder, also es ist wirklich so, man kann nicht um das holen.

Ja.

Ja gut, also ...

Ich hoffe Popcorn war gut.

Ja.

Ich hoffe eher Salz und Zucker nicht.

Nein.

Wir freuen uns auf die nächste Umfrage, zwar nicht, was es sein wird, aber das machen wir bestimmt wieder.

Ja.

Gut, alles gut.

SWR 2020