

»Dem Ex noch einmal richtig wehtun«

Paartherapeut Abbas Schirmohammadi über Trennungsschmerz, Rache und Schmuck des Expartners.



Abbas Schirmohammadi (36), Heilpraktiker für Psychotherapie und Paartherapeut aus München, Autor mehrerer Bücher, zum Beispiel: „50 bewährte Tipps gegen Liebeskummer“, 100 Seiten, 12,90 Euro.

Was halten Sie von Exboyfriendjewelry und anderen Angeboten im Internet?

Auf der einen Seite ist es eine gute Gelegenheit, dem Ex noch einmal richtig wehzutun, sich von der Vergangenheit zu lösen, auf der anderen eine Möglichkeit, gutes Geld zu verdienen. Die Geschäftsidee ist keine schlechte, muss ich zugeben, doch ethisch-moralisch halte ich nicht viel davon, so öffentlich und berechnend mit der Liebe und Privatsphäre, die mal da war zum Ex, hausieren zu gehen.

Hilft es denn nicht bei der Verarbeitung der gescheiterten Beziehung, sich von Sachen zu trennen, die an den Expartner erinnern?

Das kann schon helfen. Das hängt aber auch immer damit zusammen, wie die Beziehung endet: in Streit oder freundschaftlich. Grundsätzlich kann ich als Paartherapeut bestätigen, dass es für viele hilfreich ist, nach einer gescheiterten Beziehung ein neues Leben zu starten, mit der Vergangenheit abzuschließen, alle Überbleibsel der letzten Partnerschaft zu beseitigen und nach vorn zu schauen. Andere hingegen bleiben sehr eng in Kontakt und werden zu guten oder besten Freunden, da bleibt die gemeinsame Vergangenheit bestehen, was jedoch eher selten ist.

Aber was mache ich, wenn die Erinnerung an den Expartner schmerzt?

Wenn mich etwas Bestimmtes in meiner Wohnung immer an meine Ex erinnert, mir wehtut und mich von meiner neuen Beziehung ablenkt, ist es sicherlich besser, Tabula rasa zu machen. Dann sollte man sich von allen Erinnerungsstücken trennen. Wenn es um Besitz des Expartners geht, sollte man diesen ihm zurückgeben. Wenn es sich um Geschenke handelt, kann man damit machen, was man möchte: behalten, wegschmeißen, verschenken oder verkaufen. Schmuckstücke einer Liebe haben für viele Menschen eine sehr wichtige Bedeutung. Es ist verständlich, dass Menschen bei einer Trennung diese Teile ablegen. Was sie damit dann machen, bleibt ihnen überlassen.

Geht es auch um Rache am Expartner, wenn der Schmuck verkauft wird? Erst recht, wenn dabei steht, warum die Beziehung in die Brüche ging?

Ich denke schon, dass das in vielen Fällen eine Rolle spielt. Frauen oder Männer, die von ihren Expartnern betrogen oder verlassen wurden, können sich so wunderbar an ihnen rächen. Die soziale, öffentliche Bloßstellung kann psychisch befriedigen, ein Gefühl von Macht und Genugtuung erzeugen, das Ausplaudern von intimen Details vom Ex nicht verhindert werden. Gleichzeitig kann damit gutes Geld verdient werden. Psychologie spielt auf solchen Foren eine wichtige Rolle. Je intensiver und emotionaler der Beschreibungstext des Schmuckstückes ist, desto höher die Gewinne, die erzielt werden können. Für die enttäuschte Frau oder den enttäuschten Mann also gleich ein Triple-Volltreffer: Rache am Ex, Loslösung aus der Vergangenheit und ein gutes, ertragreiches Geschäft.

Es geht den Nutzern der Seite weniger um das Verarbeiten der gescheiterten Beziehung als ums Geldverdienen?

Die Geschichte der Beziehung und des Schmuckstücks ist Teil des Spiels. Ob diese wirklich stimmt, frei erfunden oder einiges hinzugedichtet ist, bleibt dahingestellt. Auf jeden Fall hilft die Beschreibung dabei, das Schmuckstück genauer zu definieren und somit auch den Preis zu bestimmen. Wie gesagt: Je besser die Story, desto höher der Wert. Wer seine Geschichte ehrlich preisgibt, tut damit zwar auch etwas für seine Verarbeitung. Viele autobiografische Bücher gibt es auf dem Markt, die über intensive Ereignisse berichten, wobei der Autor gleichzeitig – bewusst oder unbewusst – Psychohygiene und Verarbeitung betreibt. Über Gefühle zu schreiben hilft, sie zu bearbeiten. Ich glaube aber nicht, dass das der Hauptgrund für die Frauen oder Männer ist, auf diesen Portalen ihre Schmuckstücke zu verkaufen, ebenso wenig, dass ihnen die Verarbeitung durch das Öffnen wichtiger ist als das Verkaufen des Schmucks.

Die Fragen stellte MARKUS WERNING.