

SO KANN EIN LIEBESCOMEBACK KLAPPEN

Brad Pitt und Angelina Jolie wollen es angeblich nochmal miteinander versuchen. Wir haben den Paartherapeuten Raimondo Lettieri gefragt, was Ex-Paare bei einem Neuanfang beachten sollten.

Von: Felicia Hofmann

05

Sep '17

zurück

teilen

+116

-58



Schafft das Super-Couple den Neuanfang?

Bild: Getty Images

Angelina Jolie und Brad Pitt haben die Glamour-Welt schockiert, als sie vor einem Jahr ihre Trennung bekannt gaben. Gegen Brad wurde wegen Kindesmisshandlung ermittelt, Angelina schien einiges an Gewicht und Lebensfreude verloren zu haben – eine zermürbende Geschichte. Seit kurzem heisst es nun, dass die beiden ihrer Liebe nochmal eine Chance geben wollen.

Wie bestimmt auch Brad und Angelina wissen, ist ein zweiter Versuch nicht gerade einfach. Wir haben den Zürcher Paartherapeuten Raimondo Lettieri gefragt, wie ein Comeback funktionieren kann.

1

Authentisch sein

Auch wenns vielleicht schwer fällt, weil man alles richtig machen will: Bei einem Neuanfang ist es wichtig, authentisch zu sein und sich selbst nicht zu verbiegen. "Das mag paradox klingen, da dies bedeuten könnte, dass man in alte Konflikte zurückfällt. Es geht aber nicht darum, sich nach den Wünschen des Partners zu verrenken, sondern herauszufinden, ob man mit den Unterschieden in Zukunft besser umgehen kann", sagt Lettieri. "Sonst implodiert oder explodiert man früher oder später."

2

Jeder sollte reflektiert haben

"Ob ein Paar jahrelang getrennt war oder nur drei Wochen, spielt fürs Comeback keine wesentliche Rolle. Entscheidend ist, ob und wie man sich in dieser Zeit verändert hat und was man für sich selbst und gemeinsam als Paar künftig anders möchte", sagt Lettieri.

3

Nicht aus blosser Einsamkeit wieder zusammenkommen

Angelina erzählte am Sonntag in einem [Interview](#), wie schwer sie sich als Single und mit dem Alleinsein tue. Aber: Nur mit dem Ex wieder zusammenzukommen, weil man die Einsamkeit nicht aushält, kann keine Lösung sein. Lettieri: "Dann fällt man rasch wieder in alte Muster zurück, ohne diese verändern zu können."

4

Gemeinsam über die Trennung sprechen

Vor dem Liebescomeback sollte jedem klar sein, welche unerfüllten Bedürfnisse zur Trennung geführt haben, und ob diese einem immer noch wichtig sind. Offene, wohlwollende Gespräche sind Pflicht – sonst ist die Gefahr gross, auch beim zweiten Anlauf immer wieder über dasselbe zu streiten.

5

Nicht unbedingt von zwischenzeitlichen Liebschaften erzählen

"Während der Trennung hat jeder neue Erfahrungen gemacht; das ist auch richtig so. Was davon mit dem anderen zu teilen ist, kann nur jeder für sich selbst entscheiden", sagt Lettieri. Wilde Partynächte, Affären, Beziehungen: Was in der Zwischenzeit passierte, muss also definitiv nicht gebeichtet werden.

6

Die Dating-Orte mit Bedacht auswählen

"Orte, die schlechte Erinnerungen oder frühere Verletzungen hervorrufen, sollte man eher vermeiden. Besser wäre es, ein paar Dinge auch neu zu erfinden, zum Beispiel einen symbolischen Ort, der den Neuanfang bekräftigt", so Lettieri.