

## „Ein Paar hat sich getrennt. Wie bleibe ich mit beiden weiterhin befreundet?“



*Tamara Dietsch,  
56, ist Autorin\* und  
Coach. Jeden Monat  
denkt sie in DONNA  
über die kleinen und  
großen Themen  
des Lebens nach*

Dieses Problem kenne ich aus vielen Perspektiven. Zum einen aus der der Freundin, die sowohl mit ihr als auch mit ihm befreundet bleiben will. Und auch aus derer, die sich getrennt haben und natürlich wollen, dass sich an den gemeinsamen Freundschaften nichts ändert. Die wichtigste Perspektive habe ich aber schon als Kind kennengelernt: Meine Eltern haben sich früh scheiden lassen und hatten natürlich viele gemeinsame Freunde. Schon damals hatte ich das Gefühl, dass es meinen getrennten Eltern nicht immer nur um die einzelnen Freunde ging, sondern dass sie

sich um diese eine regelrechte Verteilungsschlacht lieferten. Dabei ging es untergründig immer wieder um die Frage, wer von meinen beiden Eltern aus dieser Angelegenheit als *Sieger* hervorging, also mehr von den gemeinsamen Freunden auf „seine Seite ziehen“ konnte. Dieser erbitterte Eroberungsfeldzug gipfelte zehn Jahre nach der Trennung in jener Begebenheit, die mich das Wichtigste lehrte, was es zur Lösung dieses Problems und damit zur Beantwortung unserer Frage braucht.

Mein Vater hatte ein paar Jahre nach der Scheidung eine neue Frau kennengelernt, die er dann irgendwann auch heiraten wollte. Zur Hochzeit waren – natürlich – auch viele der *alten*, gemeinsamen Freunde aus der Zeit mit meiner Mutter eingeladen. Meine Mutter hingegen stand nicht auf der Gästeliste. Ich glaube bis heute, dass sie das als eine regelrechte Schmach empfand. Aber anstatt mit dieser Kränkung allein klarzukommen, lud sie ausgerechnet ein befreundetes Ehepaar aus der Zeit mit meinem Vater, das auch zur Hochzeitsfeier kommen sollte, am selben Abend zu sich nach Hause zum Abendessen ein. Ein paar Monate danach traf ich dieses Ehepaar und fragte die beiden, warum sie nicht zur Hochzeit gekommen waren, sondern zu

einem im Vergleich dazu doch eher *banalen* Abendessen zu meiner Mutter. Ihre Antwort hat mich bis heute geprägt: Sie fühlten sich unter Druck gesetzt, dass sie sich für einen der beiden entscheiden mussten. Und ganz offensichtlich hatte meine Mutter den größeren Druck ausgeübt.

Wie also kann man mit Getrennten gleichzeitig befreundet bleiben? In Wahrheit schafft man es nicht selbst – sondern die Getrennten müssen es schaffen. Sie müssen um der Freundschaft willen ihre eigenen, oft egoistischen oder eben auch gekränkten Motive zurückstellen. Mit anderen Worten: Sie dürfen die gemeinsamen Freunde nicht für ihre persönlichen Zwecke missbrauchen. Freunde sind nicht dafür da, instrumentalisiert zu werden. Wenn es einem gelingt, genau das als guter Freund beiden deutlich zu machen, dann kann die Freundschaft auch in Zukunft gelingen.

Mit beiden.

\*In „Die Kraft liegt in mir“ (btb) schrieb sie unter anderem über den Tod ihres Mannes, den Regisseur Helmut Dietl