



SWR2 Leben

## **Es wird Zeit für mich zu gehen**

Wenn Freundschaften enden

Von Martin Hecht

Sendung: Donnerstag, 14. Februar 2019, 15.05 Uhr

Redaktion: Rudolf Linßen

Regie: Martin Hecht

Produktion: SWR 2019

SWR2 Leben können Sie auch im **SWR2 Webradio** unter [www.SWR2.de](http://www.SWR2.de) und auf Mobilgeräten in der **SWR2 App** hören – oder als **Podcast** nachhören:  
<http://www1.swr.de/podcast/xml/swr2/tandem.xml>

---

### **Bitte beachten Sie:**

Das Manuskript ist ausschließlich zum persönlichen, privaten Gebrauch bestimmt. Jede weitere Vervielfältigung und Verbreitung bedarf der ausdrücklichen Genehmigung des Urhebers bzw. des SWR.

---

### **Kennen Sie schon das Serviceangebot des Kulturradios SWR2?**

Mit der kostenlosen SWR2 Kulturkarte können Sie zu ermäßigten Eintrittspreisen Veranstaltungen des SWR2 und seiner vielen Kulturpartner im Sendegebiet besuchen. Mit dem Infoheft SWR2 Kulturservice sind Sie stets über SWR2 und die zahlreichen Veranstaltungen im SWR2-Kulturpartner-Netz informiert. Jetzt anmelden unter 07221/300 200 oder [swr2.de](http://swr2.de)

### **Die neue SWR2 App für Android und iOS**

Hören Sie das SWR2 Programm, wann und wo Sie wollen. Jederzeit live oder zeitversetzt, online oder offline. Alle Sendungen stehen sieben Tage lang zum Nachhören bereit. Nutzen Sie die neuen Funktionen der SWR2 App: abonnieren, offline hören, stöbern, meistgehört, Themenbereiche, Empfehlungen, Entdeckungen ...  
Kostenlos herunterladen: [www.swr2.de/app](http://www.swr2.de/app)

## **ES WIRD ZEIT FÜR MICH ZU GEHEN**

Autor 1

Manchmal, wenn ich über mein Leben nachdenke, dann denke ich an die, die einmal meine Freunde waren - und es heute nicht mehr sind. Sie sind weit weg gerückt und doch auch immer noch sehr nah. Die Freundschaften gingen zu Ende. Ja, ganz zu Recht, es ging nicht mehr weiter. Oder eigentlich schade, denn es war ja auch schön, lustig, spannend. Wie ist das mit den Freundschaften, die zerbrochen sind? Was macht man mit ihnen? Wohin steckt man sie? Das habe ich Menschen gefragt, die auch darüber nachdenken oder geschrieben haben - und die es bis heute beschäftigt.

Nele Langosch 1

Mein Name ist Nele Langosch, ich bin 31 Jahre alt und Journalistin, habe Psychologie studiert und schreibe vor allem über psychologische Themen.

Arno Frank 1

Mein Name ist Arno Frank, ich bin 47 Jahre alt und von Beruf Journalist und Schriftsteller.

Constanze Kleis 1

Mein Name ist Constanze Kleis, ich bin 59 Jahre alt und Journalistin und Buchautorin.

Autor 2

Ein altes Foto einer gemeinsamen Urlaubsreise, ein Buch, das ich nie mehr zurückgegeben habe und in dem noch immer der Name seines eigentlichen Besitzers steht, Erinnerungen, die in mir wachwerden. Wenn ich über die Freundschaften nachdenke, die endeten, dann ist das ambivalent. Mir fallen kleine Episoden ein. Manchmal lache ich, wenn ich an den herrlichen Unfug denke, den wir zusammen angestellt haben. Oder ich schüttele nur den Kopf über die Entfremdung, das Auseinanderdriften. Ja, bei mir ist es eine Art Wehmütigkeit, die in mir aufzieht, die da ist, aber dann auch wieder nicht stark genug, dass ich mir wünschen würde, die Zeit zurückzudrehen. Wie geht es uns mit den Freunden, die nicht mehr sind?

Nele Langosch 2

Ich bin interessiert daran, wie es dem anderen geht. Und frage mich manchmal auch, wie es wohl wäre, wenn man miteinander sprechen würde über das, was da passiert ist im Leben des anderen, oder was gerade passiert.

Arno Frank 2

Es ist ein Gefühl des Bedauerns, wenn ich daran denke oder ihnen begegne. Ich empfinde ein Bedauern, so ein leises Ziehen. So drückt sich glaube ich der Verlust aus, den man da dann doch erfahren hat.

Constanze Kleis 2

Naja, es ist ein seltsames Gefühl. Es ist ein bisschen so, als hätte man den Rettungsring auf der Titanic verschenkt. Weil man ja so eine Vorstellung hat, dass

enge Freundschaften ein Leben lang halten - länger als Paarbeziehungen zum Beispiel. Ich überlege dann schon, ob es nicht ein bisschen voreilig gewesen war, ob das nicht vielleicht doch noch Potenzial gehabt hätte und, ja, es sind nicht so schöne Gefühle.

Autor 3

Ich bin heute 54 Jahre alt und habe einige heftige Erschütterungen erlebt, Veränderungen, eine neue Partnerin kennengelernt, bin Vater geworden, bin verwitwet und hab immer wieder neu angefangen. Ich habe mich verändert. Ich glaube, so wie ich geworden bin, wollten mich meine alten Freunde irgendwann nicht mehr. Und so, wie sie geblieben sind, mochte ich sie nicht mehr. Es war meine Entscheidung. Ich glaube, ich hätte an dem alten Zopf anknüpfen können, aber ich wollte es nicht mehr. Wir sind uns irgendwie fremd geworden.

Nele Langosch 3

Das war eine Freundschaft aus der Schulzeit, wir hatten aber auch noch über die Schulzeit hinaus viel miteinander zu tun, waren eng befreundet. Es war eine sehr intensive Freundschaft. Die Gefühle, wirklich sehr intensiv. Und diese Freundschaft hat sich dann so entwickelt, dass ich weggezogen bin in eine andere Stadt. Auch schon vorher habe ich gemerkt, dass dieser Austausch doch etwas einseitiger wird. Also diese Wechselseitigkeit, dieses wirklich Austauschen. Jeder erzählt von sich, das wurde immer einseitiger insofern, als dass ich das Gefühl hatte, ihre Themen sehr viel Raum in unserer Freundschaft einnehmen. Und das war mir irgendwann zu viel. Das habe ich dann dieser Freundin auch geschrieben in einer E-Mail. Und nach dieser E-Mail herrschte eigentlich fast direkt dann Funkstille.

Arno Frank 3

Bei mir war es so, dass ich Vater geworden bin und dass der betreffende Freund außer Stande war, darauf zu reagieren. Also er hätte jetzt nicht das Kind huldigen müssen oder meine Vaterschaft. Aber er hat sich zu dem Umstand, dass sich in meinem Leben ja dann doch fundamental etwas geändert hat, überhaupt nicht eingestellt. Und das habe ich zu diesem Zeitpunkt als enorm beleidigend empfunden.

Constanze Kleis 3

Es war eine relativ enge Freundschaft, auch eine sehr lange Freundschaft, die letztlich daran gescheitert ist, an dieser Flüchtlingsthematik. Ich fand sie sehr herzlos, mitleidslos. Das ist, glaube ich, das, was mich daran am meisten gestört hat. Es kamen blöde Bemerkungen, es offenbarte sich da so ein Politikverständnis, das ich so gar nicht teilen mag. Und was mich aber letztlich, glaube ich, am meisten daran gestört hat, war eben, dass wir diese Ebene anscheinend nicht geteilt haben, dass man sich um andere Menschen kümmert, dass man eine gewisse Fürsorgepflicht hat, dass man interessiert ist, aufgeschlossen, und so weiter und so weiter. Und mit einem relativ abrupten Ende war dann plötzlich Schluss. Also wie man manchmal auch in Liebesbeziehungen Schluss macht, von einem Tag auf den anderen.

Nele Langosch 4

Den letzten großen Krach kenne ich nicht. Aber dadurch, dass das es bei uns eben so ziemlich abrupt dann auseinander gegangen ist, aufgrund dieser E-Mail, mit der ich eher was klären wollte - aber, das ist wohl in die falsche Richtung gelaufen, da

habe ich wohl die falschen Worte getroffen, dadurch ging es dann schon abrupt auseinander. Es war kein Krach, aber es war schon ein richtiger Schnitt.

Arno Frank 4

Ja, es gab so einen Besuch und, das können einige Leute nachvollziehen. Das Kind ist halt gerade frisch da, und er ist eben zu Besuch und spricht stundenlang über sich selbst. Einfach überhaupt nicht Notiz nehmend davon, was am anderen Ende der Leitung sozusagen passiert ist. Das ist auch nichts, worauf man jemanden hinweisen muss oder können sollte, sondern wenn es ein Freund ist, dann kriegt er das mit. So war damals meine, meine Meinung. Und das war auch der letzte Besuch.

Constanze Kleis 4

Das hat sich interessanterweise über Facebook so ein bisschen angebahnt. Weil da wurde dann viel gepostet vor drei, vier Jahren. Dann habe ich das auch kommentiert, dann wurde das wieder kommentiert. Dann hat sie erst sozusagen die Facebook-Freundschaft beendet, ein bisschen wie Ralph Siegel seine Beziehung beendet oder Naddel oder so weiter, was ich ganz verrückt fand. Das ist so ein bisschen wie aus Kindertagen. Dann hat sie mir aber wieder eine neue Freundschaftsanfrage gestellt, hatte wohl drüber nachgedacht. Aber dann war das für mich eigentlich auch erledigt. Und wir haben es tatsächlich geschafft, uns seitdem nicht mehr über den Weg zu laufen.

Autor 4

Meine Erfahrung ist, dass es selten den großen Knall gibt, wenn Freundschaften enden, und wenn, dann ist der große Knall meist nur der Schlusspunkt einer Entwicklung, die schon länger auseinanderläuft. Wenn es immer mühsamer wird, eine Freundschaft, in der zwei auseinanderstreben, zusammenzuhalten, wenn es mehr Arbeit als Freude bringt, dann geht sie irgendwann unter.

Nele Langosch 5

Ich denke, man merkt irgendwann, dass da nicht mehr die Bindung oder die Beziehung herrscht, wie es einmal war. Also dass vielleicht die emotionale Nähe nicht mehr so stark ist, dass man vielleicht nicht mehr die gleichen Themen findet oder auch einen nicht mehr die gleichen Dinge interessieren. Und dann kann es sein, dass man sich eben weniger Zeit auch für die andere Person nimmt.

Arno Frank 5

Ich finde, sie schleichen aus. Also anders als - meinetwegen Liebesbeziehungen? Es ist so eine Sache, die so ein bisschen, eigentlich ausblutet. Irgendwann trifft man sich nicht mehr so häufig, hat sich nicht mehr gar so viel zu sagen. Es gerät so ein bisschen ins Ungleichgewicht und dann gibt es das, was man in der Musik so ein Fade Out nennt. Es wird immer leiser und ist dann einfach eines Tages, ehe man sich es versieht, weg.

Constanze Kleis 5

Bei einer sehr engen, sehr langen Freundin, wo sich dann nachher rausgestellt hat, glaube ich, es ist auch ähnlich wie in Paarbeziehungen, dass man sagt, Gegensätze ziehen sich an. Aber Gegensätze sind halt auf die lange Strecke auch sehr, sehr anstrengend. Und das haben wir dann nicht geschafft, da auch eine Ebene zu finden.

Wahrscheinlich hat der Humor auch nicht gereicht, dass wir das weiterhin am Leben erhalten konnten. Also ich kenne beide Varianten, das mit einem großen Krach und eben auch, das sich das so, wie man sagt: totläuft.

Autor 5

Egal wie, irgendwann kommen Geben und Nehmen ins Ungleichgewicht. Die Gefühle lassen nach, das Interesse, es fallen einem auch immer mehr Dinge auf, die einen am anderen stören, die man aber früher verziehen hat.

Nele Langosch 6

Ich muss sagen, was für eine starke Rolle Wechselseitigkeit wirklich in dieser Freundschaft spielt. Es ist nicht nur die emotionale Nähe, sondern eben auch die Wechselseitigkeit, also eben das Geben und Nehmen. Nicht nur von dem, was man so miteinander bespricht, sondern auch, es kann ja auch gehen um konkrete Hilfe im Alltag, sei es bei der Kindererziehung oder bei einem Umzug oder Ähnliches. Also wie vielfältig da eben auch das Geben und Nehmen sein kann. Dass es aber immer eben auf diese Wechselseitigkeit hinausläuft, das war etwas, was mir gar nicht so bewusst war vorher, dass es dieser eine starke Punkt ist, der eigentlich für Freundschaft so entscheidend ist.

Arno Frank 6

Das kann sogar ein wechselseitiger Prozess sein, dass der eine diesmal mehr gibt und der andere das nächste Mal weniger und dass unterm Strich irgendwie so ein Bewusstsein sich durchsetzt, das stimmt hier nicht mehr, das funktioniert eigentlich nicht mehr. Das kann gegenseitig sein, das kann aber auch einseitig sein. Weil, Freundschaften sind ja auf Länge angelegt. Wir sind ja alte Freunde. Aber wenn es dann zu Ende geht, muss schon so eine Schiefelage, so ein Gefälle da rein gekommen sein. So eine Unwucht, die schon länger eine Unwucht ist. Eigentlich vielleicht wie bei einem Motor. Irgendwann fliegen dann die Kolbenringe raus, und er ist kaputt.

Constanze Kleis 6

Wenn dieses Gleichgewicht von Geben und Nehmen aus dem Tritt ist. Also wenn einer immer nur seinen Seelenmüll quasi ablädt, aber nie fragt „Wie geht es dir eigentlich?“ oder mal so pro forma, aber es dann auch nicht so genau wissen will, finde ich, ist ein Grund.

Autor 6

Ja, aber letztlich kapiere ich es dennoch nicht, warum Freundschaften wirklich enden. Ich stand vor dem Ende und dachte oft, was war es eigentlich? Hat er sich in eine Richtung entwickelt, in die ich nicht mitgehen wollte? Oder war ich eher verletzt, fühlte mich nicht mehr wahrgenommen? Wie ist es gekommen?

Nele Langosch 7

Ja, Enttäuschungen, die vielfältiger Natur sein können, sind natürlich ein großer Punkt. Enttäuschung, weil eben zum Beispiel eine gewisse Hilfe nicht gekommen ist. Weil man Unterstützung nicht erfahren hat, die man eigentlich von einem Freund erwartet hat. Eine Enttäuschung, dass bestimmte Gefühle nicht geteilt werden oder dass man irgendwas nicht erfahren hat, dass man irgendwo nicht dabei sein konnte,

dass man irgendwie das Gefühl hat, die Freundschaft ist dem anderen vielleicht nicht so wichtig wie mir.

Arno Frank 7

Das habe ich auch schon erfahren, dass ich mich Leuten entfremdet habe, die ich dann halt auch nicht mehr so oft sehen wollte. Weil die waren einfach so irrsinnig berühmt plötzlich. Und dass ich mich frage, ich kann jetzt bei ihm sitzen und das ist jetzt ein berühmter Regisseur, aber was kann ich dem schon erzählen? Das gibt es schon. Das ist aber auch ohne böses Blut, sondern man muss halt einfach anerkennen, dass der andere in einer völlig anderen Sphäre unterwegs ist und sich woanders hin entwickelt hat.

Constanze Kleis 7

Also ich glaube, also wenn sich auch die Lebensstile so wahnsinnig verändert haben, das kann ja auch sein, dass der eine irgendwie sehr früh zu sehr viel Geld gekommen ist und jetzt das auch wahnsinnig wichtig findet, dass der Esstisch 5.000 Euro kostet und der andere eben überhaupt kein Geld hat. Ich glaube, dass einen das wirklich müde macht mit der Zeit, wenn man eben kein Mittel findet, diese Kluft zu überwinden. Und dazu braucht man, glaube ich Dinge wie Humor, Langmut und so. Und wem das nicht gegeben ist, ich glaube, das kann man nicht herbeireden. Und da ist dann auch nichts zu retten.

Nele Langosch 8

Und das führt dann eben zum Beispiel zu so Gefühlen wie Neid, ja Neid darauf, was der andere vielleicht erreicht hat. Und man selber ist vielleicht einen anderen Weg gegangen und ist nicht ganz glücklich in diesem Weg, oder ähnliches. Dann, Eifersucht. Genau. Ist genau das Gleiche. Dann, ja eben Ansichten können auch sein. So ideologische Ansichten. Dass man abends am Küchentisch immer wieder an den gleichen Diskussionspunkt kommt und da die Ansichten einfach so stark auseinander gehen, dass man nicht mehr miteinander reden kann.

Arno Frank 8

Man bekommt ständig reingereicht, dass die Freundschaft das Wichtigste, Kostbarste und Heiligste ist, was es überhaupt gibt. Das gibt es in den ältesten Schriften der Menschheit, das gibt es in der Nikomachischen Ethik von Aristoteles und es gibt es in der Fernsehwerbung! Wo sie ständig Freunde haben, gute Freunde, die mit einem Bier anstoßen. Nach meiner Vorstellung ist eine Freundschaft eigentlich wie ein Molekül, das aus zwei Atomen besteht, die verbunden sind. Durch gemeinsame Interessen, durch eine gleiche Kultur, einen gleichen sozialen Status. Und man unterhält sich über dieselben Dinge, vielleicht hat man auch nur den gleichen Musikgeschmack. Aber so geht man eben durch die Jahre. Und man verändert sich. Also ich habe noch Freunde aus der Gymnasialzeit, aber viele eben nicht mehr, die damals sehr gute Freunde waren, weil wir alle uns im Lauf der Zeit einfach verändern und anders aufstellen.

Constanze Kleis 8

Und ein Grund ist eben auch, wenn man so stillschweigend davon ausgeht, dass man bestimmte Werte, wichtige Werte teilt und sich dann zeigt, dass es ein Irrtum gewesen ist. Ich finde, das ist auch der Punkt, wo man am wenigsten drüber reden

kann, weil das so tiefsitzende Dinge sind, wo es nicht möglich ist, die herbei zu diskutieren. Also eine Loyalität zum Beispiel oder ein Verantwortungsbewusstsein oder eine Hilfsbereitschaft, solche Sachen.

Autor 7

Was kann man eigentlich tun, wenn man merkt, eine Freundschaft geht unter? Eingreifen, das Steuer herumreißen oder akzeptieren? Sprechen oder brechen? Das berühmte wirklich gute Gespräch, das alles wieder einrenkt, habe ich nie geführt. Ich glaube eher, Freundschaft ist wie die Liebe: man kann sie nicht wieder haben wollen, wenn sie nicht mehr da ist.

Nele Langosch 9

Sprechen ist natürlich ein Weg, die Freundschaft wieder zu retten und wieder in die richtige Bahn zu bringen. Aber wie der andere jetzt darauf reagiert, was ich sage, was mich stört, das muss man dann sehen. Also wenn beiden die Freundschaft sehr wichtig ist und beide bereit sind, auch ein bisschen über ihren Schatten zu springen und da anzunehmen, was der andere denkt und sich nicht so angegriffen zu fühlen, dann kann es da, denke ich eine Chance geben durch das Gespräch.

Arno Frank 9

Sprechen ist immer besser als brechen. Ich will dem Brechen nicht das Wort reden. Das ist immer eine kleine Katastrophe. Das ist nichts Gutes, eigentlich sollte man sprechen darüber. Weil, nachdem man dann gesprochen hat, weiß man dann auch im Zweifelsfalle, dass man jetzt besser brechen sollte. Aber diese Aussprache ist natürlich empfehlenswert. Und das ist doch ein Freund, jemand, an dem mir was liegt. Also sollte ich versuchen, mit ihm ins Gespräch zu kommen.

Constanze Kleis 9

Wenn es grundsätzliche Dinge sind, also wenn es ein Verrat ist und so weiter, dann würde ich brechen. Dann würde ich nicht sprechen. Also ich habe einen wahnsinnig langen Geduldsfaden und wenn der zu Ende ist, ist der zu Ende. Also dann ist auch innerlich so ein Gefühl von Sackgasse. Also dann geht es halt einfach auch nicht weiter. Wenn es um kleine Kurskorrekturen geht, also wenn eine wirklich sehr gute Freundin in letzter Zeit immer nur von sich erzählt hat, aber mich nie nach mir gefragt hat, dann würde ich reden und würde sagen: „Hier, ich habe auch etwas zu berichten oder wir haben hier gerade ein kleines Ungleichgewicht.“

Nele Langosch 10

...und die Alternative wäre eben man sagt: Es geht mir besser ohne diese Person im Leben. Ich breche jetzt mit dieser Person. Das ist sicher häufig nicht der starke Schnitt, sondern eben dieses langsame Ausschleichen und da hat man sich aber ja auch für etwas entschieden. Nämlich eben diese Person gehen zu lassen und sich anderen Personen stärker zu widmen.

Arno Frank 10

Ich würde nichts aufrechterhalten wollen, was allein nicht lebensfähig ist. Weil es keine Lust macht, weil es nicht intellektuell befriedigend ist, weder für ihn noch für mich. Dann würde ich dafür plädieren, die Maschinen abzuschalten.

Constanze Kleis 10

Ich hatte das mit einer Freundin mal, wir haben uns drei, vier Mal getroffen, wir haben darüber gesprochen. Aber da war schon so viel an Verletzungen und an Missverständnissen aufgelaufen, und da war, auch so eine große innere Fremdheit, dass wir da wir nicht mehr auf einen Nenner gekommen sind.

Nele Langosch 11

Ich denke es ist wichtig, sich klar zu machen, dass es nicht schlimm ist, wenn eine Freundschaft endet. Natürlich ist es nicht schön, wenn es eine sehr intensive Freundschaft war, aber es gehört zum Leben dazu. Es sind eben keine Familienmitglieder, die immer bleiben, sondern Freundschaften, die kommen - und Freunde, die gehen auch wieder im Leben.

Arno Frank 11

Bevor man daran herumfummelt und -dokort und noch ungeheuer viel da hinein investiert, um so eine Ruine zu stützen, um dann nochmal da einen Balken einzuziehen und hier, sollte man es beenden. Dass man einfach Freundschaften auch beenden kann, das muss dann auch keine Katastrophe sein. Es kann besser sein als ein langer, qualvoller Abgang, wo man sich trifft, und es ist peinlich, und ich weiß jetzt nicht genau, was ich jetzt sagen soll. Stattdessen ist eigentlich so ein Cut eine ganz vernünftige Sache.

Constanze Kleis 11

Ich glaube, das machen Männer auch eher, dass sie so eine Variable haben, dass es auch Bekannte geben kann. Was auch kein schlechter Status ist. Und ich finde, dass man langjährige Freundschaften auch mal sozusagen zu Bekannten „downgraden“ kann und da auch eine Ebene finden kann, wo man vielleicht dreimal im Jahr essen geht oder ins Kino oder so.

Autor 8

Viele sagen ja, Männerfreundschaften sind anders als Frauenfreundschaften. Das glaube ich ehrlich gesagt nicht so recht, jede Freundschaft ist individuell – auch wenn sie endet. Oder gibt es doch typisch weiblich, typisch männlich, ist da was dran?

Nele Langosch 12

Da würde ich mich jetzt gar nicht festlegen wollen. Männer sind so, Frauen sind so. Am Ende sind ja beide verletzt in einer gewissen Art und Weise, dass diese Freundschaft zerbrochen ist, ja. Diese Gefühle sind dann ja ähnlich.

Arno Frank 12

Also nach meiner Erfahrung reden Männer nicht so über ihre Gefühle. Und auch nicht über ihre Gefühle zueinander. Bei Männern läuft das irgendwie anders, dass man das eher so westernartig dann erledigt, dass man beim Sonnenuntergang in unterschiedliche Richtungen davonreitet, anstatt dass sie sich dann nochmal auf einen Kaffee und einen Kuchen zusammensetzen.



Constanze Kleis 12

Ich glaube, bei Männern stirbt das eher so einen stillen Tod. Also, das ist so, es ist einfach vorbei. Vielleicht war man gestern noch in der Kneipe zusammen, dann hat irgendjemand was Blödes gesagt, zum wiederholten Male oder so was. Und dann wird sich einfach nicht mehr verabredet. Es gibt sicher Männer, die das anders handhaben. Aber ich glaube in der Mehrheit würde jetzt der Mann nicht zum Telefon greifen und zu seinem Freund sagen „Komm, wir müssen unbedingt reden!“ Frauen müssen das natürlich eher mal thematisieren und besprechen. Wobei ich nicht weiß, ob es dann im Endergebnis nicht sowieso auch auf das Gleiche hinausläuft.

Autor 9

Sich nach dem Ende wiederannähern - geht das eigentlich? Manchmal gibt es für die Freundschaft eine zweite Chance, ich habe das erlebt – und spiele manchmal mit dem Gedanken.

Nele Langosch 13

Ja, ich denke ich kenne das: diese Neuannäherung. Aber ich habe es noch nicht erlebt persönlich, dass es dann wieder auf dem Niveau war wie zuvor. Es ist eher so, dass man dann wieder losen Kontakt aufnimmt und vielleicht auch froh ist über den losen Kontakt oder die Option, noch ein bisschen mehr rauszuholen aus der Freundschaft, also ein bisschen diese Freundschaft noch zu intensivieren. Wenn wirklich ein Bruch da war, ist es schwer wieder dann auf das freundschaftliche Niveau oder diese Vertrautheit zu kommen, die man vorher hatte. Weil ja eben immer irgendwas dahinter steckt, eine Enttäuschung oder irgendwelche Gefühle.

Arno Frank 13

Ja, das gibt es. Das gibt's. Und das ist eigentlich das allerschönste Gefühl. Übrigens auch ein Grund für den klaren Bruch, weil sobald der da ist, können sich die Schiffe wieder nähern und aufeinander zu navigieren, das ist durchaus möglich. Und dann steht es vielleicht sogar beim Relaunch auf einem solideren Sockel, wenn es dann klappt. Die Bedingung dafür ist, dass man sich liebt, also dass man sich mag, dass ich diesen Typen nach wie vor schätze. Nur muss dann halt aus dem Weg geräumt werden, was zum Bruch geführt hat.

Constanze Kleis 13

Das habe ich jetzt so gerade. Mit meiner, sagen wir mal: längsten Schulfreundin - wir kennen uns seit der fünften Klasse. Wir haben auch eine Weile zusammen gewohnt und das Leben, das hat das irgendwie so ein bisschen verläppert. Sie ist dann Mutter geworden, hat geheiratet, hat beruflich was ganz anderes gemacht. Wir haben uns jetzt übers Kartenspielen wiedergefunden und unternehmen jetzt viele Sachen auch wieder zusammen. Das ist schön. Das ist so wie Ebbe und Flut oder sowas, das kommt mal, das geht. Ich finde es so ein gutes Gefühl in so einem Netz zu sein von Freundschaft, also dem Gefühl von Freundschaft. Und ich muss jetzt auch nicht jedes Mal fragen: Ist das jetzt meine allerallerallerbeste Freundin oder ist es nur die allerallerbeste Freundin?

Autor 10

Was sagt eigentlich das Ende meiner Freundschaften - über mich, über mein Leben? Dass ich so langsam zum Einzelgänger werde, zum Kauz, zum Sonderling? Gibt es

irgendeine Lehre daraus? Vielleicht für meine nächste Freundschaft? Ich glaube, ich würde mich nicht mehr so anpassen, Harmonie suchen, sondern mehr ich selber bleiben – und mich dann freuen, wenn ich so jemanden für mich gewinne.

Nele Langosch 14

Ich persönlich würde das jetzt anders machen. Ich würde diese Gefühle, die ich hatte, nicht per E-Mail ausdrücken. Ich würde dann das persönliche Gespräch suchen, um dann auch eine direkte Reaktion zu haben - und dann auch was gerade zu rücken, was vielleicht falsch ankommt und angekommen ist.

Arno Frank 14

Ich habe daraus überhaupt gar nichts gelernt. Also ich finde wirklich, es gibt eine Parallele zum Sich-Verlieben. Und das tue ich dann auch immer wieder. Egal, wie vorher was gescheitert sein mag, oder so. Ich bleibe dann genauso offen und stürze mich dann rein. Freundschaft ist nichts, was man mit einer angezogenen Handbremse irgendwie macht. Und es ist auch etwas, was sich selbst ergibt. Und das blüht dann auf und verblüht vielleicht auch.

Constanze Kleis 14

Ich würde eher mal eine Ansage machen. Ich würde das nicht so allgemein in diesen Riesentopf von „Soll jeder seine Meinung haben“ und „Sie kann sie auch äußern“, „Ist nicht so wichtig“, „Hauptsache wir verstehen uns“ und so weiter. Also, ja, würde ich früher eine Ansage machen.

Autor 11

...und wohin jetzt - mit den ehemaligen Freunden?

Nele Langosch 15

Sie haben immer noch einen Platz im Herzen. Sie haben einen ja in einer bestimmten Lebensphase begleitet und waren auch wichtig. Deswegen würde ich sagen, sie bleiben immer in meinem Herzen und ein Teil des Lebens.

Arno Frank 15

Das ist wie mit Liebe. Dann ist es manchmal wirklich angebracht, die Sache verharren zu lassen und ruhen zu lassen. Das ist der Weg von allem, Dinge gehen einfach zu Ende. Und das ist auch nicht tragisch.

Constanze Kleis 15

Das sind auch tolle Menschen, die nehme ich irgendwie wie ein gutes Buch, das mir mal sehr gut gefallen hat, das ich vor vielen Jahren mal gelesen habe, da denke ich mir, das werde ich irgendwann mal wieder aus meinem Regal rausziehen. Und ich werde es trotzdem toll finden, weil da so viel schöne Dinge drin gewesen sind, die mir viel gegeben haben.

Autor 12

Was ist eigentlich das Geheimnis des Gelingens einer Freundschaft? Gibt es das? Ich kenn kein Rezept. Aber ich plädiere für: Ehrlichkeit, Offenheit, Herrschaftsfreiheit

– und sich ab und zu auch mal Pausen gönnen.

Nele Langosch 16

Das Geheimnis, damit Freundschaften halten, ist tatsächlich, dass man viel Zeit miteinander verbringt. Und diese Offenheit und dieses Interesse an der anderen Person zeigt, und der Kontakt eben sehr intensiv ist.

Arno Frank 16

Ich muss mit mir selbst befreundet sein. Und dann können das andere auch mit mir. Und ich muss in der Lage sein, mich für andere ausreichend zu interessieren. Und mich und das, was ich tue und will, dann auch mal hinten anzustellen. Aber darüber hinaus habe ich überhaupt keine Ahnung, was das Geheimnis der Freundschaft wäre.

Constanze Kleis 16

Ich finde, wichtig für mich ist Großmut, dem anderen auch einen großen Spielraum einzuräumen. Wichtig finde ich auch das Wissen, dass man füreinander da ist. Also das Vertrauen, dass ich mich auf ihn verlassen kann. Ich finde auch sehr wichtig, dass man auf der Humorebene - das ist, glaube ich, überhaupt das Allerwichtigste - harmoniert und das auch immer am Leben erhält, indem man im Gespräch bleibt, sich austauscht. Ja, diese Dinge.