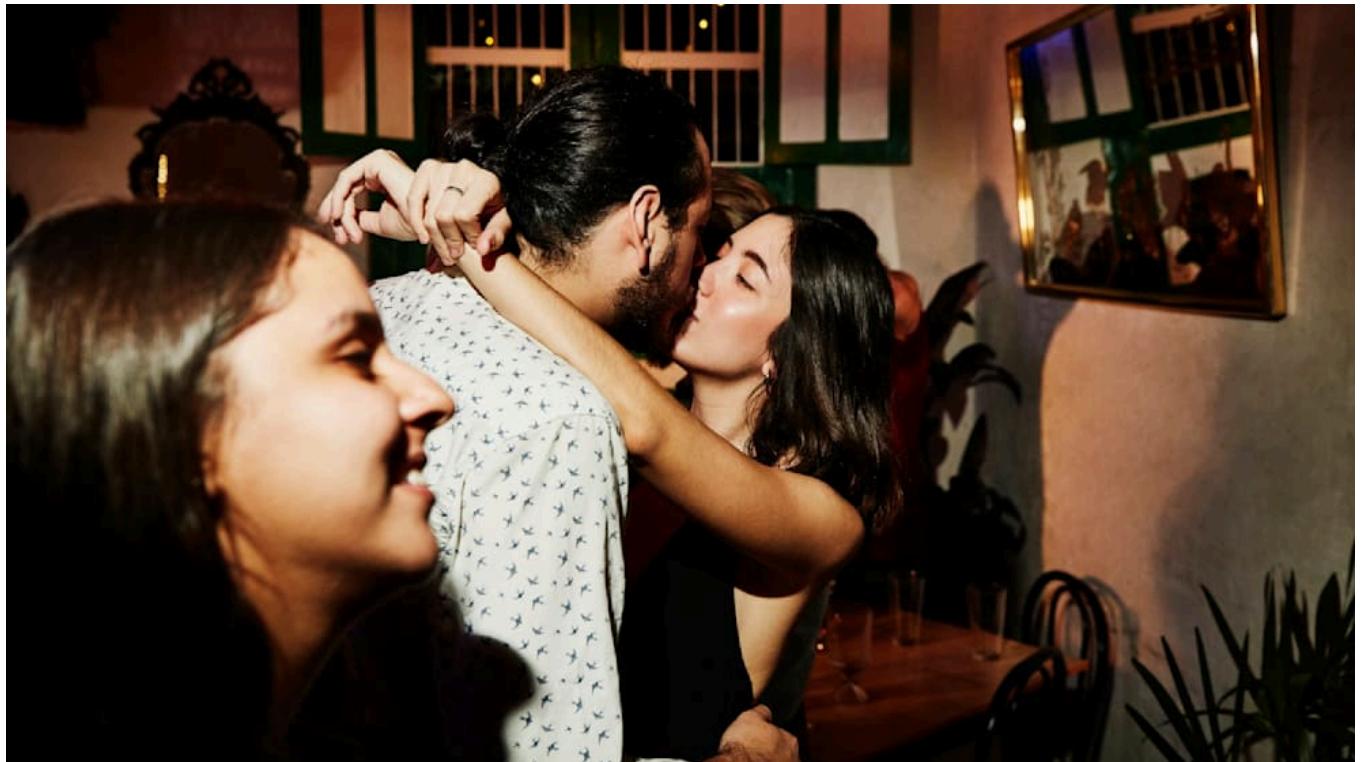


Ist Küssen schon Fremdgehen? Die Graustufen der Untreue | Leben & Wissen

 [bild.de/leben-wissen/psychologie-liebe/ist-kuessen-schon-fremdgehen-die-graustufen-der-untreue-66e04f68fd0c4e5b099282d3](https://www.bild.de/leben-wissen/psychologie-liebe/ist-kuessen-schon-fremdgehen-die-graustufen-der-untreue-66e04f68fd0c4e5b099282d3)

Julia Finger

February 8, 2025



Laut einer Umfrage können sich nur 40 Prozent der Deutschen für Monogamie begeistern

Foto: Getty Images

Artikel anhören

03:22

Firmenfeier. Der Raum riecht nach Parfüm und Schnaps. Das Licht ist gedimmt, Zigarettenrauch und Gelächter hängen in der Luft. Zwei Kollegen, ein Kuss, irgendwo zwischen Tür und Tanzfläche – kurz, fast beiläufig.

War das schon Betrug?

Küssen ist für viele eine rote Linie, für andere nur eine Unachtsamkeit: Ich bin eben schwach geworden. Laut einer Umfrage des Meinungsforschungsinstituts YouGov betrachten 78 Prozent der Frauen einen Kuss mit einer fremden Person als Betrug. Bei Männern liegt diese Zahl niedriger (61 Prozent).

↗ Lea Marilyn Holzfurter, zertifizierte Sexologin, psychologische Beraterin und Buchautorin („Dein Orgasmus“) aus Berlin, erklärt im Gespräch mit BILD: „Es gibt keine allgemeingültige Antwort auf die Frage, ab wann ein Verhalten als Fremdgehen gilt. Die Definition hängt von individuellen Vereinbarungen ab.“

Darum gehen wir fremd

Küssen ist mehr als bloßer Körperkontakt – er ist das Versprechen von Intimität, das mit jemand anderem geteilt wird. Und das tut weh. Warum riskiert man den zerbrechlichen Frieden einer Beziehung für einen kurzen Moment des Rausches?

Eine Studie, die im „Journal of Sex & Marital Therapy“ veröffentlicht wurde, nennt die Hauptmotive eines Fremdkusses. Beraterin Lea Marilyn Holzfurtner erklärt die Hintergründe:

- **Mangelnde Aufmerksamkeit.** „Wenn sich eine Person nicht verstanden, geschätzt oder geliebt fühlt, könnte sie versucht sein, außerhalb der Beziehung nach Erfüllung zu suchen“, sagt Holzfurtner.
- **Das Bedürfnis, sich lebendig zu fühlen.** „Untreue kann auch entstehen, um das Selbstwertgefühl zu steigern oder das Gefühl von der eigenen Attraktivität bestätigt zu sehen.“
- **Neugier.** „Einige Menschen betrügen aus dem Bedürfnis nach Neuem und Abenteuer. Die Vorstellung, etwas Verbotenes oder Aufregendes zu tun, kann einen Anreiz bieten. Auch in Phasen der Selbstfindung oder Identitätskrise können Menschen untreu werden, um herauszufinden, was sie wirklich wollen.“
- **Wut.** „Manchmal betrügen wir unseren Partner als Rache für wahrgenommene Verletzungen oder als Mittel, um unsere Unzufriedenheit auszudrücken.“
- **Vernachlässigung.** „Wenn eine Person das Gefühl hat, keine starke emotionale Bindung zu ihrem Partner zu haben, könnte sie diese Lücke durch eine Affäre zu füllen.“
- **Sexuelles Verlangen.** „Auch ein Mangel an Impulskontrolle oder die Unfähigkeit, Versuchungen zu widerstehen, kann zu untreuem Verhalten führen.“
- **Schlicht die Gelegenheit.** „Die Verfügbarkeit und Anziehungskraft einer anderen Person können dazu führen, dass Menschen unüberlegte Entscheidungen treffen.“

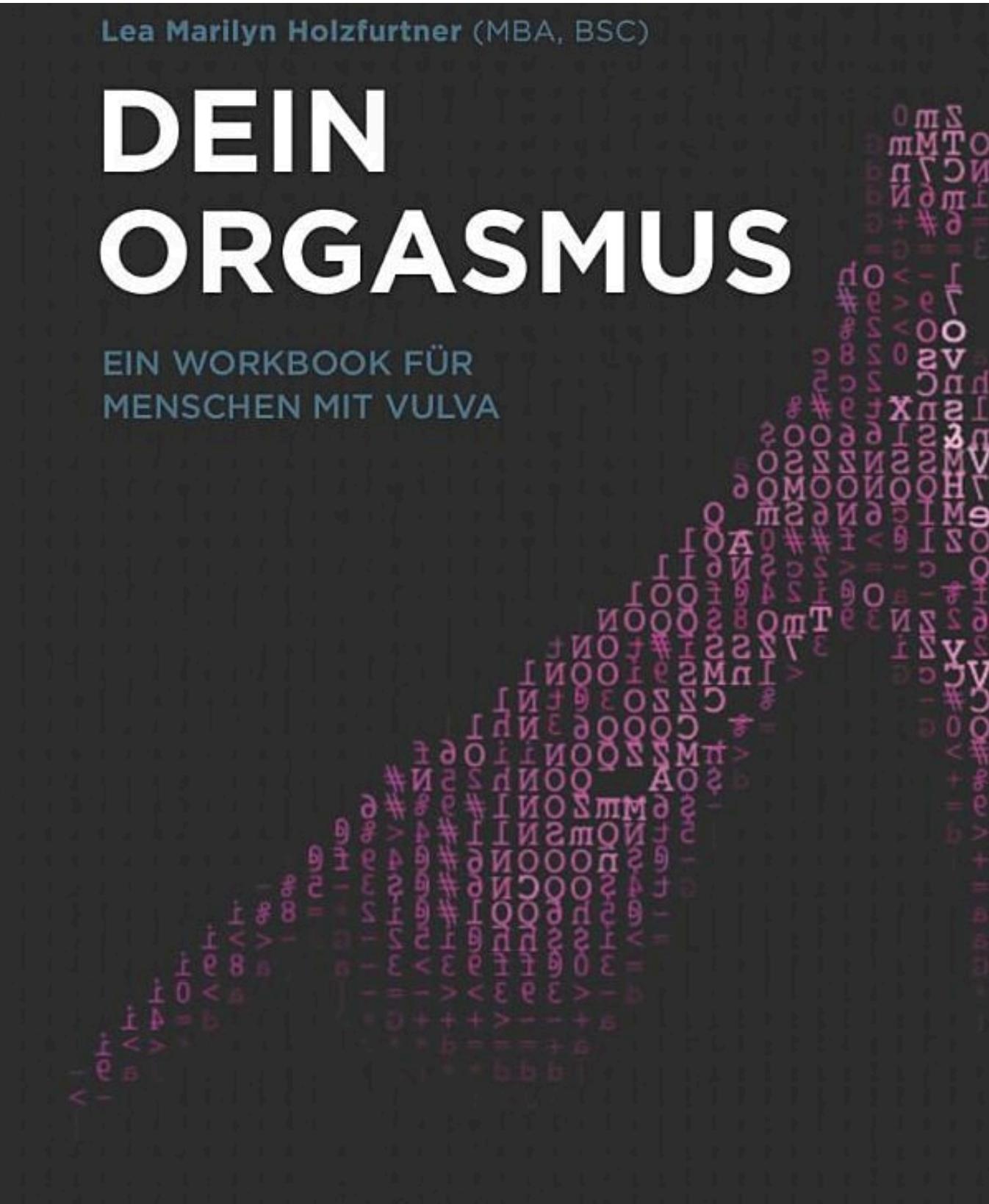


Sexologin und Buchautorin Lea Marilyn Holzfurtner ist bekannt aus der RTL-Show „Stranger Sins“
Foto: RTL+

Lea Marilyn Holzfurtner (MBA, BSC)

DEIN ORGASMUS

EIN WORKBOOK FÜR
MENSCHEN MIT VULVA



„Dein Orgasmus: Ein Workbook für Menschen mit Vulva“, 20 Euro

Foto: verlag

Der Kuss war belanglos, die Gefühle sind es nicht

Laut einer Umfrage des Onlineportals „Ashley Madison“ können sich nur 40 Prozent der Deutschen für Monogamie begeistern. Für 57 Prozent ist ein Fremdkuss Betrug. Der Mensch sucht, flüchtet, stolpert – oft ohne selbst zu wissen, warum. Kann ein Paar das

überleben? Statistiken zeigen, dass knapp die Hälfte der Betroffenen bereit ist, zu verzeihen.

Holzfurter mahnt: „Fragen Sie sich, wie Sie selbst Betrug definieren. Wissen Sie wirklich, wie Ihr Partner dazu steht, oder vermuten Sie es nur? Haben Sie dieses Gespräch bereits offen geführt?“

Der Kuss war belanglos, doch die Fragen, die er aufwirft, sind es nicht. Sie graben sich tief ein – und fordern uns heraus, darüber zu sprechen, was uns wirklich verbindet.