

Stefan Mross

## Er liebt Anna-Carinas ehemalige Freundin: Paartherapeutin erklärt Phänomen

von [Katharina Hahn](#)

02. März 2023 um 19:04 Uhr

© <https://www.bunte.de/stars/stars-die-liebe/stars-frisch-verliebt/stefan-mross-mit-seiner-neuen-stand-er-schon-2020-gemeinsam-auf-der-buehne.html>; Promipool

**Schlagersänger Stefan Mross ist verliebt – in die ehemals beste Freundin seiner Noch-Ehefrau Anna-Carina. Damit ist er in der Welt der Stars nicht alleine. Eine Expertin erklärt das Phänomen.**

Die Namen [Stefan Mross](#) (47), Anna-Carina Woitschack (30) und Eva Luginger (35) geistern dieser Tage beinahe pausenlos durch die Schlagzeilen. Nachdem Mross und Woitschack ihre Beziehung beendet haben und sie schon im November 2022 mit ihrer neuen Liebe an die Öffentlichkeit gegangen war, verrät nun auch ihr Ex, wem sein Herz neuerdings gehört. Dabei handelt es sich um Anna-Carinas ehemalige beste Freundin Eva Luginger. Diese Konstellation, dass der Mann eine Beziehung mit der besten Freundin seiner Ex beginnt, ist nicht neu. Auch [Sylvie Meis](#) (44) musste diesen Seitenhieb einstecken, als [Rafael van der Vaart](#) (40) im Jahr 2013 plötzlich mit ihrer engen Vertrauten Sabia Boulahrouz (44) anbandelte. Aber was steckt eigentlich hinter diesem Phänomen? BUNTE.de hat die Paarberaterin Sigrid Sonnenholzer gefragt.

**Paartherapeutin erklärt: Darum kommen Männer mit bester Freundin der Ex zusammen**

Laut der Expertin spielt bei einer Beziehung, die auf diese Weise entsteht, vor allem die Vertrautheit eine große Rolle. "Ein großer

Pluspunkt ist auf alle Fälle schon einmal die Tatsache, dass man sich gut kennt. Vielleicht hat man schon gemeinsame Urlaube verbracht und geht dadurch vertraut miteinander um", so Sonnenholzer. Insbesondere dann, wenn die Trennung erfolgt ist, kann sogar ein zusätzlicher Reiz entstehen, eine Beziehung mit der besten Freundin der Ex zu verfolgen, denn: "Die beste Freundin der Ex ist möglicherweise in der Trennungsphase sogar diejenige, an die man sich wendet, um Trost zu suchen. Meist ist der erste Impuls nach der Trennung die Kontaktaufnahme mit der besten Freundin, um zu verstehen, was passiert ist, denn diese hat häufig mehr Informationen als der Betroffene selbst. Daraus entsteht Nähe und man fühlt sich in seinem Schmerz verstanden." Der Expertin zufolge entstehe genau daraus nicht selten eine enge Freundschaft und aus dieser dann wiederum eine Partnerschaft.

## **Paartherapeutin: "Es könnte auch ein Akt der Rache sein"**

Viele Frauen dürften es als beiderseitigen Vertrauensbruch empfinden, wenn die beste Freundin plötzlich mit ihrem Ex-Partner zusammenkommt. Das kann auch das Ende der Freundschaft zur Folge haben. Die Betroffene hat dann also zwei wichtige Menschen auf einen Schlag verloren, die wiederum miteinander glücklich zu sein scheinen. Eine solche Entscheidung bedeutet also oft Schmerz und sollte nicht leichtfertig getroffen werden. Wo liegt dann der Reiz, sich trotz aller Risiken darauf einzulassen? Sigrid Sonnenholzer betont: "Es könnte ein Akt der Rache sein, um dem Partner, der einen verlassen hat, zu zeigen, was er/sie verloren hat. Und wenn die Freundschaft der Freundinnen weiter besteht, ist man trotzdem im Leben des Ex-Partners immer noch präsent. Auch das ist ein Reiz, dem anderen zu zeigen, so einfach wirst du mich nicht los." Doch sie sieht noch einen weiteren Aspekt, der nicht zu vernachlässigen ist, nämlich die schlichte simple Verfügbarkeit des neuen Partners: "Die Unkompliziertheit. Man muss sich nicht mehr großartig auf die Suche begeben. Der neue Partner ist ja sozusagen schon da, ich muss mich nur um ihn bemühen und erspare mir so manche Enttäuschung." Dafür dürfte bei Anna-Carina Woitschack die Enttäuschung tief sitzen. Zumindest setzte sie auf Instagram ein kryptisches Posting ab.

[Sigrid Sonnenholzer](#) arbeitet (gemeinsam mit ihrem Ehemann Dieter A. Sonnenholzer) als Paartherapeutin in München. So wollen sie sicherstellen, dass "jeweils der weibliche und männliche Aspekt genügend berücksichtigt wird".