

# LEBENS-FREU(N)DE!

Von der Kindheit bis ins späte Erwachsenenalter: Freundschaften begleiten uns durch schöne und schwierige Lebensabschnitte. MODERATORIN BIRGIT FENDERL hat für ihr neues Buch Prominente mit deren Lieblingsmenschen getroffen. In WOMAN beschreibt sie, wie Freund:innen im Lauf der Jahre ihr Leben bereichert und beglückt haben.

**D**ie Pandemie ist vorbei, aber Studien zeigen, dass Corona-Beschränkungen und damit einhergehende Meinungsverschiedenheiten Freundschaften nachhaltig verändert haben. „Sie waren die Verlierer dieser schwierigen Zeit, deshalb wollte ich sie in einem Buch hochleben lassen“, sagt Birgit Fenderl, 52. Für „Was uns zusammenhält“ (siehe Seite 202) hat sie Persönlichkeiten und ihre besten Freund:innen gefragt, was ihre Beziehung so besonders macht. In WOMAN reflektiert die Moderatorin ihre wichtigsten Freundschaften – wer ihr Leben geprägt hat und wie sie durch ihre Liebsten zu dem Menschen geworden ist, der sie heute ist.

## MEINE KINDHEITSFREUNDIN UND BESTE FREUNDIN

„Ich habe dieses Buch Kathi, meiner langjährigsten besten Freundin, gewidmet. In der zweiten Klasse Gymnasium kam sie in unsere Klasse – ich erinnere

mich ganz genau, wie ‚die Neue aus Wien‘, die gerade erst mit ihrer Familie nach Salzburg übersiedelt war, in unserer Klasse vorgestellt wurde. Ich fand sie vom ersten Augenblick an total interessant. Weil sie aus der Hauptstadt kam, wo meine Oma lebte und ich oft und gern war. Und weil sie irgendwie anders war. Anders angezogen als die meisten von uns, auch anders in ihrer Art, zurückhaltend und gleichzeitig sehr präsent. Wie und wann wir uns das erste Mal außerhalb der Schule getroffen haben, habe ich vergessen, Freundinnen wurden wir jedenfalls sehr schnell. Wir waren beide gute Schülerinnen, hatten die gesamte Schulzeit aber einen 2er in Betragen, weil wir im Unterricht angeblich so viel miteinander getratscht haben. Wir gingen gemeinsam in die Tanzschule, erlebten zusammen unsere ersten Lieben und waren immer eng verbunden. Auch nachdem wir beide in Wien unterschiedliche Studien begannen und sich damit auch andere Freundeskreise bildeten. Kathi blieb in meinem Leben

trotzdem immer eine wichtige Instanz. Sie gab mir Halt im Leben. Als erwachsene Frauen entwickelten wir durchaus unterschiedliche Lebenskonzepte, aber das spielte für unsere Freundschaft keine große Rolle. Ich erinnere mich an eine tolle Studienreise in die USA, bei der sie mit von der Partie war, an legendäre Kulturwochenenden, an viele Feste mit unseren unterschiedlichen Freundesgruppen, in die wir einander immer gegenseitig integrierten.

Vielleicht waren wir manchmal untypische beste Freundinnen. Als erwachsene Frauen besprachen wir nicht immer alles bis ins kleinste Detail, was aber auch gar nicht notwendig war – wenn man sich ein Leben lang so gut kennt, dann weiß und spürt man ohnedies, wie es der anderen geht. Besonders schön war, dass wir kurz hintereinander Mütter wurden. Gemeinsam das erste Mal mit dem Kinderwagen am Meer entlangspazierten, auch diesen neuen Lebensabschnitt zu zweit erleben durften. Sowohl sie als auch ich hatten immer wieder schwierige Phasen, in denen wir einander wichtige Stützen waren. Ich hoffe, ich konnte für sie ausreichend da sein, als sie ihre niederschmetternde Krebsdiagnose bekam. Und ich bin sehr dankbar, dass wir ihren 50. Geburtstag noch miteinander feiern konnten. Noch ein bisschen fröhlich sein, trotz ihrer schweren Krankheit. Bald nach ihrem runden Geburtstag ist ‚meine Kathi‘ gestorben. In meinem Leben bleibt sie weiterhin sehr präsent, und ich bin sehr dankbar für unsere Lebensverbindung, die auch nach ihrem Tod bleibt.“

#### MEINE STUDIENKOLLEG:INNEN

„Sehr wertvoll sind für mich auch alle Freundschaften aus der Uni, als wir alle noch viel mehr Zeit und wenige Verpflichtungen hatten. Mit manchen hat sich der Kontakt verlaufen, aber einige Kolleg:innen sind bis heute enge Freunde und Freundinnen geblieben. Viele begleiten mich inzwischen seit mehr als 30 Jahren, obwohl wir schon lange weit entfernt voneinander leben.

Mittlerweile haben wir auch unsere Partner und Kinder in die Freundschaft integriert. Und wir schaffen es doch, uns regelmäßig zu sehen, besuchen uns gegenseitig oder treffen einander für ein paar Urlaubstage irgendwo. Ich genieße das immer sehr. Es bleibt vertraut, weil die Erinnerungen verbinden.“

#### MEINE JOB-FREUNDIN

„In meinem Freundeskreis gibt es nicht sehr viele Überschneidungen mit meiner Arbeitswelt, eine sehr enge Freundin allerdings habe ich im Job kennengelernt. Das hat eine ganz eigene Qualität, weil wir genau wissen, was wir meinen, wenn wir uns über Jobangelegenheiten austauschen, die andere naturgemäß nicht so gut verstehen können. Unsere Beziehung geht aber weit über die gemeinsame Arbeit hinaus! Sie ist einer der lustigsten Menschen, die ich kenne. Wenn wir uns treffen, besprechen wir meistens als Erstes die wirklich wichtigen Themen wie unsere Töchter oder unsere Patchwork-Familien, zwischendurch diskutieren wir schon auch Berufliches, aber im Vordergrund steht das nie.“

#### MEINE „MAMA“-FREUNDINNEN

„Durch meine Tochter Anna – sie ist mittlerweile 18 – habe ich viele neue Menschen kennengelernt, denen ich zunächst auf Elternebene begegnet bin. Tatsächlich haben sich daraus ein paar wirkliche Freundschaften entwickelt. Ich erinnere mich gerne an die ersten Treffen mit diesen anderen Mamas, in denen wir uns gegenseitig signalisierten, dass wir zwar begeisterte Mütter sind, aber auch eigenständige Persönlichkeiten bleiben wollen, die weiterhin eigene Interessen haben, einen Job ausüben und immer noch gerne Prosecco trinken. Kinder im gleichen Alter zu haben, bedeutet, dass einen ähnliche Themen und Sorgen verbinden. Mir hat der Austausch untereinander oft sehr geholfen. Auch bei ganz praktischen Dingen wie der Suche nach »



» Babysittern oder Nachhilfe. Jetzt geht es mehr um Themen wie Studienwahl, Berufsideen oder: Wann werden oder sollen unsere großen Kleinen ausziehen? Die ‚Mama-Freundinnen‘ sind manchmal auch ein bisschen Selbstfegruppe.“

**MEINE ÄLTEREN FREUNDINNEN**

„Ich bin mit zwei wesentlich älteren Frauen wirklich gut und eng befreundet – beide kommen mir manchmal jünger vor als so manche Gleichaltrige. Eine von ihnen lebt in Deutschland, wir sehen uns also nicht dauernd, aber sie ist für mich eine ganz wichtige Bezugsperson. Wir WhatsAppen mindestens einmal die Woche. Wenn mich gerade irgendetwas besonders beschäftigt, ist sie eine der Ersten, mit der ich mich darüber austausche. Und in puncto Mode ist sie definitiv besser informiert als ich oder viele meiner jüngeren Freundinnen. Auch was Ausstellungen oder neue Künstler:innen betrifft, ist sie mir

oft voraus. Weil sie nie aufgehört hat, neugierig zu sein, sich dauernd informiert, einen großen Freundeskreis in unterschiedlichen Altersgruppen hat. Sie ist für mich ein großes Vorbild – auch fürs Älterwerden.“

**ICH ALS FREUNDIN**

„Wenn ich mich selbst einschätzen muss, würde ich sagen, dass ich eine treue Seele bin, die sich gern kümmert, viel Zeit investiert und die da ist und zuhört. Nicht so gut bin ich hingegen, wenn es darum geht, in Freundschaften eventuelle Konflikte auszutragen und direkt meine Meinung zu sagen, wenn mich etwas stört. Aber ich weiß, wie wichtig das ist, und deshalb arbeite ich daran.

Insgesamt habe ich einen recht vielseitigen Freundeskreis – unterschiedliche Jobs, diverse Lebensformen – mit oder ohne Kinder, Singles und Couples. Wichtig sind mir immer ähnliche Interessen. Mit den einen ist es Kultur

wie Theater oder Kino, mit den anderen mehr gutes Essen oder Reisen, mit anderen wiederum diskutiere ich öfter über Politik.

Zu meinem Geburtstag lade ich jedes Jahr meine engsten Freundinnen zu mir nach Hause zum Essen ein, das ist für mich ein ganz wichtiges Ritual! Und wenn ich dann so in die Runde schaue, sehe ich teilweise ähnliche und teilweise ganz unterschiedliche Frauen. Jede:r von ihnen deckt einen ganz bestimmten Teil in mir ab, und ich bin auch in jeder einzelnen Freundschaft anders. Man lernt sich durch seine Freund:innen selbst immer wieder von einer neuen Seite kennen. Für mich ist das sehr wichtig. Ich brauche den Austausch, ich liebe die Gespräche, ich hab es gern, wenn wir kochen und viele liebe Menschen um den Tisch sitzen, geredet und gelacht wird. Ich weiß, dass es einige Menschen gibt, die ich zu jeder Tages- oder Nachtzeit anrufen könnte, wenn ich Hilfe bräuchte, das ist mein Netz, das gibt mir Sicherheit.“

MELANIE ZINGL ■



1 \_ Die Ö3-Stars Gabi Hiller und Philipp Hansa lernten sich vor zwölf Jahren bei der Arbeit kennen und sind nicht nur on air ein perfektes Team. 2 \_ Werden oft verwechselt oder für Schwestern gehalten: Haya Molcho und ihre beste Freundin Ellen Lewis. 3 \_ Die beiden Ex-Kicker Hans Krankl und Herbert Prohaska waren am Platz Rivalen. Birgit Fenderl erzählten sie, wie sie privat zu Freunden wurden.



**LEBENSMENSCHEN**

Sie stärken unsere Gesundheit und helfen gegen Stress: Birgit Fenderl hat mit Philosophin Lisz Hirn und Psychotherapeutin Cristina Budroni über die Macht der Freundschaft gesprochen. Und bekannte Persönlichkeiten mit deren Freund:innen (s. l.) gefragt, was ihre Beziehung bereichert. Auch Altbundespräsident Heinz Fischer ist mit seinem Schulfreund John Sailer dabei. Birgit Fenderl, „Was uns zusammen hält“, Ueberreuter Verlag, € 25,-.