

Bewältigung von Eifersucht in offenen Beziehungen

Vorneweg: dies ist eine gekürzte Zusammenfassung unserer Diplomarbeit „Eifersuchtsbewältigung in offenen Beziehungen - eine empirische Untersuchung“ (Nina Kaul und Silvio Wirth, 1997). Einige Kapitel sind der Diplomarbeit in voller Länge entnommen, andere, die vor allem von akademischem Interesse sind, stark gekürzt oder ganz weggelassen. Ich habe diese Zusammenfassung geschrieben, um Freunden und Interessenten das Wesentliche an der Arbeit mitzuteilen und ihnen dabei die langen Durststrecken, die sich zwangsweise beim Lesen einer „wissenschaftlichen“ Arbeit ergeben, zu ersparen.

Wer tiefer in die Materie einsteigen will oder sich für Einzelheiten der Untersuchung interessiert, dem ist zu empfehlen, von einem von uns die gesamte Arbeit zu beziehen.

1. Einführung

Ausgangslage der Untersuchung war unsere Beobachtung, dass kaum ein gesellschaftliches Phänomen von derartiger Alltagsrelevanz anzutreffen ist, dessen Behandlung dermaßen von Widersprüchen, Irrationalitäten und emotionalem Chaos begleitet ist als das der Eifersucht.

So gut wie jeder hat in seinem Leben mit der Eifersucht zu tun. Die meisten geraten durch ihre Eifersucht in eine Konfliktsituation, die schmerzhaft und problematisch ist. Eifersucht hat etwas Paradoxes: sie tritt einerseits häufig gemeinsam mit starken romantischen Liebes- und Leidenschaftsgefühlen auf und dem Anspruch, die Beziehung gegen alle Bedrohungen zu schützen. Andererseits führt eifersüchtiges Verhalten oft zum Zerwürfnis der Partner und zur Zerstörung der Beziehung, bewirkt also in vielen Fällen das Gegenteil von dem, was beabsichtigt wird.

Bei dem Versuch, sich dem Thema Eifersucht auf psychologischem Wege zu nähern, stößt man schnell auf Schwierigkeiten. Die akademische Psychologie gefällt sich ja in der Rolle einer „wertfreien Wissenschaft“, die schlicht Datenmaterial liefert und Ist-Zustände beschreibt. Wie es denn sein soll, wird anderen Branchen überlassen, der Ethik, der Theologie, den Rechtswissenschaften etc. (den sogenannten normativen Wissenschaften). Eifersucht aber ist ein Phänomen, das aus unserer Sicht nicht wertfrei betrachtet werden kann. Die Beschäftigung mit Eifersucht hat viel mit der Frage zu tun, welcher Umgang mit ihr denn wünschenswert ist, erfordert also eine ethische und sexualpolitische Position, von der aus man so ein Thema angehen muß.

ETHISCHE FRAGEN

Unsere ethischen Grundpositionen kann man als biozentrisch, utilitaristisch und diskursiv umreißen; wir berufen uns auf die Unversehrtheit lebender Systeme auf diesem Planeten und das Prinzip des optimalen Wohlergehens für möglichst viele Menschen. Dies schließt das Recht auf Unversehrtheit ein, das Recht auf Gleichbehandlung und das Recht auf freie Entfaltung der Persönlichkeit. Daraus folgt bezüglich der Eifersucht:

- realistische Möglichkeiten, mit dem Thema umzugehen; und die momentan geforderte absolute sexuelle Treue ist das nicht, weil sie für viele nicht lebbar ist
- ein Umgang mit Eifersucht, der Gleichberechtigung und Gleichbehandlung verschiedener Individuen und auch zwischen Männern und Frauen garantiert
- Verzicht auf eine Eifersuchtsbewältigung, die körperliche und psychische Verletzungen einschließt

- optimale Wahl von Handlungsmöglichkeiten; je mehr Bewältigungsmöglichkeiten dem einzelnen in einer Eifersuchtsituation zur Verfügung stehen, desto besser.

SEXUALPOLITIK

Unser sexualpolitisches Ideal ist das einer „freien Liebe“, die darin besteht, dass der einzelne seiner „inneren Spur“ folgen kann, ohne dafür Strafen und Sanktionen erwarten zu müssen. Dies schließt die freiwillig monogame Lebensweise ebenso ein wie verschiedene Spielarten „offener Beziehungen“. Die daraus entstehende Vielfalt menschlicher Beziehungen begrüßen wir als zeitgemäß.

Daraus ergibt sich notwendigerweise eine Verpflichtung, Aufklärung zu leisten über Hintergründe und Bewältigungsmöglichkeiten von Eifersucht

„Wir wollen nicht in einer Welt leben, in der der Beischlaf mit einem Dritten ein Frage von Leben und Tod ist.“

DEFINITION VON EIFERSUCHT

Es ist nicht unproblematisch, über Eifersucht einfach draufloszuschreiben, weil jeder sein eigenes Bild hat, was denn Eifersucht nun so ist. Ganz im Sinne der Wissenschaft schränken wir also Eifersucht erstmal auf die sogenannte sexuelle Eifersucht ein (alle Formen der Eifersucht, die im Zusammenhang mit Sexualität und Beziehung stehen; die Missbilligung „exosexueller“ Aktivitäten des Partners). Sexuelle Eifersucht wird dann definiert als:

„ein Komplex von Gedanken, Gefühlen und Handlungen, der einem Verlust oder einer Bedrohung des Selbstwerts und /oder dem Bestand oder der Qualität einer sexuellen Beziehung folgt. Der wahrgenommene Verlust bzw. die Bedrohung wird durch die Wahrnehmung einer realen oder potentiellen sexuellen Anziehung zwischen dem Partner und einem (vielleicht imaginären) Rivalen ausgelöst.“

Diese Definition besagt unter anderem, dass:

1. Eifersucht als „Komplex“ im beschreibenden Sinne angesehen wird, also ein Ganzes, das aus untrennbar verbundenen Bauteilen besteht (Eifersucht ist also mehr als eine Emotion, wie es sich für viele darstellt !!!).
 2. Es genau zwei subjektive Zustände des Individuums gibt, die die Eifersucht auslösen, also als Stressursache gelten: die Bedrohung des Selbstwertes und/oder die der Beziehung.
 3. Eifersucht sich nur in einer bestimmten sozialen Konstellation entfaltet, an der mindestens drei Personen beteiligt sein müssen (zumindest in der Repräsentation des Eifersüchtigen)
- Andere Vorteile der Definition sind ihre Knappheit und die Tatsache, dass sie gut in andere aktuelle Theorien der Psychologie, wie die Stress- und Bewältigungstheorie von Lazarus, einzuordnen ist.

EIN ARBEITSMODELL VON EIFERSUCHT

Dem Thema Eifersucht wird aus unserer Sicht nur eine möglichst umfassende Betrachtungsweise gerecht, „denn Eifersucht besteht aus Gefühlen *und* Verhaltensweisen *und* Einstellungen *und* Kenntnissen, sie ist ein persönliches *und* ein gesellschaftliches *und* ein Beziehungsproblem, und sie wird kulturell *und* genetisch bestimmt.“ Zur Diskussion des theoretischen Teils und der Erstellung des Materials unserer Untersuchung benötigten wir ein Arbeitsmodell, welches die Bedingungen und Stufen des Eifersuchtsprozesses übersichtlich, nachvollziehbar und doch umfassend genug beschreibt.

Das Modell auf S.3 berücksichtigt die unterschiedlichen Ebenen, die man im Falle von Eifersucht beachten muss. Im oberen Rechteck ist der Kontext von Erbinformation, Kultur, persönlichen und Beziehungsmerkmalen angedeutet; der untere Kasten bezieht sich auf die Dynamik der konkreten Eifersuchtsituation.

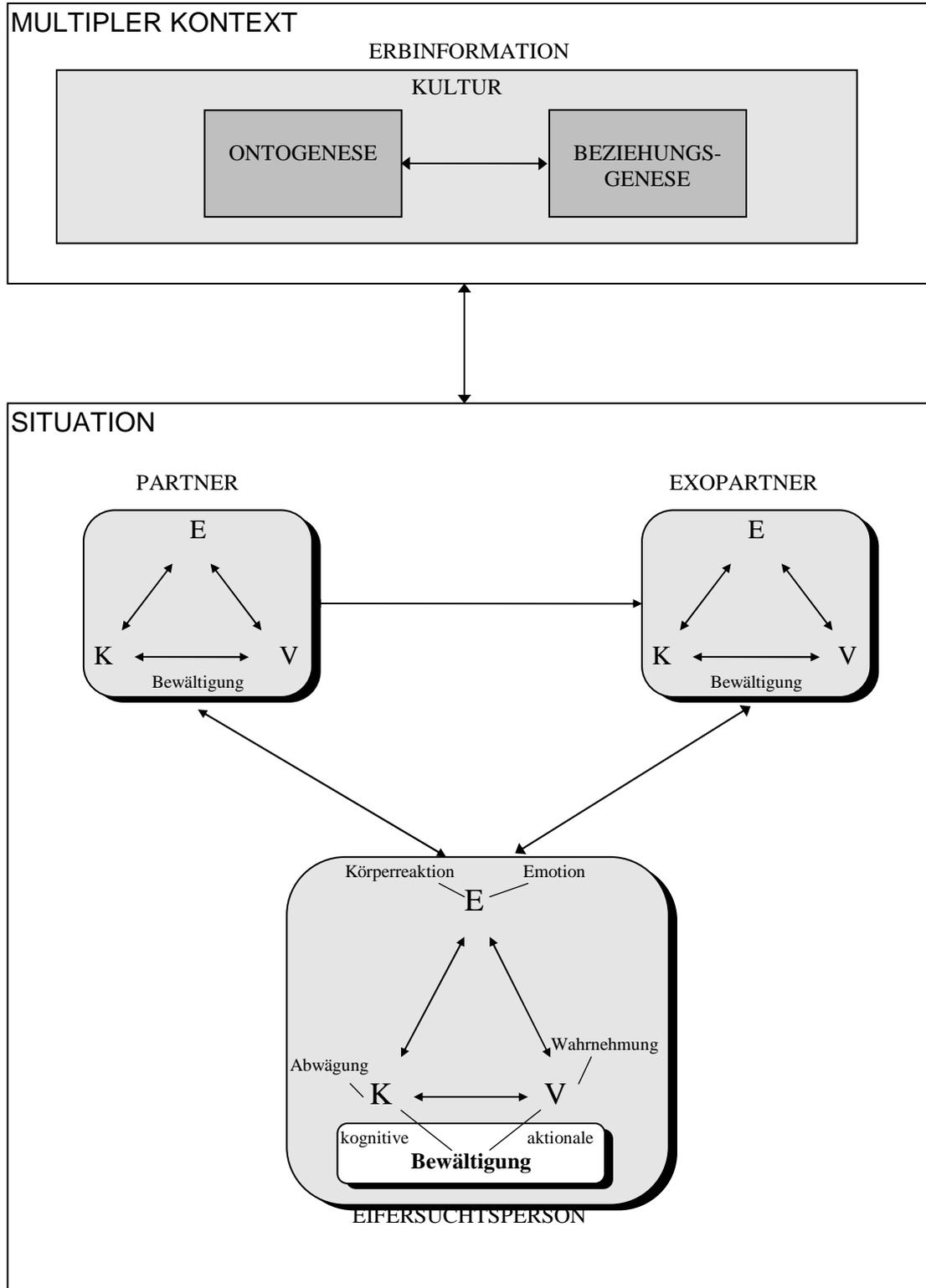


Abbildung 4: Arbeitsmodell von Eifersucht und Bewältigung
 E: emotionales Erleben; K: Kognitionen; V: Verhalten

Die wichtigsten Begriffe des Modells

- *Eifersuchtsituation*: Damit ist immer die Situation gemeint, in der die eifersüchtige Person Eifersucht erlebt.
- *Eifersuchtstriade*: Grundvoraussetzung per definitionem für sexuelle Eifersucht. Es gibt dabei eine Ausgangsbeziehung und eine sogenannte Exobeziehung (des Partners mit einem/r Dritten, dem sogenannten Exopartner).
- *Wahrnehmung*: Mit Eifersuchtswahrnehmung wird in diesem Modell der Prozess der Wahrnehmung eines Eifersuchtsreizes bezeichnet. Sexuelle Eifersucht kann nur durch eine reale oder imaginäre exosexuelle Beziehung eines der in der Eifersuchtsbeziehung beteiligten Partner ausgelöst werden. Welche Reize als Eifersuchtsreize wahrgenommen werden und welche nicht, hängt neben personalen und beziehungstypischen Faktoren hochgradig von kulturellen Faktoren ab (siehe dazu S.9ff.: Kulturelle Eifersuchtstheorien).
- *Abwägung*: Unter Abwägung wird hier ein kognitiver Prozess verstanden, wo die betroffene Person abschätzt, ob die wahrgenommene Situation ihre Ressourcen beansprucht bzw. übersteigt; ob die wahrgenommene Situation also als Bedrohung des Selbstwerts und/oder der Beziehung einzuschätzen ist. Diese Abwägungen können unter Umständen völlig unbewusst, unbekannt oder sehr kurz sein, ihre Existenz ist aber aus unserer Sicht Bedingung für das Auftreten von Eifersuchtsreaktionen.
- *Emotionales Erleben*: Wird eine Situation wahrgenommen und als bedrohlich eingeschätzt, kann es zu emotionalen und körperlichen Reaktionen kommen, die von vielen Personen (zu eng) als die eigentliche Eifersucht angesehen werden. Die Palette emotionaler und körperlicher Reaktionen bei Eifersucht ist sehr vielfältig; es gibt kein typisches, universell gültiges Bild einer Emotion ‚Eifersucht‘, wie das für Wut oder Trauer angenommen wird.
- *Bewältigung*: Mit Bewältigung schließlich werden alle Bemühungen bezeichnet, um mit den Anforderungen der Situation fertigzuwerden. Diese Bemühungen gehen im allgemeinen von der eifersüchtigen Person selbst aus, können jedoch in unserem Modell auch von einer der anderen Personen der Eifersuchtstriade ausgehen.

Das Modell leistet eine brauchbare Arbeitsgrundlage zur Formulierung unserer Fragestellung und zur Erstellung eines Interviewleitfadens. Eifersucht wird als Prozeß gesehen, der sich in einem bestimmten äußeren Rahmen, Gattungseigenschaften, Kulturrahmen, Beschaffenheit der Persönlichkeit und der Ausgangsbeziehung entfaltet. Der Prozess zeigt sowohl eine interpersonale Dynamik, zwischen dem Eifersüchtigen, dem Partner und dem Exopartner, als auch eine intrapersonale, die aus Gedanken, Gefühlen und Handlungen besteht. Aus diesem Gemisch lassen sich Begriffe wie ‚Wahrnehmung‘, ‚Abwägung‘ und ‚Bewältigung‘ herausfiltern und beschreiben. Im Vergleich zu konventionellen Vorstellungen von Eifersucht, die diese vor allem als Emotion begreifen, betont dieses Modell den komplexen Charakter des Phänomens und besonders die Bedeutung von Kognitionen.

Es ist hier wichtig, nochmals zu vermerken, dass diese Prozesse in der Realität untrennbar miteinander verflochten sind und einander in komplexen systemischen Wechselwirkungen unterstützen, aufrechterhalten, bedingen und verstärken, aber auch abschwächen und beenden können. Dieses Arbeitsmodell beansprucht nicht, die Vernetzung dieser Prozesse endgültig begreifbar und erklärbar zu machen (ob das überhaupt möglich ist, erscheint schon fraglich), sondern gibt sich mit einem mittleren Auflösungsgrad zufrieden. Die Komplexität des Vorgangs wird festgestellt, und vor unangemessenen Simplifizierungen wird gewarnt.

2. Eifersuchtstheorien

EIFERSUCHT UND ERBINFORMATION

Unsere Erbanlagen steuern über neuronale und hormonale Mechanismen unsere Aktivitäten bis zu einem gewissen Grad, also unsere Kognitionen, Gefühle und Verhaltensweisen. Diese Erbanlagen sind ein Produkt unserer Stammesgeschichte und repräsentieren die in der Evolution erfolgreichen menschlichen Genotypen,

„die ihr persönliches Überleben und die Weitergabe ihrer Gene durch eigene ... Kinder maximieren konnten“ (Bruck 1992).

Es kann keinen Zweifel daran geben, dass biotische Faktoren einen Einfluss auf sexuelle Eifersucht haben. So gibt es im Menschen angeborene egoistische, d.h. primär auf die Befriedigung eigener Bedürfnisse gerichtete Tendenzen, die zumindest indirekt und allgemein einen Einfluss auf Eifersucht haben. Für eine biotische Mitverursachung sexueller Eifersucht sprechen auch die organischen Ursachen bestimmter „pathologischer“ Formen, z.B. bei Schizophrenie, Demenz oder Chorea Huntington (Bruck 1990).

Im folgenden befassen wir uns zunächst mit einem Ansatz, der die menschliche Eifersucht unter massiver genetischer Kontrolle begreift.

SOZIOBIOLOGISCHE THEORIE DER EIFERSUCHT

Die Soziobiologie ist ein im Wachstum begriffener Ansatz, der in enger Verbindung mit Wissenschaften wie der Ethologie, der vergleichenden Psychologie, der Populationsbiologie und der Evolutionstheorie steht.

Die Grundprämisse der Soziobiologie lautet, dass tierisches und menschliches Verhalten im wesentlichen genetisch gesteuert wird. Natürliche Auslese, so die Soziobiologie, findet nicht nur auf der Populationsebene, sondern auch auf der personalen Ebene statt, es geht also auch bei den Individuen um Fitness-Maximierung. Gene, die ein bestimmtes Verhalten begünstigen, das evolutionär erfolgreicher sei als anderes, würden bevorzugt weitervererbt werden.. Solche ‚genetisch erfolgreichen‘ Verhaltensimpulse stünden an der Basis unseres emotionalen Erlebens und würden unser Verhalten und Erleben nachhaltig beeinflussen. Die Theorie steht in engem Bezug zu der Theorie vom egoistischen Gen (Dawkins, 1978), für die das Gen die Einheit der Selektion ist und die Evolution als den Gesamtprozess der allmählichen Verschiebung von Gen-Häufigkeiten auffasst. Organismen wie wir sind aus dieser Sicht Vehikel, die die Gene zu erhöhtem Selektionserfolg ‚gebaut‘ haben.

Die Einfachheit und Prägnanz, mit der die Soziobiologie komplexe und ansonsten schwer verstehbare Phänomene erklären kann, hat sie seit den achtziger Jahren dieses Jahrhunderts zu einer sehr ernstzunehmenden und vieldiskutierten Theorie gemacht. Die Erfolge der Humangenetik und ein gewisser Zeitgeist scheinen im Augenblick noch weiter zum Aufstieg dieses Ansatzes beizutragen. Darüber hinaus befriedigt er die Bedürfnisse vieler Menschen nach einfachen Erklärungen und besticht durch eine Aura ‚unemotionaler Wissenschaftlichkeit‘. Das erklärt seine starke Präsenz in populärwissenschaftlichen Artikeln und Publikationen.

„Parental Investment“

Die Soziobiologie liefert eine Erklärung für Eifersucht als Verhalten, welches den einzelnen befähigt, seine Gene effektiver an den Nachwuchs weiterzuvererben. Im folgenden die soziobiologische Argumentationslinie:

Weibchen investieren viel Zeit und Mühe in die Pflege ihrer Kinder, da es für sie biologisch sinnvoll ist, möglichst viele ihrer Kinder zur effektiven Weitervererbung der eigenen Gene ins Stadium der Geschlechtsreife zu bringen. Im Gegensatz dazu scheint für Männchen die Strategie erfolgversprechender, möglichst viel Nachwuchs mit möglichst vielen verschiedenen Weibchen in die Welt zu setzen und zeitlich weniger in die Kinder zu ‚investieren‘. Aus diesen Gründen entsteht eine harte Konkurrenz der Männchen um die Weibchen, in der sich diejenigen mit den besseren Strategien durchsetzen. Für ein Weibchen hingegen ist es evolutionär von Vorteil, ein mächtiges Männchen an sich zu binden, das sie und ihren Nachwuchs gut beschützen und verpflegen kann und ihr somit einen maximalen ‚genetischen Erfolg‘ garantiert.

Als Folge dieser Strategien entsteht unter den Männchen eine Art Dominanzhierarchie, in der manche Männchen Zugang zu vielen Weibchen haben, der anderen, niedrigrangigeren verwehrt bleibt. Es ergibt sich daraus ein Gesellschaftsform, die Polygynie genannt wird und dadurch gekennzeichnet ist, dass wenige Männchen mit mehreren Weibchen zusammenlebten. Auf den Menschen bezogen, trifft dies für einige Kulturkreise zu.

Bei Arten mit langer Brutpflegezeit und feindlicher äußerer Umwelt allerdings empfiehlt sich für das Männchen eher noch die Strategie, stärker in den eigenen Nachwuchs zu investieren. Also möglichst viele Kinder zu zeugen und gut für sie zu sorgen, um die Chance zu erhöhen, dass sie die Geschlechtsreife erreichen und die eigenen Gene effektiv weitervererben. Daraus ergibt sich ein monogam bestimmtes Gesellschaftsmodell.

Vaterschaftsnachweis

Verfolgen wir einmal diese Argumentationslinie weiter, so lohnt sich ein hohes Investment in die Familie für den Mann nur dann, wenn sichergestellt ist, dass er der biologische Vater seiner Kinder ist und seine eigenen Gene in seinem Nachwuchs weitervererbt werden. Im Kontext dieser Überlegungen erscheint die Eifersucht als ein psychologischer Mechanismus, um die Nachkommenschaft zu garantieren. Die Neigung vieler Männer, Frauen zu besitzen und zu kontrollieren und ihre Bereitschaft, Gewalt anzuwenden, um sexuelle Ausschließlichkeit ihrer Frau zu garantieren, erscheint vor diesem Hintergrund als funktionales Verhalten. Daly et al. (1982; nach White & Mullen, 1989, S. 63) fassen diese Argumentation wie folgt zusammen: „Homonen wie Testosteron entwickelten sich, um die Gewißheit der eigenen Vaterschaft zu sichern. Manifestationen schließen das Gefühl sexueller Eifersucht ein, die Neigung von Männern, Frauen zu besitzen und zu kontrollieren und die Anwendung von oder Drohung mit Gewalt, um sexuelle Ausschließlichkeit und Kontrolle zu erreichen. Wir sprechen im Falle dieses Motivations- und Verhaltenskomplexes von männlicher sexueller Eifersucht.“¹

Die weibliche Spielart der Eifersucht sei das Bestreben, den Mann davon abzuhalten, sich einer anderen, möglicherweise attraktiveren Partnerin zuzuwenden und sie mit den Kindern schutzlos sitzen zu lassen.

Soziobiologen stützen ihre Theorie darauf, dass das Phänomen Eifersucht durch alle menschlichen Kulturen hinweg existiere und dass Geschlechtsunterschiede ebenfalls universell vorhanden seien. So reagierten Männer vor allem beim exogamen Geschlechtsverkehr der Frau massiv mit Eifersucht, während bei Frauen vor allem das emotionale Verhältnis ihres Partners zur Exopartnerin im Vordergrund stünde. Auch sei sexuelle Eifersucht bei dem Menschen nahestehenden Primaten durchweg üblich.

KRITIK AN DER SOZIOBIOLOGISCHEN THEORIE

White & Mullen (1989) führen eine Reihe von Argumenten gegen die soziobiologische Eifersuchtstheorie an, auf die wir besonders ausführlich eingehen werden, da sich diese unseres Erachtens schwer haltbare Argumentation augenblicklich im gesellschaftlichen

¹Übersetzung des Zitats N. Wirth

Diskurs stark auf dem Vormarsch befindet und hier konservativen und reaktionären Positionen den Weg ebnet, denen wir uns auf keinen Fall anschließen.

Die erste Art von Argumenten versucht Lücken in der soziobiologischen Argumentation zu finden, die zweite Art stellt die Anwendung soziobiologischer Theorien beim Menschen grundsätzlich in Frage.

Gegenargumente innerhalb des soziobiologischen Paradigmas

- 1. Warum werden Frauen häufiger als Rivalen von ihren eifersüchtigen Ehemännern getötet?

Die Gewaltbereitschaft von Männern in vielen Kulturen, die untreue Partnerin für einen Ehebruch auch zu töten, ist evolutionär nicht funktional. Es mag komplexer Interaktionen geben zwischen der Vaterschaftswahrscheinlichkeit, der Wahrscheinlichkeit des Überlebens des bestehenden Nachwuchses und der Möglichkeit zur Wiederheirat. Die Soziobiologen lieferten bisher jedoch keine Modelle, um diese Frage zu prüfen, an der allerdings die logische Schlüssigkeit des Ansatzes zu zerbrechen droht.

- 2. Die Generalisierung von Primaten auf Menschen und umgekehrt ist unangemessen
Verhaltensbiologische Forschungen zeigen, dass das Sexualverhalten bei Männchen und Weibchen unterschiedlicher Primatenarten hochgradig artspezifisch ist. Gerade die dem Menschen genetisch nahestehendsten Arten: Orang Utan, Gorilla, Schimpanse und Bonobo, lassen keine derartigen Generalisierungen zu.

- 3. Es handelt sich bei der soziobiologischen Eifersuchtstheorie, die in etwa besagt, „ die natürliche Auslese begünstigt aggressive, besitzergreifende und eifersüchtige Männer, da diese sich über ihre eigene Vaterschaft sicherer sein können“ um eine Ex-Post-Facto-Erklärung; mit einiger Spitzfindigkeit käme man auf andere Verhaltensweisen, die von der natürlichen Auslese begünstigt werden müssten, um erfolgreichen Vaterschaftsnachweis zu garantieren
natürliche Auslese begünstige sanfte, unaggressive Männchen, da diese den Weibchen weniger Angst einjagten und daher von diesen eher akzeptiert würden

- die natürliche Auslese begünstige Männchen, die eine Wahrnehmung für die Zeit des Eisprungs bei der Frau entwickelten, da sie damit ihre Fortpflanzungsquote erhöhen könnten

- die natürliche Auslese begünstige Männer, die nach der Paarbildung sexuell nur noch vom Partner angezogen werden, dadurch kommen weniger durch Rivalenfehden etc. um

- die natürliche Auslese begünstige ein System, in dem Kinder dem Vater sehr ähneln, dadurch wäre der Vaterschaftsnachweis viel offensichtlicher

- die natürliche Auslese begünstige Frauen, die nur bei ihrem Partner Lust empfinden und bei anderen Männern Ekel, damit wäre die Vaterschaft sicherer

- die natürliche Auslese begünstige Männer, die sich ihren Töchtern besonders liebevoll zuwenden, da bei den Töchtern eine höhere Wahrscheinlichkeit besteht, dass die eigenen Gene weitervermittelt werden

Nach White und Mullen (1989) müssten die Soziobiologen zu diesen verschiedenen anderen Möglichkeiten mathematische Modelle entwerfen und diese gegeneinander testen, ansonsten wäre ihre Argumentation auf dem vorwissenschaftlichen Level einer Ex-Post-Facto-Erklärung.

Die von Soziobiologen vertretene Theorie, unsere genetische Ausstattung entspräche einer optimalen Anpassung an die Jäger- und Sammlerkulturen des Pleistozäns, zeigt einige Lücken:

- Es ist anhand weniger Knochen, die wir aus dieser Zeit haben, schwierig und im Detail nicht möglich, soziale Episoden dieser Kulturen nachzukonstruieren

- Die heute lebenden Jäger- und Sammlerkulturen entsprechen nur sehr wenig dem Bild aggressiver Konkurrenz unter den männlichen Mitgliedern und sind vielmehr auf strenge Stammesregeln konzentriert, die starke Zusammenarbeit implizieren; unsere abendländische

Gesellschaft sei viel kompetitiver als die große Mehrheit der Jäger- und Sammlerkulturen (Leacock, 1980; nach White & Mullen, 1989)

- In 2000 Generationen können starke genetische Veränderungen auftreten; ganze Spezies bilden sich in so einer Zeit, wie auch der „Nestor der Soziobiologie“ O.E. Wilson einräumt (Wilson, 1975; nach White & Mullen, 1989)

Eine zweite Ebene der Kritik richtet sich generell gegen soziobiologische Argumentationen bei der Spezies Mensch:

- 1. Das soziobiologische Paradoxon

Der selektive Vorteil des Menschen gegenüber Spezies, deren Verhalten weitgehend genetisch bestimmt wird, ist gerade seine höhere genetische Plastizität, d.h. dass sein Verhalten nicht genetisch, sondern durch Sozialisation und Lernen kontrolliert wird. Wäre menschliches Verhalten unter spezifischer genetischer Kontrolle, würde der selektive Vorteil, der durch Plastizität und kulturelle Evolution gegeben ist, entfallen.

Es gibt keinen einzigen strengen Nachweis, dass irgendein menschliches Verhaltensmuster genetisch kontrolliert wird (Gould, 1978; nach White & Mullen, 1989). Vieles spricht hingegen dafür, dass Gene nur die Grenzen der Verhaltensplastizität determinieren, und die ist in bezug auf menschliche Eifersucht sehr hoch.

- 2. Analoge Funktionen wie die in verschiedenen nicht miteinander verbundenen Kulturen festgestellte aggressive Eifersucht von Männern zur Durchsetzung von Monogamie können funktionale Parallelentwicklungen sein und stellen keinen zwingenden Hinweis auf genetische Faktoren dar.

Dalys 3 Argumente (Daly et al., 1992; nach Bruck, 1990): Eifersucht führt bei vielen Tierarten zu Aggression, Männer und Frauen unterscheiden sich in ihren Eifersuchtsmustern und Männer schränken fast universell das weibliche Sexualverhalten ein², können alle auch durch funktionale Analogie erklärt werden statt durch biotische Faktoren. Aggression ist sicherlich ein Mittel, um den Partner zu kontrollieren, besonders, da Männer größer und genetisch und sozial aggressiver sind, männliche und weibliche Eifersucht kann sich aufgrund verschiedener funktionaler Rollen unterscheiden, und die Einschränkung weiblichen Sexualverhaltens könnte die Funktion erfüllen, Systeme patrilinearer Erbfolge zu erhalten (Hupka, 1981).

- 3. Umwelt kann genetische Faktoren im Phänotyp übertrumpfen

Selbst wenn die Eifersucht zu 100 % genetisch bestimmt wäre, könnte die Umwelt genetische Faktoren „überschreiben“. Man nehme als Analogie zwei Weizenfelder, das eine mit fruchtbarem und gutem Boden, das andere mit kärglicher und steiniger Erde. Obwohl die Weizenhöhe zu 100 % genetisch vererbbar ist, wird der Weizen in der fruchtbaren Erde weit höher wachsen als auf dem anderen Feld.

FAZIT

Menschen scheinen dazu zu neigen, existierende soziale Fakten mit Begriffen wie ‚Natürlichkeit‘ zu erklären und beziehen sich dabei entweder auf Gott oder neuerdings auf die Biologie. Die Geschichte ist voller Beispiele davon. Auch aus unserer Sicht monströse Praktiken wie z.B. das Zunähen der Schamlippen in manchen afrikanischen Ländern werden dort mit Begriffen wie ‚Natürlichkeit‘ oder ‚Biologie‘ rechtfertigt. Ob es nun im Interesse einzelner Soziobiologen ist, den Status Quo zu rechtfertigen oder nicht, ihre Argumente werden von denjenigen aufgegriffen, die dieses Interesse haben.

Seit dem ‚AIDS-Schock‘ der Achziger Jahre wurden soziobiologische Eifersuchtstheorien in Zeitschriften von ‚Spiegel‘ über ‚Cosmopolitan‘ bis ‚Bravo‘ absolute Modethemen, ob es nun um ‚Killerspermien‘ oder das ‚Untreue-Gen‘ geht. Ein Blick in populäre Medien wie

²hierzu sind die Fakten nicht so klar, siehe Ford & Beach 1968, Leacock 1980

„Bild“, „Bravo“, „Coupé“ zeigt, dass die Theorie ‚Eifersucht ist etwas Natürliches, da kann man eben nichts machen‘ in weiten Teilen der Gesellschaft konsensfähig ist. Dies aber hat die Folge, dass Bewältigungsmöglichkeiten zu pessimistisch betrachtet werden. White & Mullen (1989) berichten, dass verschiedene ihrer Klienten ihre starke Eifersucht biologistisch zu untermauern versuchten, z.B. durch den Bestseller „Der nackte Affe“ (Morris, 1967).

Soziobiologen versuchen menschliche Eifersucht durch die Theorie der elterlichen Investition und das Konzept der Sicherheit der Vaterschaft zu erklären. Auf den ersten Blick erscheinen diese Theorien einfach und schlüssig und legen eine Kontinuität zwischen tierischer und menschlicher Eifersucht nahe. Bei genauerer Betrachtung lässt sich jedoch zeigen, dass die Theorie im wesentlichen spekulativ und vorwissenschaftlich bleibt (siehe die differenzierte Kritik bei White & Mullen, 1989, S.58-75).

Auch die feministische Kritik, dass soziobiologische Theorien ‚androzentrisch‘ gefärbt seien, ist aus unserer Sicht gerechtfertigt.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass Erbanlagen zwar unser Verhalten bis zu einem bestimmten Grad kanalisieren können, aber keinerlei Details bestimmen. Wir wissen nicht, um welche Faktoren es sich handelt und wie sie im einzelnen wirken. Solange genauere Kenntnisse fehlen und es zweitens keine konkreten Manipulationsmöglichkeiten ins Erbgut gibt (von der moralischen Fragwürdigkeit solcher Maßnahmen zu schweigen), hat die ganze Fragestellung wenig Relevanz für die Lebenspraxis.

„Wie die kulturelle Vielfalt beweist, haben wir innerhalb dieses genetischen Spielraums immer noch ausreichend viele Variationsmöglichkeiten und somit auch Bewältigungschancen für sexuelle Eifersucht. Wir können uns deshalb nicht auf irgendwelche Erbanlagen herausreden, wenn wir z.B. aggressiv gewalttätige Eifersuchtsreaktionen zu rechtfertigen versuchen.“ (Bruck, 1992)

KULTURELLE THEORIEN

Menschen können innerhalb gewisser genetisch und von Umweltbedingungen eingegrenzten Spielräumen durch Kognition, Emotion und Verhalten Neues erfinden, d.h. zu Innovationen gelangen. Wir definieren Kultur in Anlehnung an Bruck (1990): „Die Gesamtheit aller eigenen wie fremden Innovationen und ihrer Effekte ist die Kultur einer Person, Gruppe, Ethnie oder der Menschheit“.

Kultur hat drei wesentliche Elemente: Kognitive Muster (Ideen, Glaubenssätze und Werte), Verhaltensmuster sowie Produkte dieser Verhaltensmuster (wie z.B. Werkzeuge oder Kunst). All diese Muster treten in einer Kultur wiederholt auf, sind den einzelnen Mitgliedern vertraut und bilden die Basis zur Sozialisation (Jahoda, 1980; nach White & Mullen, 1989).

Interpersonale Systeme von Menschen, die Wirkungsbeziehungen untereinander haben, die für die einzelnen überlebenserforderlich sind, werden Sozietäten (oder auch Kulturen) genannt. Ein Subsystem eines sozietären Systems wird hier als Subkultur bezeichnet.

Petzold (1992) weist darauf hin, dass der Mensch im Verlauf seiner Geschichte mit fortschreitender kultureller Entwicklung und Differenzierung immer neue Gesellschaftsformen und immer mehr an Freiräumen gesellschaftlicher Pluralität hervorgebracht hat, die zunehmend größere personale Subjektivität ermöglichen.

KULTURANTHROPOLOGISCHE BEITRÄGE

Kultur als die Menge des Gelernten und Erfundenen ist eine wesentliche Dimension und ein grundlegender Kontext für sämtliches Verhalten und Erleben eines Individuums. Jeder einzelne steht zeit seines Lebens im Austausch mit der ihn umgebenden Kultur, wird in Traditionen eingeführt und eingefügt, lebt in einer

„gemeinschaftlichen Mitwelt von Familien, Gruppen oder Gesellschaften“ (Bruck, 1992).

Kultur beeinflusst Eifersucht über zwei Ebenen: die der in der Kultur üblichen Theorien über Eifersucht (z.B. Ideal der lebenslangen Monogamie) und die Ebene einschlägiger kultureller Praxis (z.B. Scheidungen, Fremdgehen). Die genannten Beispiele legen nahe, dass die beiden kulturellen Ebenen nicht übereinstimmen müssen. Zur kulturellen Theorie gehört das entsprechende Wissen, d.h. die Vermittlung von Bedeutungen der Begriffe Beziehung, Treue, Untreue oder Eifersucht, zum anderen das ‚Können‘, also Informationen über Möglichkeiten des Ehebruchs, über Eifersuchtsreaktionen oder Bewältigungsmöglichkeiten und schließlich Normen und Sanktionen, die bestimmen, inwieweit bestimmte Verhaltensweisen wie Ehebruch oder aggressive Eifersuchtsreaktionen kulturell gefordert bzw. geduldet werden. Die kulturelle Praxis besteht aus den sich im Bezug zur kulturellen Theorie entwickelnden Handlungen und ihren direkten und indirekten Folgen (Bruck, 1992).

ETHNOGRAPHISCHE LITERATUR

Der Kulturenvergleich demonstriert die Vielfalt von Gedanken, Gefühlen und Verhaltensweisen, die in unterschiedlichen Kulturen als ‚Eifersucht‘ bezeichnet werden. Kulturelle Träger und Vertreter vermitteln durch kulturelle Theorie und Praxis unterschiedliche Aspekte des Phänomens.

Kulturen definieren die *Reize (stimuli)*, die als Bedrohung für den Selbstwert und/oder die Beziehung anzusehen sind. So gilt beispielsweise bei den Pawnees in den amerikanischen Plains die Bitte eines Mannes um ein Glas Wasser, an die Frau eines anderen gerichtet, dass er hinter der Frau her ist (Weltfish, 1965; nach White & Mullen, 1989). Bei den Saora in Indien muss ein Mann, um seine Frau des Ehebruchs anzuklagen, die Frau mit einem anderen in flagranti erwischt haben. (Hupka, 1981). Die Plateau-Stämme Zimbabwes glauben, dass eine Totgeburt oder der Tod der Mutter bei der Geburt ein sicherer Hinweis auf einen von der Frau verübten Ehebruch sei. (Gouldsbury & Sheane, 1911; nach Bruck, 1990).

In vielen Sozietäten ist Frauen der Geschlechtsverkehr mit jemand anderem unter bestimmten Umständen erlaubt, die offenbar beim Ehemann keine Bedrohung des Selbstwerts, der Beziehung oder des sozialen Status bedeutet. So das weithin bekannte ‚Lampenritual‘ der grönländischen Inuits, wo von einem guten Gastgeber erwartet wird, dass er, wenn Besuch da ist, die Öllampe zu einer bestimmten Zeit löscht, worauf der Gast mit seiner Frau die Nacht verbringen darf. Ein Ehemann, der dazu nicht bereit ist, gilt in der Gemeinschaft als feige und ungastlich, ebenso wird eine Frau, die nicht beim Gast liegen will, von ihrem Ehemann gescholten. (Mead, 1931, nach White & Mullen, 1989). Bei den Lesu in Melanesien beschenkt der Liebhaber einer verheirateten Frau diese mit Kleinigkeiten, die sie an ihren Ehemann weiterreicht, der sich dann nicht eifersüchtig verhält. (Neubeck 1969, nach White & Mullen, 1989).

Ford & Beach (1968) fanden 17 Sozietäten, in denen außereheliche Beziehungen in der Praxis sehr üblich sind, obwohl dies ‚offiziell‘ eigentlich verurteilt wird. Bei den Bena in Afrika z.B. sind mit einer Ehe die Rechte auf sexuelle Ausschließlichkeit verknüpft, trotzdem sind beide Geschlechter unentwegt mit Ehebruch beschäftigt, was als spannendes Spiel und Zeitvertreib gilt. Wird jemand nun dabei ertappt, so kommt es zu verbalen Vorwürfen, die aber auch schnell wieder vergessen sind.

Kulturelle Theorie und Praxis vermittelt auch die *gängigen Motivzuschreibungen*. So wird in vielen Kulturen die Lust auf Exosex auf den Sexualtrieb zugeschrieben, insbesondere beim Mann. Dies hat im allgemeinen zur Folge, dass Männern größere sexuelle Freiheiten zugebilligt werden, da er ja seinem stärkeren Trieb nicht widerstehen könne. Es gibt jedoch auch Sozietäten wie die australischen Ureinwohner und die Stämme Melanesiens, die davon ausgehen, dass die Frau den stärkeren ‚Sexualtrieb‘ hat.

In anderen Sozietäten wird die Praxis des Ehebruchs gedeutet als Versuch, sich durch Geschenke des Liebhabers zu bereichern, als Rache am Partner oder als Methode zur Beendigung einer als schlecht befundenen Ehe.

Es kann davon ausgegangen werden, dass kulturelle Faktoren auch einen Einfluss auf die Emotionen haben, die man im Falle der Eifersucht empfindet. Dazu gibt es allerdings kaum zuverlässige Daten, weil es zum einen schwierig ist, über subjektive Zustände zu berichten und andererseits die Form und Angemessenheit des Emotionsausdrucks in unterschiedlichen Kulturen hochgradig variiert. (White & Mullen, 1989)

Schließlich vermitteln kulturelle Einflüsse *Wissen über Möglichkeiten und Angemessenheit spezifischer Bewältigungsmethoden*. So ist es in einigen Kulturen üblich, die Ehefrau und/oder den Rivalen bei erwiesenem Ehebruch zu töten, etwa bei den alten Hebräern, oder im letzten Jahrhundert noch bei den Apache, wo ein Ehemann seinen Rivalen umbrachte und seine Frau verstümmelte. (Goodwin, 1942; nach White & Mullen, 1989). In einigen Gesellschaften, wie in Gegenden Griechenlands oder bei den Yusufazai-Pakhtunen in Afghanistan (Bruck, 1990), ist das Töten der ‚untreuen‘ Ehefrau gar die einzige Möglichkeit des Mannes, seine ‚Ehre‘ wiederherzustellen und somit seinen sozialen Status zu wahren. In anderen Kulturen, wie bei den Pawnee-Indianern, versucht ein ‚betrogener‘ Ehemann, oft nicht ohne Erfolg, seinen Rivalen zu ‚verhexen‘.

Anderswo ist es üblich, vom ‚untreuen‘ Ehepartner Verbindlichkeit zu verlangen, etwa durch Erpressung; so drohen Dobuan-Frauen mit Selbstmord (Benedict, 1961; nach White & Mullen, 1989). Oder es gibt kulturelle Möglichkeiten, alternative Quellen des Selbstwerts zu nutzen. Bei den Hidatsa-Indianern des 19. Jahrhunderts konnte sich ein Mann großes Prestige verschaffen, wenn er seine ‚untreue‘ Frau seinem Rivalen zusammen mit einem wertvollen Geschenk ‚überließ‘ (Bruck, 1990).

Anderswo wiederum ist es üblich, die Eifersucht zu verleugnen bzw. zu beherrschen: bei den Burundi in Zentralafrika galt ein Mann, der eifersüchtig auf den Liebhaber seiner Frau war, als närrisch und schwachsinnig (Albert, 1963; nach Bruck, 1990). Bei den Lepchas in Asien wird Eifersucht nur in Ausnahmefällen offen gezeigt und ausgelebt, da die dortigen kulturellen Ideale ein Minimum von Konflikten und Aggressionen innerhalb der Gruppe vorsehen (Gorer 1938; nach Bruck, 1990).

KULTURENÜBERGREIFENDE FORSCHUNG

Jenseits der ethnographischen Literatur gibt es einige kulturenübergreifende Studien zum Thema Eifersucht. Nach einiger kurzen Darstellung dieser Arbeiten folgt eine knappe Diskussion von kulturellen Variablen, die die Qualität und Häufigkeit der Eifersucht unserer Meinung nach beeinflussen.

Hupka und Ryan (1981) untersuchten 92 Kulturen in bezug auf die Strenge der männlichen Antwort auf den Ehebruch der Frau. Sie stellten eine Korrelation mit drei kulturellen Variablen fest: Zum ersten die Wichtigkeit der Ehe, des Verheiratetseins für den Sozialstatus, zum zweiten die Bedeutung von Privateigentum und schließlich das Ausmaß, indem sexuelle Beziehungen auf die Ehe eingeschränkt sind, d.h. vor- und außereheliche Beziehungen nicht toleriert werden.

Hupka et al. (1985) befragten Studenten aus 7 Ländern (Irland, Jugoslawien, Mexiko, Niederlande, Sowjetunion, Ungarn und USA) zu ihrer Eifersucht. 3 Faktoren waren in allen Kulturen ausschlaggebend für die Ausprägung der Eifersucht: die Bedrohung der Ausschließlichkeit der Beziehung, die relative Abhängigkeit vom Partner und Neid/Selbstabwertung. Viele andere Faktoren galten nur für gewisse Länder: in Mexiko herrschte ein Faktor ‚Misstrauen‘, in Ungarn, Irland, Mexiko und Jugoslawien ein Unbehagen angesichts zu großer Autonomie des Partners. Die Autoren schlossen von ihren Ergebnissen

auf globale interpersonelle Eifersuchtsfaktoren, was uns aber angesichts des christlich-abendländischen Hintergrundes sämtlicher untersuchter Gesellschaften fraglich erscheint.

Eifersucht und Besitznorm

In einem bemerkenswerten Essay („Jealousy and Sexual Property“, 1936; nach White & Mullen, 1989), formulierte der amerikanische Soziologe Davis als erster die These, dass die unterschiedliche Eifersucht in verschiedenen Kulturen in hohem Maße davon abhängt, inwieweit sexuelle Zuwendung von seiten des Partners als Besitz gewertet wird. Jede Kultur hätte spezifische Normen über den Umgang mit solchem ‚Besitz‘, etwa wann dieser als ‚ausgeliehen‘ oder als ‚geraubt‘ angesehen wird und liefere Konsequenzen und Sanktionen für solche Übertretungen.

In Kulturen wie den Apache, in denen Männer eine lange und schmerzvolle Initiationszeit durchlaufen, um dann erst das Recht auf eigenen Besitz zu haben und eine Ehe führen zu dürfen, sind die Eifersuchtsreaktionen durchweg sehr heftig. Bei den Toda im südindischen Tamil Nadu ist der Privatbesitz auf ein Minimum beschränkt, sie gelten als eine der eifersuchtsfreiesten Kulturen überhaupt. (White & Mullen, 1989)

Eifersucht und Selbstwertbedrohung

Nach unserer Arbeitsdefinition wird Eifersucht weltweit von der Bedrohung des Selbstwerts oder des Bestands der Beziehung ausgelöst. In Sozietäten, die Modelle eines distinkten und abgelösten Ich liefern, ist die Eifersucht auch höher, da sich das Ich durch eine Situation wie einen ‚Ehebruch‘ in seinen Grundfesten bedroht sieht, da sich die Frage nach der eigenen Attraktivität in den Vordergrund drängt (Guthrie & Tanco, 1980; nach White & Mullen, 1989)

Eifersucht und die Bedeutung des Ehestatus

Kulturen unterscheiden sich aufgrund des Stellenwerts, den die Ehe im Sozialgefüge einnimmt. Dies wiederum steht in Wechselwirkung mit Faktoren wie geographischer und sozialer Mobilität, Industrialisierung, Religion, Bedeutung von Geschlechtsrollen. Bei Kulturen, in denen eine große Identifikation des einzelnen mit seinem ehelichen Status herrscht, ist es naheliegend, dass der Selbstwert durch einen Ehebruch sehr bedroht wird und demzufolge die Eifersuchtsreaktionen sehr heftig ausfallen. Tatsächlich wird das auch von der Untersuchung von Hupka & Ryan (1981) belegt.

Eifersucht zur Sicherung männlicher Herrschaft

Ethnographische Daten liefern einen typischen Befund: in matrilinearen Gesellschaften wird außer- und vor allem vorehelicher Geschlechtsverkehr eher geduldet als woanders. In Gesellschaften hingegen, in denen die Rollenverteilung zwischen Mann und Frau besonders stark festgelegt ist, der Mann der alleinige Ernährer und Versorger und die Frau die Hausfrau und Mutter ist, und die Geschlechtertrennung sehr konsequent durchgeführt wird, ist der Ehebruch auch mit starken Sanktionen belegt. Die Daten legen also eine feministische Kritik an patriarchalen Strukturen nahe, die u.a. auch Eifersucht mitbedingen, wie sie etwa von Borneman (1979), Heide Göttner-Abendroth oder Maria Mies geleistet wurde.

Zusammenfassend lässt sich also sagen, dass kulturelle Faktoren einen maßgeblichen Einfluss darauf haben, was eifersüchtig macht und was nicht, wer schuld an der Eifersucht ist und wie mit der Eifersucht umzugehen ist. Die demonstrierten Beispiele aus unterschiedlichen Kulturen sollen die großen Ausprägungsmöglichkeiten unterstreichen, die menschliche Eifersucht annehmen kann. Sie unterstreichen eine sozial-konstruktionistische Sicht auf das Phänomen Eifersucht, aus der die in unserer Gesellschaft übliche Eifersucht nur als ein

Sonderfall unter vielen gelten kann. Im weiteren werden wir uns aber im wesentlichen auf diesen Sonderfall beziehen und ihn ins Zentrum unserer Untersuchung rücken.

SOZIOLOGISCHE THEORIEN DER EIFERSUCHT

Das in unserem Arbeitsmodell nahegelegte Verständnis von Eifersucht bezieht auf jeden Fall in engerem Sinne fachfremde Ansätze mit ein. Im Fokus soziologischer Analyse steht der Einfluss der uns umgebenden Kulturfaktoren auf zwischenmenschliche Phänomene. Mit Ernest Borneman und Dieter Duhm stellen wir zwei Autoren vor, die soziologisch an die Problematik herangehen, obwohl die Psychologie für beide kein fachfremdes Tätigkeitsfeld ist (Borneman war langjähriger Mitarbeiter Wilhelm Reichs; Duhm ist ausgebildeter Psychoanalytiker). In beiden Fällen handelt es sich um originelle Positionen, die die in unserem Kulturkreis übliche Gestalt der Eifersucht ablehnen und als Symptom eines defizitären Gesellschaftssystems betrachten. Im Gegensatz zu dem kulturanthropologischen Material, in dem es eher um Datensammlung und der Beschreibung sexueller Eifersucht beim Menschen ging, liefern die Theorien von Borneman und Duhm Erklärungsmodelle zu den tieferliegenden Ursachen dieses Phänomens.

Die Theorie des Sozialen Konstruktivismus verfolgt einen anderen, gleichermaßen kritischen Ansatz; ihr zufolge sei Gestalt und Bedeutung eines Phänomens wie Eifersucht wesentlich als soziale Konstruktion aufzufassen und weniger als ontische Realität.

EIFERSUCHT ALS FOLGE VON PATRIARCHAT UND PRIVATEIGENTUM: ERNEST BORNEMAN

„Eifersucht ist der sexuelle Niederschlag des Privateigentums.“

Mit diesem Satz beginnt der frühere Reich-Mitarbeiter seinen Aufsatz „Zur Genealogie der Eifersucht“ (1979), auf den wir uns einzig beziehen. Hier vertritt Borneman die These, dass Eifersucht ein menschliches Spezifikum sei, das sich historisch entwickelt hätte.

Bornemans Argumentation

In der Urzeit des Menschen herrschten matrilineare Gesellschaftsordnungen, die ihre Abstammung von einer Urmutter herleiteten. Der Ehemann siedelte sich bei der mütterlichen Sippe seiner Frau an. In diesen Gesellschaften war die Fruchtbarkeit und Sexualität geheiligt und sexuell besonders aktive Mitglieder galten als reizvoll. Begriffe wie ‚Liebe‘ und ‚Eifersucht‘ waren unbekannt.

Vor etwa zehntausend Jahren konvergierten zwei Entwicklungsstränge: Patriarchat und Privateigentum. Das Privateigentum entstand als Folge der Überschussproduktion, das Patriarchat beruhte auf der Entdeckung des männlichen Anteils an der Fortpflanzung. Als Folge dieser Entwicklung entstand bei Männern der Anspruch auf legitime (männliche) Erben, in denen der eigene Same und somit auch eine Art eigener Essenz weiterlebt. Die Frau wurde im Verlauf einer Entwicklung immer mehr zum Privateigentum, wie es sich u.a. in der Praxis des Brautkaufs zeigt. Ehebruch hatte demzufolge den Charakter des Diebstahls, und Eifersucht entwickelte sich als legitimes Schutzmotiv, das immer mehr internalisiert wurde. Im weiteren Fortschreiten der vaterrechtlichen Ordnung und der Etablierung von Institutionen wie der Ehe wurden auch die Frauen von der ‚sexuellen Besitzsucht‘ angesteckt.

Bornemans Fazit lautet, dass Eifersucht kein angeborener Aspekt der menschlichen Kultur sei, „sondern das anerzogene Produkt sexualrestriktiver Gesellschaftsordnungen. Diese Restriktionen dienen der Erhaltung der Herrschaft.“

Borneman stützt seine These durch verschiedene Argumente. Zum einen leugnet er das Vorkommen von Eifersucht bei Tieren im speziellen und bei den dem Menschen genetisch

nächsten Menschenaffen im besonderen. Seine Thesen zum Matriarchat werden in einem späteren Werk, „Das Patriarchat“ (1975), genauer erläutert. Er bezieht sich auf die Kulturgeschichte von Brautwerbungszeremonien, auf Hinweise wie die in der Bibel, wo Jakob sieben Jahre um Rahel dienen musste, und das Auftreten neidischer und eifersüchtiger Götter und Göttinnen im griechischen Pantheon, die „auch im nichtsexuellen Leben einen Neid (zeigten), der sie sofort als Kreaturen der Ära des Privateigentums erkennen lässt“.

Des Weiteren bezieht er sich auf aktuelle Beobachtungen von Kulturen, in denen die soziale und ökonomische Situation des Mannes am schlechtesten ist. Bei den Armen Spaniens, Siziliens, Korsikas oder Nordafrikas stellt er einen Zusammenhang zwischen der gravierenden ökonomischen Situation und dem „wahnhaften, zwangsneurotischen Charakter“ von allem, was mit Gattin, Tochter oder Schwester zu tun hat, fest. Ein eigentümlicher Begriff von ‚Ehre‘ würde, so Borneman, zum Substitut von wirklicher Selbstachtung.

Auch tiefenpsychologischen Ansätze wie dem von Freud, Eifersucht als einen Mechanismus der Psyche zu betrachten, setzt Borneman das Argument entgegen, dass die psychische Notsituation, die Eifersucht hervorbringt, nur in bestimmten Kulturen mit bestimmten Tabus überhaupt entstehen könne.

Bornemans Thesen sind auf jeden Fall anregend, vor einer strengen Kritik jedoch nicht haltbar. Dass eifersuchtsartiges Verhalten bei Tieren nicht vorkommt, lässt sich nicht aufrechterhalten. Was das Matriarchat betrifft, so scheinen noch viele Fragen offen: hat es das Matriarchat in der von den Vertretern der Matriarchatstheorie beschriebenen Form überhaupt gegeben? Und wenn, so vielleicht auch nur in ganz bestimmten geographischen Regionen³? Über diese Fragen herrscht z.Z. jedenfalls kein Konsens in der Fachwelt, wie ihn Borneman offensichtlich voraussetzt. Ebenso bleibt Borneman die Hinweise schuldig, dass matrilineare Kulturen ebenso wie Kulturen, die kein Privateigentum kennen, frei von Eifersucht sein sollen. Selbst bei sehr permissiven Kulturen wie den Trobriandern tritt Eifersucht sehr wohl auf (Bruck, 1990).

Die Argumentation Bornemans wird jedoch durch spätere transkulturelle Untersuchungen, die den Zusammenhang zwischen der Wichtigkeit des Privateigentums und sexueller Permissivität in einer Kultur eindeutig belegen, nachträglich unterstützt. Faktoren wie Unterdrückung der Frau und Bedeutung des Privateigentums scheinen kulturelle Variablen zu sein, die einen erheblichen Einfluss auf den Ausprägungsgrad der Eifersucht haben. Wenn Bornemans Theorie auch spekulativ bleibt, ist sie doch dadurch schon erwähnenswert, weil sie den Blick darauf öffnet, dass das überall Anzutreffende historisch gewachsen sein könnte und es daher nicht nötig ist, sich damit einfach abzufinden.

EIFERSUCHT UND WARENCHARAKTER: DIETER DUHM

In seinem frühen Werk: „Der Mensch ist anders“ (1975) unternimmt der ehemalige Apo-Aktivist Duhm den Versuch, eine „ganzheitliche Theorie der Befreiung“ zu formulieren, die über einen marxistischen Ansatz hinausgeht.

„Der Eros ist etwas viel Größeres und Mächtigeres, als man glaubt, wenn man links ist“.

In Anlehnung an Goerge Bataille geht Duhm vom Begriff des Eros als einem Phänomen elementarer Urgewalt aus, welches bei seiner Unterdrückung selbstzerstörerische Formen annimmt. Eros ist der Übergang von ‚Diskontinuität‘ zur ‚Kontinuität‘, also eine Kraft, die Grenzen und Trennungen auflösen will. Dadurch ist der Eros Antagonist zur gesellschaftsüblichen Macht von Markt und Kapital, die alles zu kaufbaren Objekten macht und verdinglicht, isoliert und trennt.

³zum Thema: Konstruktion des Matriarchats als weibliche Identitätsstiftung verweisen wir auf Röder, Hummel & Kurz, 1996

Duhm stellt ein verbreitetes Muster fest, das er Eifersuchtssyndrom bezeichnet: noch bevor es überhaupt realen Anlass zur Eifersucht gibt, geraten die Partner in ein System von Misstrauen, Unterstellung und Pseudokommunikation, das sich selbst bestätigt. Dies hat zwei Ursachen: zum einen ist man in einer liebesfeindlichen Welt von seinem Liebespartner in der Liebe abhängig, zum anderen grassiert in einem System, in dem alles zur Ware wird, die Angst des einzelnen, austauschbar zu sein und im Vergleich mit eventuellen Konkurrenten schlechter abzuschneiden⁴. Der eben gesicherte ‚Besitz‘ an Liebesmöglichkeit muss daher mit allen Mitteln verteidigt werden, und so gerät der einzelne, sobald er in einer Beziehung steht, in eine latente Kampf Stimmung. Dieses Eifersuchtssyndrom sorgt nun dafür, dass beim kleinsten Anlass heftige Emotionen hochkommen, die die Fortdauer der Beziehung bedrohen. Im heutigen Menschen scheint ein Bedürfnis nach Zweierbeziehung angelegt zu sein, doch gleichzeitig in der Eifersucht Motive zu ihrer Zerstörung. Dieser paradoxe Zustand ist Spiegel einer sozialen Realität. Eifersucht ist das innere Leitbild der Liebe in Kollision mit den realen von der Warengesellschaft geprägten Kommunikationsverhältnissen.

In seinem jüngeren Werk „Der unerlöste Eros“ (1992) untersucht Duhm vor allem den Zusammenhang der sexualrepressiven gesellschaftlichen Strukturen und alltäglichen Handlungs- und Denkgewohnheiten des einzelnen und skizziert einen möglichen Weg der Befreiung in der „erkennenden Liebe“, die in einer Kultur ohne sexueller Verdrängung möglich wird.

Die gesellschaftlichen Strukturen erzeugen eine pathogene Doppelmoral, in der der einzelne im Liebesbereich zur Dauerlüge gezwungen wird, weil keiner die Wahrheit ertragen würde. Die Sexualität, für Duhm die zentrale Lebenskraft mit anarchischer Tendenz, muss ins Private verdrängt und dort in domestizierter Form ausgelebt werden. Ein anderer Teil gerät in einen „Schattenbereich“ von nicht lebbaren Obsessionen, von Pornographie, Prostitution und schlechtem Gewissen.

„Im Grunde weiß es jeder. Aber wir leben untereinander in einer heimlichen Komplizenschaft der Verstellung. Wir würden ja sofort unsere gesellschaftliche Existenz - Ehe, Leumund, Beruf und gesellschaftliche Position verlieren, wenn wir in sexuellen Dingen zur Wahrheit übergängen.“ (Duhm, 1992, S.13f.)

Für Duhm ist diese Situation der Hintergrund, vor dem ein Problem wie Eifersucht diskutiert werden muss. Aus dem Urschmerz der Verlassenheit, die jeder unter diesen Umständen als Kind erfahren musste, geht eine psychische Struktur hervor, die sich darin zeigt, dass jedes Liebeserlebnis und jede neue Bindung, die man eingehen will, mit Trennungsangst verbunden ist. Wo Liebe und Trennungsangst zusammenfällt, also so gut wie immer, entsteht Eifersucht, die „zellulär“ sehr tief sitzt und nicht leicht überwindbar ist.

Eifersucht hat den Stellenwert eines kulturellen Mythos, eines „tief eingefleischten Gedankens“. In unserer Kultur herrscht ein Liebesmythos, der die „Aufteilung der menschlichen Welt in Zweierpakete, die Privatisierung der Liebe im Bunde zweier Menschen, die Ausschließung Dritter und das entsprechende Recht auf Rache und Eifersucht im Falle einer Regelverletzung“ beinhaltet. Dieser Gedanke ist in hohem Maße mitverantwortlich für seelische und organische Erkrankungen und manifestiert sich auch in Phänomenen wie Krieg und ökologischer Zerstörung.

Eifersucht kann, so Duhm, individuell nur unzureichend bewältigt werden. Es geht darum, soziale Strukturen aufzubauen, in denen sich ein neuer Liebesmythos entfalten kann. In der von Duhm geforderten neuen Kultur gibt es Räume des Vertrauens, in denen der einzelne immer mehr erfahren kann, dass es nicht mehr nötig ist, „auf die liebende Zuwendung deines Partners zu einem Dritten mit Angst, Hass und Eifersucht zu reagieren.“ Der Prozess, den er im Schlussteil des Buches skizziert, wird „erkennende Liebe“ genannt.

⁴siehe dazu auch Erich Fromms Überlegungen zum „Marketing-Charakter“ in „Die Kunst des Liebens“, 1983

Kritisch kann man zu Duhms Thesen bemerken, dass wahrscheinlich nicht jeder seine Wahrnehmung über die katastrophale Weltlage teilt, die er mit großer Allgemeingültigkeit vorträgt.

Verschiedene kulturanthropologische Untersuchungen legen nahe, dass Eifersucht auch in Kulturen, die noch nie etwas von Kapitalismus oder Marktwirtschaft gehört haben, verbreitet ist, ebenso wie eine gewisse Doppelmoral, Verstellung und Lüge in der Sexualität. Die von Duhm gelieferte Erklärung vermag das gesamte Phänomen nicht voll zu fassen. Uns scheint, dass der Autor die Bedeutung der sexuellen Frage für gesundheitliche, ökologische und andere globale Probleme zu sehr in der Vordergrund stellt. (Dies ist jedoch aus unserer Sicht angesichts der zunehmenden Verdrängung dieser Frage im offiziellen gesellschaftlichen Diskurs politisch auch legitim.)

Zu erfragen ist, ob die Art von Utopie, die Duhm sich ausmalt, überhaupt real in die Tat umzusetzen ist oder doch in großen Teilen an der menschlichen Natur scheitern muss. Von Duhm selber ist bekannt, dass er Initiator des politischen und sozialen Projektes Meiga (Modell für eine internationale gewaltfreie Alternative) ist, das seit der Gründung 1979 wiederholt in die Schlagzeilen geraten ist.

EIFERSUCHT ALS KULTURMYTHOS: SOZIALER KONSTRUKTIVISMUS

Der soziale Konstruktivismus (Gergen, 1985) geht von der Annahme aus, dass Wirklichkeit im „kommunalen Diskurs“ konstruiert wird. Unter „kommunalem Diskurs“ versteht man alles, was in einem bestimmten kommunalen System von den Beteiligten an gestischem, mimischen und sprachlichem Verhalten gezeigt wird und die Regeln, nach denen dies geschieht. „Kommunale Systeme existieren zwischen den Personen, die die jeweilige Gruppe konstituieren. Sie werden in und mit den Interaktionen der Personen hergestellt und aufrechterhalten.“ (Baecker et al., 1990). Der kommunale Diskurs findet vor dem Hintergrund eines größeren, sozialen Diskurses statt.

Einzelne Aussagen erhalten ihre Bedeutung aufgrund sogenannter kultureller Mythen. So ist z.B. die Aussage: ‚Ich werde dich immer lieben, egal, was passiert‘ nur verständlich in einer Kultur, in der der Mythos der ‚romantischen Liebe‘ hinreichend verbreitet ist. Solche Mythen bilden den großen, unhinterfragten und meist ‚unbewussten‘ Hintergrund für unsere tägliche Kommunikation einschließlich unserer Gedanken und sogar Gefühle, die wir für unsere ureigensten halten.

In letzter Instanz muss man dann auch Redewendungen wie ‚Ich fühle mich ...‘ nicht als Ausdruck der eigenen Gefühle deuten, sondern als Teil eines Sprachskripts, das nur für Diskursteilnehmer gilt, die den Mythos von der Existenz und Vermittelbarkeit innerer Gefühlszustände kennen und teilen. Baecker et al.(1992) weisen darauf hin, dass in diesem Lichte gesehen, selbst Sprachskripte, die zu unserem vertrautesten Alltag gehören, wie ‚Mutterliebe‘ oder ‚Kindheit‘ ihren Status des ‚ontisch Wirklichen‘ verlieren und als soziale Konstruktionen in bestimmten kommunalen Systemen aufgefasst werden können. Auch die in der Psychologie reifizierten Begriffe wie etwa ‚Liebe‘, ‚Aggression‘ oder ‚Schizophrenie‘ können in diesem Kontext nicht mehr als Widerspiegelung irgendwelcher ‚Dinge an sich‘ gelten, sondern werden zu historisch gewachsenen sozialen Konstruktionen. Baecker et al. (1992) weisen mit Nachdruck darauf hin, dass man bei der Verwendung solcher Wörter stets im Auge haben sollte, welche Wirklichkeiten mit ihnen geschaffen und weitertransportiert werden.

Die in unseren Gesellschaft übliche Norm für Eifersucht ist auf bestimmte Mythen gegründet. Wir erkennen in den üblichen Alltagsinteraktionen den Mythos der lebenslangen Monogamie „Wer seinen Partner liebt, ist ihm auch treu“, den Mythos „Wer den Partner liebt, muss auf Untreue mit Eifersucht antworten“ und den Mythos „Man kann nur eine Person wirklich

lieben“ und verschiedenen Ausdifferenzierungen wie „Wenn ich scharf auf eine andere bin, ist mit meiner Beziehung etwas nicht in Ordnung“⁵ oder „Ein Mann, dessen Frau fremdgegangen ist, ist ein Weichei“; oder auch sexistische Ausprägungen wie „Ein Kerl, der seine Freundin betrügt, das ist ja noch irgendwie okay, aber eine Frau, die das tut, ist ein Flittchen“. Diese Grundaxiome bilden die unhinterfragten Spielregeln, nach denen sich (fast) alle Mitglieder unserer Kultur bei der sozialen Episode ‚Ehebruch‘ oder ‚Eifersuchtsdrama‘ oder ‚Trennung aus Eifersucht‘ orientieren, in der festen Gewissheit allerdings, dass es ihre intimsten Gefühle seien, die da zum Ausdruck kommen, und sie gar nicht anders könnten.

Die Kompatibilität des sozial-konstruktionistischen Ansatzes mit den Gedanken Duhms sticht hier besonders ins Auge. Unserer Ansicht nach könnten die Argumente Duhms in einem sozial-konstruktionistischen Rahmen nochmal eine neue Stärke erlangen. Dieter Duhm ist in seinen Werken bemüht, kulturelle Mythen zu durchschauen und zu dekonstruieren, und bietet neue Mythen an wie „Freie Liebe und Zweierliebe steht nicht in einem Gegensatz, sondern bedingen einander“ oder „Ich kann nur treu sein, wenn ich auch andere lieben darf“ oder „Eifersucht gehört nicht zur Liebe“ und trägt damit zur Erschaffung sozialer Realität in bestimmten Subkulturen bei⁶.

ONTOGENETISCHE FAKTOREN DER EIFERSUCHT

Es gibt zwischen einzelnen Menschen Unterschiede bezüglich ihrer genetischen Ausstattung, ihrer biokulturellen Eigenschaften wie Talente oder kognitiver Stile sowie in bezug auf kulturelle Anteile wie Weltanschauung oder Sexualmoral. Wenn auch der biotische und kulturelle Einfluss für das Auftreten und den Ablauf von Eifersucht sehr wichtig ist, so ist die Person des Eifersüchtigen ein noch unmittelbarer Faktor. Der einzelne kann dabei mehr oder weniger von seinen kulturellen Maßgaben abweichen.

Wir stellen nun einige wichtige Theorien vor, die Unterschiede in der Eifersucht einzelner, bezogen auf unsere Kultur, zu beschreiben und erklären versuchen.

ENTWICKLUNGSPSYCHOLOGISCHE BEITRÄGE

In einer Untersuchung von Hindy, Schwarz & Brodsky (1989; nach White & Mullen, 1989) fand man vor allem bei Männern Zusammenhänge zwischen ihrer Eifersucht und den subjektiven Beschreibungen ihrer Kindheit. Es fanden sich drei Typen von eifersüchtigen Männern in bezug auf ihre Erinnerungen. Zum einen war die Mutter permissiv, forderte keine Disziplin und strafte mit Liebesentzug, während sich der Vater zurückhaltend, streng und regelgeleitet verhielt. In der zweiten Gruppe war die Mutter streng und strafte das Kind bei Fehlverhalten, während der Vater als weich und akzeptierend beschrieben wurde. In der letzten Gruppe schließlich zeigten beide Eltern eine zu große Akzeptanz oder zu große ~~Beifertenz~~ **Beifertenz** waren solche Zusammenhänge viel weniger feststellbar. Ihre Eifersucht korrelierte nur damit, dass der Vater entweder kontrollierend und streng oder aber weich und bedüftig war.

Nach einer Untersuchung von Bringle & Williams (1979; nach White & Mullen, 1989) scheint die Eifersucht der Eltern ein guter Prädiktor für die spätere Eifersucht des Kindes zu sein. Hier wiederum ist die Korrelation der Stärke der Eifersucht bei Männern mit der Eifersucht des Vaters höher als mit der der Mutter, bei Frauen ist es umgekehrt, also wurden generell stärkere

⁵ dieses bedauerliche Vorurteil teilt auch der renommierte Paartherapeut Hans Jellouschek (Jellouschek, 1991)

⁶ Wenn er auch der Meinung ist, ontologisch wahre Aussagen im Sinne seiner geistigen Väter Wilhelm Reich und Teilhard de Chardin zu treffen (Duhm 1996, pers. Mitteilung)

Zusammenhänge der Ausprägung der eigenen Eifersucht mit der des gleichgeschlechtlichen als mit der des gegengeschlechtlichen Elternteils gefunden.

ZUSAMMENHANG ZWISCHEN EIFERSUCHT UND PERSÖNLICHKEIT

Hier liegt im Augenblick keine systematische theoriegeleitete Forschung vor, sondern nur isolierte Einzelergebnisse.

Bringle führte den Begriff der ‚dispositionalen Eifersucht‘ ein. (Bringle et al. 1979; nach White & Mullen, 1989). Darunter solle man die „Tendenz, in Eifersuchtsituationen emotional zu reagieren“ als stabile Persönlichkeitseigenschaft verstehen.

Es zeigte sich, dass die Situation sowie die Interaktion zwischen Person und Situation bessere Prädiktoren der tatsächlich gezeigten Eifersucht sind als die vorher erfasste „dispositionale Eifersucht“. (Bringle et al. 1983; nach White & Mullen, 1989)

Eifersucht und Selbstwertgefühl

In der psychologischen Forschung wurden viele Versuche unternommen, den Zusammenhang zwischen Eifersucht und Selbstwertgefühl zu erfassen. Als Hauptproblem erwies sich dabei der interaktive Zusammenhang zwischen den beiden Konstrukten, da bei Menschen mit akuter Eifersucht meist auch das Selbstwertgefühl in den Keller sinkt. Darüber hinaus sind Menschen mit ohnehin niedrigem Selbstwertgefühl besonders empfindlich für weitere Selbstwertbedrohungen. Ebenso scheinen aber auch Menschen mit sehr hohem Selbstwertgefühl unter bestimmten Bedingungen sehr empfindlich auf Bedrohungen zu reagieren (Jones 1937; Berscheid & Fei 1977; nach White & Mullen, 1989)

Dies mögen die Gründe dafür sein, dass man zwischen Eifersucht und Selbstwertgefühl zumeist keine bis geringe negative Korrelationen fand. White (1981) weist darauf hin, dass beziehungsstypische Anteile des Selbstwertgefühls wesentlich bessere Prädiktoren für Eifersucht als der „globale Selbstwert“ sind, und zwar sowohl die Eigenwahrnehmung als unzulänglicher Partner als auch der Grad, inwieweit das eigene Selbstwertgefühl von der Meinung des Partners abhängig ist.

PSYCHOANALYSE

Die psychoanalytische Theorie von Freud und seinen Nachfolgern beschäftigte sich mit dem Problem der Eifersucht und lieferte wertvolle Beiträge zu einem tieferen Verständnis des Phänomens.

Für die Psychoanalyse stellt die Eifersucht ein paradoxes Phänomen dar: die Untreue des Partners sowie der damit verbundene Schmerz sind dem Betroffenen bewusst. Im Gegensatz zu anderem emotionalen Ausagieren, die die Spannung, die aus einem Konflikt entsteht, eher abbauen, scheint die Eifersucht das Problem eher noch zu vergrößern. Deswegen sei eifersüchtiges Verhalten eine Abwehr gegen noch tabuisiertere Impulse, die es dann sozusagen verdecke.

Sigmund Freud unterscheidet zwischen drei Arten von Eifersucht: der ‚normalen‘, der ‚projektiven‘ und der ‚wahnhaften‘ Eifersucht und wies darauf hin, dass sie ineinander überfließen und Zwischenformen möglich sind.

Die normale Eifersucht entsteht in einem Kontext mit dem Partner und Rivalen, der das ödipale Setting aus der eigenen Kindheit wiederholt. Eifersucht ist für Freud eine völlig normale Emotion, ähnlich wie die Trauer. Wer vorgibt, nicht eifersüchtig zu sein, verdrängt das ödipale Szenario nur besonders tief. Der ödipale Konflikt wird in so einer Situation wiederholt und dient z.T. dem Zweck, noch tieferliegende Konflikte zu verdecken. Bei ständig

eifersüchtigen Personen liegt eine narzisstische Problematik vor, die sich in einem fragilen Selbstwertgefühl und der Tendenz zu Neid und Misstrauen äußert.

Die Projektions-Eifersucht zeigt sich in heftigen und dramatischen emotionalen Ausbrüchen. Hier wird der eigene Wunsch auf Untreue verdrängt und auf den Partner projiziert, so dass dieser noch gar kein Verhalten zeigen muss, welches Anlass dazu böte.

Die wahnhaftige Eifersucht liegt bei Menschen vor, die ständig von Eifersuchtsgedanken geplagt werden, die sich im Extremfall zur Psychose steigern können. Hier handelt es sich in Freuds Sicht um homosexuelle Impulse des Betroffenen, dessen Phantasien um den Rivalen kreisen. Dies kann sich der Eifersüchtige aber nicht zugestehen und muss diese Impulse verdrängen, die er dann als Eifersuchtswahn ausagiert. (Freud, 1922/1940)

Nachfolger Freuds revidierten seine Eifersuchtstheorie des öfteren und trugen eigene Ansätze zu einer psychoanalytischen Eifersuchtstheorie bei. Für die Neo-Analytikerin Karen Horney tritt Eifersucht stärker bei Menschen auf, deren Leben durch eine Grundangst von Isolation und Hilflosigkeit bestimmt ist. (White & Mullen, 1989)

Aus heutiger Sicht muss man zur psychoanalytischen Theorie der Eifersucht sagen, dass außer speziellen Einzelfallbetrachtungen nur sehr geringe Hinweise auf ihre Gültigkeit vorliegen. Zwar erscheinen einige Gedankengänge originell und z.T. auch schlüssig, die beobachteten Phänomene lassen sich aber unseres Erachtens mit anderen Modellen wie der Bindungstheorie nachvollziehbarer beschreiben.

GESCHWISTERRIVALITÄT

Wird ein neues Kind geboren, so zeigen dessen ältere Geschwister je nach Untersuchung in 50-93% der Fälle eifersüchtiges Verhalten. Für Tiefenpsychologen wie Adler oder Winnicott ist die Geschwisterrivalität in der Kindheit eine der Hauptursachen für das Auftreten sexueller Eifersucht im Erwachsenenalter.

Es ließen sich jedoch keine Korrelationen zwischen Geschwisterfolge und Häufigkeit oder Stärke der sexuellen Eifersucht im Erwachsenenalter finden. (White & Mullen, 1989)

BINDUNGSTHEORIE

In der Nachfolge der bahnbrechenden Arbeit des englischen Psychoanalytikers John Bowlby (1969) entwickelte sich die Bindungstheorie zu einem produktiven neuen Zweig der psychologischen Forschung. Aus unserer Sicht erscheint die Bindungstheorie am geeignetsten, die ontogenetischen Anteile der sexuellen Eifersucht zu beschreiben und erfaßbar zu machen.

Grundlagen der Theorie

Bindung ist ein gefühlsbezogenes Band zwischen Menschen (dies gilt auch für die meisten Säugetierarten) und zeigt sich in dem Bewusstsein, dass der andere wohlthuend ist, einem hilft und zuverlässig verfügbar ist.

Die Bindungstheorie besagt, dass es ein angeborenes Bindungssystem gibt, dass in Situationen äußerer und innerer Gefahr, die nicht aus eigenem Vermögen behoben werden können, aktiviert wird und Bindungsverhalten auslöst: Die Nähe zu einer Bindungsperson wird gesucht. Dieses Bindungssystem erscheint biologisch sinnvoll, um Kleinkinder vor Gefahren zu schützen und damit das Kind von der Mutter überlebensnotwendige Fertigkeiten lernt. Das Risiko wird verringert, dass das Individuum Schaden nimmt, durch Kälte, Hunger und Ertrinken oder durch Raubtiere.

Bindungsverhalten ist umweltstabil und universell. Allen menschlichen Kulturen ist es gemeinsam, dass Mütter und ihre Kinder, solange diese klein sind, zusammenleben.

In erwachsenem Alter werden andere Bindungspersonen gesucht; die Anknüpfung einer Bindung wird Sich-Verlieben genannt, die Aufrechterhaltung einer Bindung als Lieben und der Verlust eines Partners als Um-Jemanden-Trauern. Die Drohung eines Verlusts erzeugt Angst und sowohl der Verlust als auch die Drohung Wut.

Auch Erwachsene zeigen in Notsituationen zeitlebens Bindungsverhalten. Determinanten des Musters, nachdem das Bindungsverhalten organisiert wird, sind die Erfahrungen, die es in der Säuglingszeit, Kindheit und Adoleszenz mit Bindungsfiguren macht. Soweit Bowlby, seine Theorie zusammenfassend (1983).

Frühe Bindungserfahrungen führen zu mentalen Vorstellungen vom Selbst und über andere Personen. Die Bindungstheorie glaubt an die relative Stabilität dieser Vorstellungen. Frühe Beziehungen sollen daher die Partnerschaften im Erwachsenenalter beeinflussen, die sich in vielerlei Hinsicht mit der Mutter-Kind-Beziehung vergleichen lassen.

Bindungstypen

Bei Kindern gibt es im wesentlichen drei verschiedene Bindungsmuster, die in den ersten 6 Lebensmonaten in der Beziehung zu seinen nahen Bezugspersonen geprägt werden. (Ainsworth et al. 1978; nach Hazan & Shaver 1987))

Im Falle einer gelungenen Bindung, wenn die Mutter als sorgend und verfügbar erscheint, wird sie für das etwa sechsmonatige Kind zu einem sicheren Hort („secure base“) und Ausgangsbasis zu Erkundungsverhalten. In diesem Fall spricht man von einer „sicheren Bindung“. Sicher gebundene Kinder wissen, dass sie sich in Stresssituationen an ihre Bezugsperson wenden können. Sie haben die Erfahrung gemacht, dass ihre primären Bindungspersonen zuverlässig auf ihre Signale reagieren.

„Unsicher-vermeidende“ Kinder wurden von den Bezugspersonen häufig in konstanter Art zurückgewiesen und zeigen in der Folge ihr Bindungsverhalten nicht mehr offen.

„Unsicher-ambivalente“ Kinder hatten Bezugspersonen, die in nicht vorhersagbarer Weise auf seine Signale eingingen und reagieren darauf mit übermäßiger Ängstlichkeit und Anhänglichkeit.

Einmal eingestellte Bindungsstrategien und vor allem die damit verbundenen „inneren Arbeitsmodelle“, d.h. Erwartungen, wie sich künftige potentielle Bindungsfiguren einem selbst gegenüber verhalten werden, sind im späteren Lebenslauf erstaunlich stabil. Die Vermutungen der früheren Bindungsforscher, dass es sich hierbei um irreversible Prägungen handelt, konnten jedoch in Längsschnittstudien nicht bestätigt werden (Grossmann & Grossmann, 1991). Die Stabilität von Bindungsmustern lässt sich möglicherweise dadurch erklären, dass eine innere Erwartung an potentielle Bindungsfiguren vorliegt, die die eigenen Wahrnehmungen stark kanalisiert und sich auch in Verhalten äußert, die das Erwartete tatsächlich auf den Plan ruft, also im Sinne einer selbsterfüllenden Prophezeiung. Im Falle unsicherer Bindungsformen kann man hier auch von einem Teufelskreis sprechen, da das Befürchtete immer wieder eintritt. Innere Arbeitsmodelle können sich jedoch durch wechselnde Umweltbedingungen, vor allem Partnerschaften, oder auch durch spezifische Bindungsinterventionen ändern (Mestel, 1995).
Fällen von einer Generation in die nächste weitergegeben, wobei die Zusammenhänge zwischen den Bindungsmodellen des Kindes und denen der Mutter stärker sind im Vergleich zu den väterlichen (Grau, 1994).

Bindungsprozesse in der Partnerschaft

Einen neuen und fruchtbaren Impuls setzten Hazan & Shaver (1987), die nachweisen konnten, dass Bindungsvariablen relativ konstante ‚Arbeitsmodelle‘ für intime Beziehungen zwischen Erwachsenen darstellen.

Bindungsstile sind bei Erwachsenen ähnlich verteilt wie bei Einjährigen (60% sicher, 25% vermeidend, 15% ängstlich-ambivalent)⁷.

Personen mit unterschiedlichen Bindungsstilen hatten unterschiedliche Beziehungserfahrungen. Bei sicher gebundenen Versuchspersonen dominierten tendenziell positive Liebeserfahrungen, die geprägt waren von Freude, Freundschaft und Vertrauen. Außerdem dauerten die Beziehungen im Durchschnitt wesentlich länger als bei den anderen beiden Untergruppen und war die Scheidungsrate am geringsten. Personen mit vermeidendem Bindungsstil waren durch Angst vor Intimität, emotionale Hochs und Tiefs und höhere Eifersucht gekennzeichnet. Ängstlich-ambivalente Versuchspersonen erlebten ihre Beziehungen geprägt von Leidenschaft, dem Wunsch nach Verschmelzung, emotionalen Hochs und Tiefs, starker sexueller Anziehung und Eifersucht. Bei ihnen hatte die Beziehung die kürzeste Durchschnittsdauer.

⁷Solche Zahlen variieren vermutlich stark nach Kultur und ethnischer Gruppe. Hazan & Shaver's Ergebnis steht für die US-amerikanische Mittelklasse. In Deutschland gibt es wahrscheinlich prozentuell weniger sicher Gebundene (Grau, 1994; Mestel, 1995)

Die Arbeitsmodelle der einzelnen bezüglich ‚Selbst‘ und ‚Beziehung‘ entsprachen den allgemeinen Bindungsstilen, die per Fragebogen erfasst wurden. Unsicher gebundene fühlen sich öfters einsam als die sicher gebundenen. Es konnten Parallelen zwischen den Bindungsstilen der einzelnen und den subjektiven Schilderungen der Eltern, insbesondere der Mutter, gefunden werden.

Grau (1994) untersuchte das Verhalten unterschiedlich gebundener Personen in Partnerschaften und konnte feststellen, dass sicher Gebundene sich häufig ebenfalls sicher Gebundene als Partner suchen und Unsichere ebenfalls Unsichere. Unter Unsicheren findet sich am häufigsten die Kombination „ängstlich-ambivalente“ Frau und „distanzierter“ Mann, eine Kombination, die erstaunlich stabil ist (solche Beziehungen haben eine lange Dauer). Dies könnte damit zusammenhängen, dass diese Kombination gesellschaftlichen Geschlechterstereotypen entspricht. Die spiegelbildliche Kombination aus „distanzierter“ Frau und „abhängigem“ Mann kommt von allen möglichen Kombinationen am seltensten zustande und ist auch am instabilsten.

Grundsätzlich muss man zu den per Fragebogen erfassten Bindungsstilen von Erwachsenen sagen, dass der Zusammenhang zu den von Ainsworth ermittelten Bindungsstilen bei Kleinkindern nicht eindeutig feststellbar ist und die Forschung vor große methodische Probleme stellt. Zu diesem Zweck konzipierte Längsschnittstudien (Grossmann & Grossmann, 1991) weisen auf eine sehr hohe Konsistenz der inneren Bindungsmodelle vom Kleinkindalter bis zur Pubertät. In der Pubertät aber scheinen sich viele Veränderungen anzubahnen, vor allem weil die primären Bindungspersonen anstatt der Eltern jetzt immer mehr in intimen Beziehungen gefunden werden. Bowlby vermutete im Heranwachsendenalter eine neue Phase höherer Prägungsempfindlichkeit (Bowlby, 1973). Im Gegensatz zu Eltern-Kind-Bindungen sind Beziehungen zwischen Erwachsenen gleichberechtigter, es herrscht ein geringeres Machtgefälle, Erwachsene haben mehr Kontrolle über den Partner im Vergleich zu Kindern gegenüber ihren Eltern und bei Erwachsenen spielt die sexuelle Anziehung eine wichtige Rolle in Bindungen (Hazan & Shaver, 1987)

Bindung und Eifersucht

Bisherige Untersuchungen weisen auf eindeutige Zusammenhänge zwischen Bindungsstil und Häufigkeit und Intensität von Eifersucht hin. Hazan & Shaver (1987) fanden bei ihren drei Stichproben signifikante Unterschiede in der Selbsteinschätzung bezüglich Eifersucht: die ängstlich-ambivalent Gebundenen schätzten sich als sehr eifersüchtig ein, gefolgt von den vermeidend Gebundenen. Sicher Gebundene beschrieben sich als am wenigsten eifersüchtig. Folgeuntersuchungen bestätigten die hohe Eifersucht des „ängstlich-ambivalenten“ Typs. Dies erscheint verständlich, weil Personen dieses Typs sich übermäßig in Beziehungen engagieren und in einer ständigen Angst leben, nicht genug geliebt oder verlassen zu werden. Das entspricht auch dem im Alltag erfahrbaren Typ der ‚klammernden‘ Person, die ständig eifersüchtig ist. Dorothy Tennov (1982) beschreibt dasselbe mit der Persönlichkeitseigenschaft „Limerenz“.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass das Konzept der Bindungsstile aus unserer Sicht für den ontogenetisch bestimmten Anteil menschlicher Eifersucht ein nachvollziehbareres Erklärungsmodell liefert als jede andere uns bekannte Theorie. In unserer Untersuchung werden wir, beeindruckt durch die Einfachheit und Schlüssigkeit des Konzepts, den Bindungsstil der Probanden per Fragebogen ermitteln und Zusammenhänge mit der Beschreibung der Paarbeziehung, der Häufigkeit und Intensität von Eifersucht, der Eifersuchtseinschätzung, den bei Eifersucht auftretenden Emotionen und den spezifischen Bewältigungsverhaltensweisen untersuchen.

EIFERSUCHT UND ZWEIERBEZIEHUNG

„Die Beziehung ist die Arena, auf der sich die Eifersucht abspielt“ (White & Mullen, 1989). Es ist offensichtlich, dass jede Beschäftigung mit dem Phänomen Eifersucht, die dies nicht mitbedenkt, unvollständig bleiben muss. Jede Beziehung stellt eine spezifische Form des Austausches dar, entwickelt eigene Regeln und Rituale, mitunter auch eine Dynamik, die für die beiden Partner unvorhersehbar ist. Den Autoren und wohl auch den Lesern ist es aus eigener unmittelbarer und mittelbarer Erfahrung bekannt, dass die spezifische Dynamik einer jeden Beziehung von großer Bedeutung für das Eifersuchterleben der einzelnen Partner ist. Die Frage, welche Faktoren in einer Beziehung die Eifersucht beeinflussen können und auf welche Weise sie das tun, war Ziel verschiedener wissenschaftlicher Untersuchungen, vor allem der amerikanischen Sozialpsychologie. Die Forschung kann sich auf Daten einzelner Untersuchungen berufen, die nur sehr schwer zusammenzufassen sind. Methodisch steht man bei der Fragestellung nach dem Verhältnis von Beziehungsvariablen zur Eifersucht vor dem Problem, dass lineare Verbindungen nicht zu erwarten sind, weil hier Eigenschaften der beiden Partner sich auf komplexe Weise vermischen und interagieren.

Im folgenden fassen wir die wichtigsten Ergebnisse zusammen. Es ist wichtig zu bemerken, dass diese Ergebnisse stets in einem spezifischen kulturellen Kontext, der abendländischen Gesellschaft, zu betrachten sind, der in Wechselwirkung mit einem sich schnell wandelnden „Zeitgeist“ steht.

Länge, Zufriedenheit, Verbindlichkeit der Beziehung

Zwischen der Länge einer Beziehung und der Eifersucht konnte kein klarer Zusammenhang gefunden werden.

In puncto Beziehungszufriedenheit zeigte Buunk (1982), dass zufriedener Partner die Eifersucht tendenziell eher durch Kommunikation und weniger durch Vermeidung von Verbindlichkeit in der Beziehung korrelierte in einer Untersuchung von Buunk (1982) streng negativ mit Eifersucht.

Eifersucht, Macht und Abhängigkeit

Viele naive Eifersuchtstheorien sehen einen starken Zusammenhang von Eifersucht und Abhängigkeit. White (1981) fand eine hohe Korrelation zwischen Eifersucht, der Idealisierung des Partners und der fragebogenermittelten Variable ‚Abhängigkeit‘ bei Frauen, jedoch nicht bei Männern. Von größerer Aussagekraft sind hier noch Untersuchungen, die die „relative Abhängigkeit“ in Beziehungen erfassen, also das Ausmaß, inwieweit der eine Partner von dem anderen abhängiger ist als umgekehrt. Dieses Ausmaß ist gleichzusetzen mit der ‚Macht in der Beziehung‘ (Blau 1964, Thibaut & Kelley 1959). White (1985) konnte feststellen, dass relativ Abhängige wesentlich eifersüchtiger sind als ihre Partner, und dass unterschiedliche Emotionen dominieren: die „Abhängigen“ reagierten eher mit Angst und Trauer, die ‚Mächtigen‘ eher mit Aggression. Hier spielen auch Geschlechterstereotypen eine wichtige Rolle. (nach White & Mullen, 1989)

Die „Equity-Theorie“ von Beziehungen besagt, dass menschliche Beziehungen dann am stabilsten sind, wenn Kosten und Nutzen für beide Partner in etwa ausgeglichen sind. Dies gälte für alle Formen von Beziehungen. In Bezug auf die Eifersucht scheint der ‚unterbenefizierte‘ Partner eifersüchtiger zu sein, möglicherweise, um eine psychologische equity wiederherzustellen (Amstutz, 1982; nach White & Mullen, 1989). Diejenigen, die von sich glauben, mehr in die Beziehung zu investieren als ihre Partner, sehen sich auch als eifersüchtiger an (White, 1981). Nach Amstutz (1982; nach White & Mullen, 1989) seien

diese Personen auch unsicherer und ängstlicher als ihre Partner, sind wütender auf sich selber, wenn sie Eifersucht empfinden und fühlen sich sexuell stärker zu ihren Partnern hingezogen als umgekehrt.

Der Bezug zu den Bindungsvariablen (insbesondere „ängstlich-ambivalent“ Gebundene) ist hier offensichtlich.

Eifersucht und Selbstwerterleben

Wie schon unter II.3.3.2. angemerkt, konnten keine deutlichen Beziehungen zwischen dem Selbstwert der einzelnen Partner und ihrer Eifersucht gefunden werden. Als viel besserer Prädiktor für Eifersuchterleben eignet sich die Selbstwahrnehmung, ein inadäquater Partner zu sein, und hier noch mal im speziellen, wenn man selbst sexuelle Probleme hat (Roy, 1977; Amstutz, 1982; nach White & Mullen, 1989) Menschen, die also das Bild von sich selber haben, ihren Partnern nicht ‚das Wasser reichen zu können‘, scheinen verstärkt unter Eifersucht zu leiden.

Eifersucht steht auch in Beziehung zu dem Ausmaß, inwieweit der eigen Selbstwert von der Bewertung des Partners abhängt, der sogenannten „Self-Esteem Dependency“ (Amstutz, 1982, White, 1981). Mathes & Severa (1981) fanden heraus, dass ‚separate identities‘, womit z.B. getrennte Freundeskreise, Berufsfelder oder Interessen der beiden Partner gemeint sind, hoch negativ mit Eifersucht korrelieren. (nach White & Mullen, 1989)

Eifersucht und Liebesmodelle

Der in unserer Gesellschaft allgemein verbreitete Anspruch auf sexuelle Ausschließlichkeit ist nach einer Untersuchung von Amstutz (1982; nach White & Mullen, 1989) ein hoher Prädiktor für Eifersucht. Bei Männern ist die diesbezügliche Korrelation noch höher als bei Frauen. Als interne Auslöser für Eifersucht fungieren vor allem der wahrgenommene Verlust einer Einzigartigkeit und die Verletzung einer ‚Besonderheit‘, in der sich der Eifersüchtige mit dem Partner verbunden fühlte.

Ein weiteres aufschlußreiches Feld zum Verständnis von Eifersucht in Beziehungen sind die inneren Modelle von Liebe und Partnerschaft, die sich die beiden Partner machen. Rubin (1970) konnte in Beschreibungen zum Liebeserleben zwei Skalen differenzieren, eine ‚Love‘-Skala, die eher emotionale und leidenschaftliche Aspekte von Beziehungen darstellte, und eine ‚Liking‘-Skala, die eher in Richtung Freundschaft und Respekt wies. ‚Love‘ korrelierte nun hoch mit Eifersucht, ‚Liking‘ sogar leicht negativ.

Die innere Haltung zur Eifersucht : „Eifersucht ist ein Zeichen von Liebe“, die ebenfalls in unserer Kultur stark verbreitet ist, weist nach Pines & Aronson (1983; nach White & Mullen, 1989) eine mäßige positive Korrelation zu Eifersucht auf.

Geschlecht und Eifersucht

In unserer Kultur können keine eindeutigen Unterschiede zwischen Geschlechtern ausgemacht werden, was die Intensität der Eifersucht belangt, wohl aber Unterschiede in den Formen und Äußerungen von Eifersucht, die so stark sind, dass sich Forscher die Frage gestellt haben, ob Eifersucht überhaupt dasselbe ist für Männer und Frauen.

Am besten ist dokumentiert, dass bei Männern die Eifersucht eher durch Sex des Partners mit einem Dritten ausgelöst wird, während bei Frauen die Angst vor dem Verlust der Beziehung im Vordergrund steht. (Gottschalk, 1936; Bringle & Buunk, 1985; White, 1981; nach White & Mullen, 1989)

Männer brechen eine Beziehung aus Eifersucht eher ab als Frauen. (Hill et al., 1976; nach White & Mullen, 1989)

Bei Männern ist das Eifersuchtserleben eher von aggressiven Emotionen begleitet. Vor allem sind sie wütend, wenn sie glauben, dass die Frau es aus sexueller Lust getan hat. Sie beschreiben sich in Interviews öfter als dem Exopartner überlegen. ‚Typisch männliche‘ Bewältigungsstrategien sind Verleugnung des Eifersuchtsgefühls, Selbstwerterhöhung durch aggressives Verhalten und die Suche nach alternativen Selbstwertquellen (sich stärker in die Arbeit stürzen, Suche nach anderen Intimpartnern).

Frauen stellen sich in Eifersuchtsituationen verstärkt die Frage, warum der Partner das tut und die Frage nach der Attraktivität der Exopartnerin. Sie beschreiben sich in Interviews oft der Exopartnerin als unterlegen und das Erleben ist stärker von Emotionen wie Angst begleitet. ‚Weibliche‘ Bewältigungsstrategien sind Verleugnen der exogamen Beziehung des Partners, ‚Gesicht wahren‘ wollen, aber auch das Bestreben, Probleme der Beziehung zu lösen. (White & Mullen 1989)

Hinter diesen Unterschieden verbergen sich Geschlechtsrollen, die in unserer Kultur gang und gäbe sind: Frauen investieren eher emotional in eine Beziehung und werten Intimität am höchsten, Männer investieren in die Beziehung vor allem materiell und wünschen sich zum Ausgleich vor allem sexuelle Befriedigung.

Eine interessante Untersuchung von Amstutz (1982; nach White & Mullen, 1989) untersuchte die Zusammenhänge von Eifersucht und dem Ausmaß, inwieweit sich eine Person mit ihrer Geschlechtsrolle identifizierte. Interessanterweise stellte sich heraus, dass bei beiden Geschlechtern die Maskulinität des Selbstkonzeptes ein Indiz auf geringere Eifersucht zu sein scheint. Das ist möglicherweise damit zu erklären, dass ‚Feminität‘ in unserer Kultur den Anklang von hoher Abhängigkeit hat. Als Einschränkung der ‚Maskulinitätshypothese‘ steht ein Ergebnis von White (1981), das besagt, dass Männer mit einer konservativen Einstellung zur Rolle der Frau deutlich eifersüchtiger sind als solche mit einer liberaleren.

Eifersucht als Funktion der Triade Person-Partner-Exopartner

Inwieweit die Persönlichkeit des Exopartners und die unterschiedlichen Beziehungen des Partners und des Eifersüchtigen selber zum Exopartner die Eifersucht verschiedener Individuen beeinflusst, ist noch ungenügend erforscht. Männer scheinen auf attraktive Exopartner eifersüchtiger zu reagieren, Frauen auf unattraktivere. Dies hängt wahrscheinlich mit unterschiedlichen Attributionen in bezug auf die Ursache des ‚Treuebruchs‘ zusammen, die selbstwertbedrohlich sind. Ungenügend untermauert sind Ergebnisse, dass Personen dann am eifersüchtigsten reagieren, wenn der Exopartner denselben sozialen und erotischen Status hat wie sie selber, und dass im Falle einer vorherigen Freundschaft zum Exopartner die Eifersucht weniger stark ausfiele, wie wenn der Exopartner unbekannt ist.

Über die Eifersucht von Personen, die in einer solchen Konstellation als Exopartner, ‚Rivalen‘, ‚Geliebte‘ usw. fungieren, ist so gut wie nichts bekannt.

Insgesamt ist der Ansatz, Eifersucht stärker als Funktion einer triadischen Beziehungskonstellation zu sehen, fruchtbar und ein wichtiges noch wenig beschrittenes Forschungsfeld.

In der Familientherapie, wie sie etwa von der sogenannten Palo-Alto-Schule konzipiert wurde, geht man davon aus, dass Systeme, die aus mehreren Personen gebildet werden, sich anders verhalten als die einzelnen beteiligten Personen. Eine Beziehung kann als Feedbacksystem gesehen werden, in dem negative und positive Rückkopplungsschleifen auftreten können.

Wenn sich beide auf eine Definition ihrer Beziehung einigen, kann diese sich stabilisieren und einen dauerhaften Kontext abgeben, der das Verhalten leitet, Erwartungen prägt und die Deutung von Mittlungen erleichtert. Auch in einer Beziehung unterliegen die einzelnen einer ‚zirkulären Kausalität‘ und entwickeln eigene Regeln, Rituale und Mythen, die dann sehr verbindlich sind. (Marc & Picard, 1991) Ein Verstoß gegen diese impliziten Regeln wird vom

Partner mit Unverständnis aufgenommen und je nach Schwere sanktioniert. Gerät nur ein einziges Element ins Wanken, ist das Gleichgewicht des ganzen Systems bedroht.

„Jede Liebesbeziehung beruht auf den ungeschriebenen Abmachungen, die von allen Liebenden in den ersten Wochen ihrer Liebe unbedacht getroffen werden. Sie leben noch wie im Traum, legen aber gleichzeitig, ohne es zu wissen, wie unerbittliche Rechtsanwälte einzelne Vertragsklauseln fest. O Liebende, laßt in diesen ersten gefährlichen Tagen Vorsicht walten! Bringt ihr dem anderen das Frühstück ans Bett, werdet ihr das ewig tun müssen, wollt ihr nicht der Lieblosigkeit und des Verrats geziehen werden!“

so der Schriftsteller und Menschenkenner Milan Kundera (Das Buch vom Lachen und Vergessen, 1980).

Lebenslange Monogamie als kultureller Mythos kann und wird auch in vielen Beziehungen als konstituierendes Element aufgenommen. Ein Verstoß dagegen muss von daher als „Ehebruch“ gewertet werden und bedroht die gesamte Beziehung. Beziehungen, die anderen Mythen folgen, vor allem in spezifischen Subkulturen, scheinen anderen Gesetzmäßigkeiten ~~Einfolge~~ eine besondere Art von positiver Rückkopplung, die ins Maßlose führt, wird vom Familientherapeuten Willi (1975) als „Kollusion“ beschrieben. Das Autonomiebestreben des einen Partners weckt bei dem anderen Trennungsängste, worauf dieser mit eifersüchtigem Verhalten reagiert. Dies wiederum drängt den anderen dazu, noch stärker seine Autonomie zu beweisen, er ‚geht fremd‘, der andere reagiert wieder mit Eifersucht usw. So verstärken die Partner gegenseitig ihre Verhaltensweisen. Dieser Vorgang ist den meisten von uns aus eigener Erinnerung oder aus seinem Freundeskreis in der einen oder anderen Form hinlänglich bekannt.⁸

Fazit

Intime Beziehungen gehören zu den unsere Kultur und Persönlichkeit ständig beeinflussenden Faktoren. Qualität und Spezifitäten einer Beziehung wirken sich auch nachdrücklich auf die Eifersucht aus. Wichtig scheint unter anderem Länge, Zufriedenheit, Verbindlichkeit, relative Macht und Abhängigkeit, die beziehungsinterne Selbstwertstabilisierung, Geschlechtsrollenidentität sowie die Konzepte der Partner über Liebe und Eifersucht zu sein. Überlegungen der Palo-Alto-Schule legen nahe, dass Beziehungen zum Teil auch einer Eigendynamik folgen, die ganz anders sein kann als die Eigenschaften der beiden Partner.

Sowohl die Eifersuchtsforschung als auch die Forschung über systemische Zusammenhänge in Beziehungen stecken in den Anfängen. Dies mögen Gründe sein, die verständlich machen, dass wir zu diesem Gebiet nur unzusammenhängende Einzelbeobachtungen liefern können, für die eine systematische Theorie noch aussteht.

Die meisten der Ergebnisse beruhen auf Als-ob-Methoden wie Fragebögen, Rollenspiele etc., deren Generalisierbarkeit auf tatsächliche Eifersuchtssituationen unklar ist. Zudem hielt sich die Eifersuchtsforschung bislang vor allem in der Dyade Eifersüchtiger-Partner auf, ohne den Exopartner als wichtige Figur im Beziehungsgefüge miteinzubeziehen.

Somit sind die meisten der in diesem Kapitel berichteten Aussagen angreifbar. Nichtsdestotrotz mögen sie eine Anregung sein, sich ein Bild von Einflüssen der Paarbeziehung auf die Eifersucht der beiden Partner zu machen.

Mit dem Phänomen offener Beziehungen werden wir uns im Kapitel 4.ausführlich befassen.

⁸M.L.Moeller verblüfft und provoziert 1975 durch den Artikel „Die Zweierbeziehung als Sekte“, in dem er nahelegt, dass es in einer Beziehung wie in einer Sekte die Geschlossenheit nach außen gibt, das Vertreten einer gemeinsamen Wahrheit, das Sich-Herausbilden gemeinsamer Werte und einer gemeinsamen Sprache, und dass Brüche mit den internen Richtlinien bestraft werden.

3. Bewältigung

Wir schließen uns der in der modernen Stress- und Bewältigungsforschung üblichen Definition von Lazarus an. Bewältigung besteht aus:

„sich ständig ändernden, kognitiven und verhaltensmäßigen Bemühungen, mit spezifischen internen und externen Anforderungen, die die Ressourcen einer Person beanspruchen oder übersteigen, fertigzuwerden“.

Das schließt, auf Eifersucht angewandt, auch auf den ersten Blick sinnlos erscheinende Verhaltensweisen wie Selbstabwertung, Umhertoben oder das innerliche Abspielen von Gewaltphantasien ein. B. ist aber vor allem ein subjektives Phänomen, und es ist daher nicht sinnvoll, manche Handlungen von vornherein aufgrund eigener Wertmaßstäbe als „schlechte Bewältigung“ werten wir in unserer Untersuchung diejenigen Bewältigungsformen, die den Befragten subjektiv ihren Umgang mit der Eifersucht erleichtert haben. Es ist eines der Hauptanliegen unserer Arbeit, die in diesem Sinne erfolgreichen Strategien herauszuarbeiten und anschaulich darzustellen.

BISHERIGE FORSCHUNG ZUR EIFERSUCHTSBEWÄLTIGUNG

- Bryson (1976) fand 3 Bewältigungsfaktoren: Suche nach sozialer Unterstützung (z.B. mit Freunden reden), Konfrontation (z.B.den Partner um eine Erklärung bitten) und „reactive retribution“ (z.B. den Partner vor anderen beschämen).
- Francis (1977) interviewte 15 Paare und kam zu dem Ergebnis, dass Verleugnung, Aggression, den Partner überwachen, Konkurrenz und Neuverhandlungen übliche Bewältigungsweisen wären.
- Salovey & Rodin (1988) legten ebenfalls Probanden eine Itemliste vor und erhielten 3 Faktoren: Selbstbeherrschung, Selbstaufwertung und „die Bedeutung der Situation reduzieren“..
- White (1981, 1986) fasste die gesamten ihm zur Verfügung stehenden Ergebnisse der Eifersuchtsbewältigungsforschung, wozu nebst der nomothetischen Forschung eine Vielzahl von Einzelfallauswertungen zählen, in einer Meta-Analyse zusammen und erhielt folgende 8 Strategien:
 1. Ausgangsbeziehung verbessern, 2. sich in die Exobeziehung einmischen, 3. Verbindlichkeit fordern, 4. Abwerten des Partners und des Exopartners, 5. Alternativen entwickeln, 6. Vermeidung/Verleugnung, 7. Selbstreflexion, 8. Unterstützung/Katharsis. Eine neunte Strategie, in der Situation eine Chance zur Entwicklung zu sehen, stellt nach Ansicht Whites keine Eifersuchtsbewältigung im engeren Sinne dar. Diese Liste sei nicht als definitiv oder erschöpfend anzusehen. Vor allem sei sie nicht auf andere, fremde Kulturen generalisierbar.

Die Vielfalt und teilweise Widersprüchlichkeit dieser Ergebnisse hängen aufs engste mit den Methoden der bisherigen Untersuchungen zusammen, von denen viele mangelhaft sind. Schließlich ist es bei vielen Arbeiten unklar, ob die resultierenden Faktoren wirklich Bewältigung darstellen oder vielmehr „Mischungen zwischen Elementen des Eifersuchtskomplexes oder kulturellen Erwartungen, was Eifersucht ist.“

Viele dieser Daten spiegeln gesellschaftliches Elend wider und zeigen einmal mehr, in welcher Zwickmühle Menschen in unserer Kultur durch Eifersucht geraten.

- Buunk (1981) befragte Paare aus offenen Ehen, inwieweit sie glauben, dass verschiedene von ihm vorgelegte Gedanken und Verhaltensweisen geeignet wären, Eifersucht zu reduzieren. Er erhielt 4 Faktoren: Unabhängigkeit (vom Partner), Akzeptanz (Eifersucht akzeptieren und ausdrücken), Vertrauen und Kommunikation. In einer Folgestudie mit derselben Stichprobe (Buunk 1982) fragte er die Personen, welches Verhalten sie im letzten

Jahr real gezeigt hätten, und erhielt die 3 Faktoren Vermeidung, Neubewertung und Kommunikation. (Siehe auch S.40f.)

- Bruck (1990) fasste in einer umfangreichen Untersuchung unter Berücksichtigung eines immensen Datenmaterials die Möglichkeiten von Eifersuchtsbewältigung in unterschiedlichen Kulturen zusammen. Er fand eine breite Palette an Bewältigungsmöglichkeiten, von denen er einigen pragmatische Konsequenzen für unseren Kulturkreis attestiert:

1. durch Einstellungsänderungen „zu einer anthropo-realistischen“ Sicht zu exosexuellen Beziehungen zu kommen, 2. durch antizipierende Kontroll- und Kompetenzsteigerungen zu einer Emotionalisierungsvorsorge zu gelangen (d.h. dass man emotional nicht völlig „ausflippt“, wenn man den Partner bei „sexueller Untreue“ erwischt), 3. die wechselseitige Motiverfüllung in der Ausgangsbeziehung verbessern, 4. das Treuemotiv einschränken, weil es nicht realistisch sei, 5. als Beteiligter einer Außenbeziehung diskret bleiben.

EIFERSUCHTSBEWÄLTIGUNG ALS KULTURELLES PHÄNOMEN

Wie auf S.9ff. dargestellt, entwickelt sich Eifersucht in einem kulturellen Kontext. Wenn auch biotische Faktoren eine Rolle spielen mögen, gibt es dennoch eine große Anzahl von kulturellen Faktoren, die sexuelle Eifersucht beeinflussen.

Die sozial-konstruktivistische Betrachtungsweise (siehe S.16) erscheint uns hier besonders fruchtbar. Fasst man die Art, wie Eifersucht bei uns gehandhabt wird, als Teil eines sozialen Diskurses auf, hinter dem bestimmte festgefahrenen Mythen stehen, so leuchtet ein, dass diese Mythen die Eifersucht weitgehend reifizieren und erfolgreiche Bewältigung vor diesem Hintergrund von vielen als schwierig bis unmöglich eingeschätzt wird.

Die amerikanische Suchttherapeutin Anne Wilson Schaef (1989) bezeichnet unsere gesamte Kultur als „arbeits-, geld- und beziehungsüchtig“. Unter Beziehungsucht versteht sie die Unfähigkeit der meisten Menschen, ohne dauerhafte Beziehung zu leben, ohne Partner überhaupt ein Gefühl der Lebenslust entwickeln zu können, und schließlich die suchtartige Gewohnheit, an jedem Partner festzuhängen, zu klammern, den Erhalt der Partnerschaft höher zu schätzen als alles andere, egal, was es koste. Unsere Kunst, die Lyrik, die in unserer Kultur gelesenen Romane und vor allem von vielen gehörte und gesungene Schlager- und Popmusiktexte seien voller beziehungsüchtigen Botschaften. Hier nur eines von vielen möglichen Beispielen:

„Schon der Gedanke, dass ich dich einmal verlieren könnt,
Dass dich ein anderer Mann einmal sein eigen nennt,
Der macht mich traurig, weil du für mich die Erfüllung bist.
Was wär die Welt für mich ohne dich?“ (bekannter Schlager)

In verschiedenen Subkulturen (Homo- und Bisexuelle, Hippies, Antifas, Osho-Sannyasins, Projekt Meiga, verschiedenen Lebensgemeinschaften, Tantra-Adepten u.a.) haben sich andere kommunale Diskurse etabliert, in denen das Ideal der Monogamie im Vergleich zum Mainstream relativiert wurde und die Möglichkeiten, Eifersucht zu überwinden, positiver eingeschätzt werden. Ebenso gibt es fremde Sozietäten, in denen anders mit Eifersucht umgegangen wird (umfassend gesammelt und dargestellt bei Bruck, 1990).

Wir sehen es als ein wichtiges Ziel unserer Arbeit an, die Erfahrungen bestimmter Subkulturen, die andere Vorstellungen von Beziehung, Eifersucht und deren Handhabung haben, in einen allgemeineren Diskurs einzubringen und somit dazu anzuregen, das Phänomen mal anders als bisher zu beleuchten.

„Andere Lebensstile können als Experiment gesehen werden. Wenn wir vorübergehend die moralischen Bewertungen, die Skepsis und den Neid überwinden können, die die verbreitetsten Antworten auf ungewohnte Fragen intimer Beziehungen sind, dann werden wir mehr erfahren über die Grenzen des Menschenmöglichen. So wichtig es ist, aus der eigenen Erfahrung zu lernen: die Fähigkeit, aus den Erfahrung anderer zu lernen, ist noch wichtiger.“ (Clanton 1981, zit. nach Bruck 1992)

CHANCEN UND GRENZEN VON EIFERSUCHTSBEWÄLTIGUNG

Obwohl das von verschiedenen Autoren geleugnet wird, zeigt eine Fülle von Daten zum einen und die Alltagserfahrung zum anderen, dass erfolgreiche Bewältigung von Eifersucht möglich ist. Worin der Erfolg besteht und wie er zu beurteilen ist, hängt von der Sicht der Betroffenen ab. Wenn Eifersucht als weniger quälend, störend oder bedrohend als zuvor wahrgenommen wird, so kann man von Bewältigungserfolg sprechen.

Einschlägige Autoren sind geteilter Meinung, wenn es um die Frage geht, wie weit Eifersucht überwunden werden kann, abgesehen davon, ob das überhaupt erwünscht wird. Freud z.B. meint dazu:

„Die Eifersucht gehört zu den Affektzuständen, die man ähnlich wie die Trauer als normal bezeichnen darf. Wo sie im Charakter und Benehmen eines Menschen zu fehlen scheint, ist der Schluß gerechtfertigt, dass sie einer starken Verdrängung erlegen ist und darum im unbewußten Seelenleben eine umso größere Rolle spielt.“

Für andere (z.B. Mainzer 1981) ist Eifersucht „wie schlechte Manieren“ abtrainierbar. Sie weisen auf eifersuchtsfreie Kulturen und Individuen hin. Bruck (1992) vertritt die Ansicht, dass Daten über die angebliche Eifersuchtsfreiheit von Kulturen Fragen zu ihrer Zuverlässigkeit offen ließen: sie beruhten entweder auf unklaren Eifersuchtsbegriffen der Forscher oder konnten durch andere Forscher nicht bestätigt werden (so beschrieb Margaret Mead die samoanische Kultur als eifersuchtsfrei, Derek Freeman (1983) kam zu anderen „Einsichten“). Bruck zieht das Resümee, dass Eifersucht, weil sie eben auch biotisch mitbedingt sei, nur teilweise überwindbar wäre.

Wir kennen Individuen, die angeben, noch nie eifersüchtig gewesen zu sein, bzw. im Verlauf ihres Lebens die Eifersucht völlig überwunden zu haben. Für uns ist ein innerer Zustand vorstellbar, in dem die erotische Anziehung des Partners zu einem Dritten nie eine Bedrohung des Selbstwertgefühls und/oder der Beziehung auslöst. Ob und wie solch ein Zustand aber erreichbar sein könnte, entzieht sich unserer Kenntnis.

Von lebenspraktischerer Bedeutung als dieses eher akademische Problem erscheint uns die Frage, ob einzelne es schaffen, ihr Leben so zu organisieren, dass die Frage der Eifersucht keine besondere Rolle mehr in ihrem Leben spielt, dass sie das Problem sozusagen „im Griff haben“, und wenn das der Fall ist, unter welchen Bedingungen dies für welche Personen möglich ist.

5. Offene Beziehung

ZUM THEMA

Phänomenologisch könnte man sagen: seit der frühesten Menschheit zeigt die Liebe eine Art von Dialektik: sie will Abenteuer *und* Treue, Abwechslung *und* Dauer, Freiheit *und* Bindung. Dieser Konflikt zeigt sich durch die Geschichte als menschliches Leitmotiv. Neben vielen Versuchen, diesen Konflikt zu lösen, wie erzwungene oder freiwillige Monogamie, Single-Dasein oder exzessive Polygamie gibt es auch die Möglichkeit der sexuell nicht-exklusiven Zweierbeziehung. Diese geschieht in unserer Kultur am häufigsten in der versteckten Variante des ‚heimlichen Fremdgehens‘ (Selg et al., 1979). Das erschafft allerdings ein Klima, welches zu Lüge, Unaufrichtigkeit und schlechtem Gewissen verleitet. Eine andere Version ist das ‚halboffene‘ Fremdgehen nach dem Motto ‚Was ich nicht weiß, macht mich nicht heiß‘, wo dem anderen das Fremdgehen unter der Bedingung der Geheimhaltung gestattet wird.

Die offene Variante wird von vielen aufgrund damit verbundenener praktischer und emotionaler Probleme als nicht praktikierbar angesehen. De facto allerdings ist das heimliche Fremdgehen weit verbreitet (Selg et al., 1979), obwohl die Einstellungen dazu konservativer und widersprüchlich sind. Die Diskrepanz könnte nicht größer sein und erstreckt sich dazu auf einen der zentralen und besonders verletzlichen Bereiche menschlichen Zusammenlebens

DEFINITION DES BEGRIFFS ‚OFFENE BEZIEHUNG‘

Es existiert eine Vielzahl von Gründen, eine offene Beziehung einzugehen und in diesem Zusammenhang gibt es auch eine Vielfalt von Werten, Normen, Ideologien zu sexuellen Außenkontakten.

In einer Studie kommt Cuber (1969; nach Buunk 1989) zu der Unterscheidung dreier Ehetypen mit Außenkontakten. Der erste Typus stellt eine Kompensation der unerfüllten Ehe dar, die vorrangig aus Gründen des sozialen Drucks aufrecht erhalten wird. Der zweite Typ ist zu verstehen als ein Zugeständnis an den Partner, gelegentliche Affären zu haben, weil die Partner oft räumlich getrennt sind, z.B. aus beruflichen Gründen. In beiden Fällen bleibt die sexuelle Exklusivität erstrebenswert (jedoch aus unterschiedlichen Gründen nicht durchführbar). Der dritte Typ, die ‚true Bohemians‘ (1969) erkennt für sich die kulturell verallgemeinerte Gültigkeit der Monogamie nicht an. Somit befürwortet dieser Typus die außereheliche sexuelle Beziehung aus innerer Bereitschaft, die sexuelle Exklusivität infragezustellen.

Die sexuell offene Ehe oder Beziehung, wie sie auch der holländische Sozialpsychologe Bram Buunk erforscht (1989), auf den wir uns besonders in diesem Kapitel immer wieder beziehen, entspricht dem dritten Typus.

Wir schließen uns im weiteren dieser Sichtweise an und verstehen unter offener Beziehung *eine auf relative Dauer angelegte sexuelle Beziehung, für die sich beide Partner entschieden haben und in der es für beide Partner ausgesprochenermaßen erlaubt ist, sexuelle Außenkontakte zu haben (in welcher Form und Intensität ist paarabhängig).*

Unter sexuellen Außenkontakten werden von uns einmalige Begegnungen bis hin zu regelmäßigen intimen Beziehungen verstanden, in denen es zum Geschlechtsverkehr kommen kann.

In unserem Sinne kann also weder bei einem unverbindlichen Verhältnis von einer offenen Beziehung gesprochen werden, noch bei einer Beziehung, in der einer der Partner den anderen heimlich betrügt. Eine offene Beziehung liegt auch bei einer langfristigen freundschaftlichen Affäre, die sich nicht als Partnerschaft definiert, nicht vor. Selbst eine Beziehung, in der sich die Partner darauf verständigt haben, dass einer von beiden noch weitere Außenkontakte hat, dies aber für den anderen als Möglichkeit nicht selbstverständlich ist, wie z.B. die von Rosa Blau (1995; nach Wendling, 1995) geschilderte islamische Mehrehe, wird hier nicht offene Beziehung genannt.

Der Fokus in diesem Kapitel ist auf die Möglichkeit gerichtet, sexuelle Außenkontakte eingehen zu können. Da somit die Betonung auf der sexuellen Offenheit der Partnerschaft liegt, werden auch Untersuchungen der sexuell offenen Ehe dargestellt, die von uns als Spezialfall der offenen Beziehung betrachtet wird, sowie Experimente mit freier Polygamie oder freier Liebe.

Wenn im folgenden im Zusammenhang mit offener Beziehung der Begriff der freien Liebe fällt, dann liegt das daran, dass die Ideen von offener Beziehung und freier Liebe verwandt sind (vgl. Duhm, 1991; Hegmann, 1996; Wendling, 1995), ihr Ursprung also in der Idee oder Erfahrung liegt, dass Liebe frei ist. In jedem Fall geht es darum, die herkömmliche Beziehungsvorstellung der monogamen Ehe zu erneuern und durch eine aktuellere Form zu ersetzen. Und in diesem Sinne hat die Idee der offenen Beziehung und der freien Liebe eine ähnliche Geschichte.

SOZIALER KONTEXT

Der soziale Kontext unserer Betrachtungen ist, wenn nicht explizit anders erwähnt, die abendländische Gesellschaft in der Mitte der neunziger Jahre im allgemeinen, und im speziellen die in Deutschland. Die Diskussion eines solchen Themas ist nie ~~z. E. einseitig~~ „Chaos der Liebe“ herrscht nach Ansicht von Beck & Beck-Gernsheim (1990). Die Formen des familialen und außerfamilialen Zusammenlebens unterliegen einer gewaltigen Veränderung. Neue Lebensstile und Beziehungsformen entstehen, somit verliert das bisherige Leitbild der modernen Kleinfamilie - die lebenslange, bürgerliche, monogame Ehe - an Bedeutung. Als Ursache hierfür kann man die zunehmende Individualisierung sehen. „Die Biographie der Menschen wird aus traditionellen Vorgaben und Sicherheiten, aus fremden Kontrollen und überregionalen Sittengesetzen herausgelöst, offen, entscheidungsabhängig und als Aufgabe in das Handeln eines jeden einzelnen gelegt.“ (Beck & Beck-Gernsheim, 1990; S.12)

Somit kann, was Liebe, Beziehung, Ehe, Sexualität usw. für den einzelnen bedeutet, nicht mehr allgemein vorausgesetzt werden,

„abgefragt, verbindlich verkündet werden, sondern variiert in Inhalten, Ausgrenzungen, Normen, Moral, Möglichkeiten am Ende eventuell von Individuum zu Individuum, Beziehung zu Beziehung...“ (1990, S.13).

Vor diesem Hintergrund ist das Thema offene Beziehung von besonderem Interesse, weil sich in nächster Zeit vermutlich immer mehr Menschen umorientieren werden, eine für sie zeitgemäße Lebensform zu finden.

Wie nun steht die Gesellschaft heute zu dem Phänomen der sexuellen Anziehung, das es seit Menschengedenken gibt? Während in der Geschichte in vielen Fällen die Bevölkerung außereheliche sexuelle Beziehungen bereitwillig akzeptierte und praktizierte, wurde dies von offizieller Seite, besonders von den Kirchen, stark verurteilt. Manche Maßnahme wurde durchgeführt, um den sexuellen Vergnügungen ein Ende zu bereiten, die Schuldigen zu bestrafen. Bis heute gilt in manchen Staaten Amerikas außerehelicher Sex als Verbrechen (Buunk, 1989).

Nach der Welle der Permissivität und Liberalisierung in den siebziger Jahren brachten die Achtziger im Kontext einer ‚geistig-moralischen Wende‘ und der Schrecken der AIDS-Seuche eine konservative Rückbesinnung auf alte Werte. Wenn dies aus unserer Sicht auch als sinnvolle Einsichten auf Bedürfnisse und Gefühle der Menschen zu betrachten ist, so bietet es doch einen Nährboden für Strömungen, die eine überholt geglaubte Prüderie und Sexualfeindlichkeit propagieren. Das ist nicht zuletzt an Diskursbeiträgen wie der ‚neuen Keuschheitswelle‘ oder der in den USA und auch in Deutschland sich verbreitenden Bewegung „True love waits“ zu erkennen.

Dennoch gilt festzustellen: der Diskurs ist pluraler geworden, die Meinungen vielseitiger und mit ihnen entstanden unterschiedliche Ergebnisse unterschiedlich gemeinter Statistiken. Timo Wendling spricht in diesem Zusammenhang von riskanten Chancen und einer riskierten Freiheit und plädiert in diesem Sinne für eine diskursive Vernunftsethik im Gegensatz zu einer moralischen Gewissensethik, die heute nicht mehr zeitgemäß sei.

„So ist Sittlichkeit nichts einheitliches mehr, sondern besitzt inhaltlich gesehen einen vielfältigen Charakter und somit auch mehr Handlungsspielraum“ (Wendling, 1995; S.51).

In der Situation käme es weniger auf objektive Wahrheit an, sondern auf subjektive Stimmigkeit. Der Soziologe Rüdiger Peuckert stellt dazu fest:

„Traut man den empirischen Ergebnissen zum sozialen Wandel von sexuellen Verhaltensweisen, so lässt sich international einstellungsmäßig und im faktischen Verhalten ein Trend in Richtung zunehmender Freizügigkeit konstatieren.“ (Peuckert, 1991; zit. n. Wendling, 1995, S. 50)

Befragt nach ihrer Einstellung hielten z.B. 1966 über 60% der Studenten und Studentinnen außerehelichen Geschlechtsverkehr für unzulässig. 1981 galt dies nur noch für 18 % der Studenten und 11 % der Studentinnen (...) „34% der Männer und Frauen zwischen 16 und 39 Jahren konnten sich 1988 eine Liebesbeziehung ohne beidseitige Treueverpflichtung im konventionellen Sinne vorstellen. Besonders bei den Frauen ist eine starke Zunahme permissiver Einstellungen festzustellen. Die

sexuelle Untreue in Paarbeziehungen, die 1966 noch ein Tabuthema war, hat 1981 viel von ihrer Stigmaqualität eingebüßt. Und vermutlich wird sich dieser Trend in Richtung einer Aufweichung monogamer Verhältnisse fortsetzen, und zwar trotz AIDS.“ (Peuckert, 1991; zit. nach Wendling, 1995, S.50)

Diese Meinungsänderung der zunehmenden Toleranz gegenüber Außenkontakten basiert u.a. auch auf der Strukturwandlung, die die Lebensform Ehe erfahren hat. Die Ehe wird inzwischen in manchen Kreisen als eine mögliche Lebensform neben verschiedenen weiteren, z.B. Ehe ohne Trauschein, Singlesein, Geliebtenverhältnisse, homosexuelle Beziehung, offene Beziehung, betrachtet.

GESCHICHTE DER FREIEN LIEBE

Die Geschichte der freien Liebe ist immer auch eine Geschichte der Kritik an der Institution Ehe mit all ihren durch Kirche und Staat auferlegten Geboten und Verboten (Wendling, 1995). So kann freie Liebe als emanzipatorische Reaktion auf Einschränkungen in der sexuellen Freiheit verstanden werden.

Das Verständnis der Ehe in Europa wurde ursprünglich stark vom Römischen Ehebegriff beeinflusst. Das von Kaiser Augustus 18 v. Chr. erlassene „Gesetz über die Sittlichkeit und die Bekämpfung des Ehebruchs“ (Lex Julia) legte vor allem Erb- und Besitzrechte fest (Schenk, 1987). Erst im Mittelalter gewann die kirchlich interpretierte christliche Idee der Ehe neben anderen bis dahin auch akzeptierten Lebensformen zunehmend Einfluß: Monogamie mit lebenslanger gegenseitiger Treuepflicht, Unauflöslichkeit der Ehe, Ehe als Sakrament. Diese Sichtweise wirkt bis in die heutige Zeit. Im 19. Jahrhundert wurde die Ehe, basierend auf ökonomischen Überlegungen (Sachehe) auf die Neigungsehe (Liebesheirat) erweitert. Ökonomische Überlegungen bleiben zwar noch wichtig, aber die Liebe erhält den Vorrang bei der Partnerwahl, die auch dadurch mehr individualisiert wurde und die Einzigartigkeit des Partners betont. Außereheliche Affären tauchten zeitgleich auf, wo immer es Ehen gab (Buunk, 1989). Im alten Rom beispielsweise war für wohlhabende Frauen Ehebruch Ausdruck ihrer Individualität. Der männliche Adel in Europa leistete sich oft Mätressen um seine Sehnsucht nach Sex, Liebe oder Romanzen zu erfüllen, die er in den arrangierten Ehen nicht fand. Hier sei auch die wohl bekannteste Mätresse der Geschichte genannt, Madame de Pompadour, die starken Einfluss auf die politischen Geschäfte König Ludwigs XV. hatte. (Buunk, 1989)

Charles Fourier - Revolutionär der freien Liebe

Charles Fourier (1772-1837) kann als ein revolutionärer Urvater der freien Liebe angesehen werden, der erkannt hat, dass die sexuelle Befreiung nur über Sturz der bestehenden Gesellschaftsordnung erreicht werden kann. Er war bestrebt, Ehe und Liebe zu verbinden, spricht von einer „neuen Ordnung der Liebe“ (Fourier 1977, S.57), die er von der christlichen Moral befreien will. Dabei entwickelte er eine ganze Gesellschaftsvision, wie dieses Zusammenwirken aussehen soll. Für ein alternatives Gesellschaftsmodell führt er den Begriff der „Harmonie“ ein, für eine Liebes- und Lebensgemeinschaft, in der die Praxis der kollektiven Liebe gefördert und gelebt wird, die aber auch eine Art Verwaltung von Landwirtschaft beinhaltet. Fourier ist seiner Zeit weit voraus, wenn er anstrebt, die künstliche Trennung der Lebensbereiche Liebe und Arbeit aufzuheben. Bemerkenswert fortschrittliche Erkenntnisse hatte Fourier bzgl. der Gleichberechtigung der Frauen, die er als gleichwertigen Gegenpol zum Mann sieht. So betont er, dass das Maß der Emanzipation der Frau auch das Maß des gesellschaftlichen Fort- oder Rückschritts mitbestimmt. In den „Harmonien“, wo gemeinsam gelebt und gearbeitet würde, sollten Frauen ihre finanzielle Unabhängigkeit vom Mann verwirklichen. Allerdings mußte Fourier sich mit der Vision seiner Gedanken begnügen, die er nicht in die Praxis umsetzen konnte, da er Zeitlebens in der Öffentlichkeit zensiert und isoliert wurde.

Freie Liebe in der Boheme

Die Boheme ist als lockerer Zusammenschluß unterschiedlicher Gruppen, vor allem Künstler und Intellektuelle, zu verstehen, die, weder familiär noch beruflich in die Gesellschaft integriert, eine provokative alternative Kultur gegenüber der bürgerlichen Gesellschaft des ausgehenden 19. Jahrhunderts bildeten. Neben vielen Themen, die die Freiheit des einzelnen Menschen betonten, wurde auch der Umgang mit der Sexualität revolutioniert. In diesem Zusammenhang sei Otto Groß (1877-1920) erwähnt, einer der ersten Freudschüler, der eine freie Sexualität ohne Zwang und Verstellung anstrebte, verbunden mit einem gesellschaftlichen und kulturellen Wandel (Wendling, 1995). Seine Vision war die des freien und entwickelten Menschen in einer befreiten Gesellschaft. Somit entwickelte Otto Groß, 20 Jahre vor Wilhelm Reich und 40 Jahre vor Herbert Marcuse, die theoretischen Grundlagen der ‚sexuellen Revolution‘ aus seiner psychoanalytischen Tätigkeit heraus, in Verbindung mit einer anarchistischen Gesellschaftskritik.

Weitere wichtige Personen der Boheme waren Erich Mühsam, der u.a. in seinem Theaterstück „Die Freivermählten“ für die freie Liebe im Sinne der freien Partnerwahl eintrat, und Franziska Gräfin zu Reventlow, die die freie Liebe nicht so sehr theoretisierte, sondern lebte und bei den Bohemiens das Idealbild einer freien Frau verkörperte.

Um 1900 entstand in Italien (Ascona) eine von der Utopie geleitete modellhafte Gemeinschaftsiedlung der Boheme. Ein soziales Experiment, für die, die nach alternativen Lebensformen suchten. Es wurde mit unkonventionellen Lebensformen experimentiert, auch freie Liebe, im Sinne freier Sexualität, war zentraler Bestandteil, was unter den Teilnehmern zu starken Kontroversen führte (Hurwitz, 1979; nach Wendling, 1995).

Mit dem Ersten Weltkrieg lösten sich die sozialen Experimente der Boheme auf. Diese Gemeinschaftsversuche, wie sie von der Boheme durchgeführt wurden, sind in ihrem Einfluss auf die Struktur der Gesellschaft und den sozialen Wandel nicht zu unterschätzen. Von daher dürfte die Idee der freien Liebe aus dem Wirkungskreis der Boheme heraus sich auf die bürgerliche Gesellschaft ausgeweitet haben. In den 20er Jahren zog die Idee der freien Liebe immer weitere Kreise und war schließlich Teil des Lebensgefühls der damaligen Zeit (Schenk, 1987). Den Bohemiens gelang es somit, im Vergleich mit anderen Gesellschaftskritikern und sozialen Gruppen, ihre Vorstellung einer freien Sexualität in Ansätzen zu leben und in praktische Konsequenzen umzusetzen.

Freie Liebe in der 68’er Bewegung

Der Diskurs der freien Liebe fand 1933 ein abruptes Ende. Das nationalsozialistische Regime schweißte den Zusammenhang zwischen Ehe, Sexualität und Fortpflanzung fest zusammen.

Nach dem zweiten Weltkrieg herrschte in der Bundesrepublik das Leitbild der bürgerlichen Ehe unumstritten bis tief in die Sechziger Jahre hinein.

Eine Proteststimmung der Jugend, die mit der Tatsache konfrontiert war, dass ihre Eltern Mitläufer eines totalitären Regimes waren, fand ihren radikalen Ausdruck in der sogenannten 68’er Bewegung. Man beschäftigte sich mit den Theorien von Marx und den Vertretern der Kritischen Theorie, mit Herbert Marcuse und Wilhelm Reich. Gerade die These Reichs, dass totalitäre Regimes sich stets des Mittels sexueller Repression bedienen, weil sexuell unerfüllte Menschen leichter regierbar seien, rannte hier offene Türen ein. Die Bewegung ließ sich einteilen in eine politische ‚Fraktion‘, die am Umsturz der Gesellschaft interessiert war, und sich Anfang der Siebziger immer weiter radikalisierte; anderen ging es eher darum, in einer Basisarbeit neue alternative Lebensformen auszuüben und zu fördern. Es entstanden Kinderläden, Naturkostläden, Kneipen, Wohngemeinschaften und Kommunen. In diesem Zusammenhang experimentierte man auch wieder mit Formen von freier Liebe oder freier Sexualität. Dies geschah parallel mit der Zunahme der sogenannten Sex-Welle: insbesondere die Verbreitung der ‚Pille‘ bewirkte eine drastische Liberalisierung der Sexualmoral.

Das Thema war in aller Munde: in den frühen Siebzigern entstand eine riesige Flut an Sexfilmen, Sex-Shops, Erotik-Centern und Porno-Illustrierten. Aus heutiger Sicht ist zu der Sex-Welle jedoch festzustellen: „Diese Art von sexueller Befreiung schuf in Wirklichkeit hauptsächlich eine Illusion der Freiheit“ (Wendling, 1995, S.16). Marcuse prägte in diesem Zusammenhang den Begriff der „repressive Entsublimierung“. Ein bestimmter Teil der Bewegung allerdings versuchte die neu entstandenen sexuellen Freiheiten als Teil einer allgemeinen menschlichen Emanzipation zu integrieren. Die heute bekanntesten Experimente aus jener Zeit waren wohl die Kommune I und die Kommune II. Vor dem Hintergrund der Schriften Reichs und der aufkommenden Kommerzialisierung der Sexualität entstand um Männer wie Fritz Teufel, Rainer Langhans und Gerhard Kunzelmann eine Atmosphäre der ‚Libertinage‘. Es ging ihnen um die Befreiung der Sexualität von ‚psychischen Kästen‘. Allerdings waren diese Initiativen von einem patriarchal-chauvinistischen Geist durchdrungen, der weniger die Interessen von Frauen vertrat. Dogmatisch wurde die Abspaltung von Emotionen gefordert, und somit letztendlich die Idee einer ganzheitlichen Emanzipation untergraben: die Beziehungen in der Anfangszeit der Kommune I waren „durch noch größere Repression als durchschnittliche Zweierbeziehungen gekennzeichnet.“ (Reiche, 1968; zit. n. Wendling, 1995, S.16). Die Kommune II versuchte die inneren Konflikte über bestimmte therapeutische, insbesondere psychoanalytische Methoden zu thematisieren, scheiterte aber an ‚intellektueller Festgefahrenheit‘.

Die Aktionsanalytische Organisation (AAO)

Ein radikales Experiment fand am Neusiedler See in Österreich unter der Leitung des Aktionskünstlers Otto Mühl statt: die AA-Kommune, die später zur Aktionsanalytischen Organisation (AAO) wurde. Ziel war eine radikale Emanzipation vom Kleinfamilien-Bewußtsein. Monogamie wurde abgeschafft und durch ein neues ideologisches System mit großzügiger freier Sexualität ersetzt, welches mitunter Zwangsformen annahm. Zur Regelung von Konflikten erfanden die Kommunarden verschiedene kreative Formen der Auseinandersetzung, z.B. „Aktionsanalyse“ (AA) und „Selbstdarstellung“ (SD). Die AA-Bewegung weitete sich auf etwa 700 Mitglieder in verschiedenen europäischen Ländern aus. Was aber als Befreiungsbewegung begann, verfiel immer mehr in ein hochgradig totalitäres Zwangssystem. Die AAO entgleiste, und endete 1992 mit der Verhaftung Otto Mühls wegen sexuellem Mißbrauch von Jugendlichen.

Bei Experimenten dieser Art schien eine gewisse Ratlosigkeit in eine Selbstentfremdung zu münden, die die emotionale Realität des einzelnen einer vermeintlich fortschrittlichen Ideologie der freien Sexualität opferte. Hegmann (1996) beschreibt die freie Liebe der 68’er als „Soziologismus“. Es sei versucht worden, „revolutionär konstruierte Sozialstrukturen (gewalttätig) durchzusetzen, um das Individuum auf diese Weise kollektiv zu befreien“ (S.25). „Sexuelle Dogmatismus hatte so allenfalls seine Vorzeichen gewechselt, Monogamie sollte durch Polygamie bzw. Promiskuität ausgewechselt werden. Doch der Zwang zu - wenn auch neuen - sexuellen Normen blieb erhalten“ (S.26).

Die freie Liebe der 68’er, analysiert Hegmann (1996), sei auf eine Antimonogamiebewegung reduziert gewesen, die die Überwindung monogamer Strukturen (für Hegmann gekennzeichnet durch „Nichtüberwindung primärer Abhängigkeitsmuster“) eher imitierte, als dass sie die psychologische Struktur verändert habe.

„Insbesondere soziologische Polygamie konzentriert sich vielmehr auf die äußeren Verhaltensweisen als auf die seelische Entwicklung des Individuums.“ (S.28).

NEUERE ENTWICKLUNGEN BIS IN DIE GEGENWART

In den Siebzigern schien sich eine neue Stimmung auszubreiten, die gewissermaßen die Synthese zwischen der monogamen Verbindlichkeit und der sexuellen Freizügigkeit polygamer Formen herstellen wollten.

Die Frauenbewegung der 70-er Jahre

Die Frauenbewegung betonte in erster Linie die bisherige Vorherrschaft der Männer und machte auf die Unterdrückung von Freiheit und Rechten der Frauen aufmerksam. Durch das gemeinsame Engagement für die Gleichberechtigung der Frauen zu den Männern, entwickelten sich ein solidarischer Zusammenhalt unter den feministischen Frauen. Auch wurde teilweise das sexualrevolutionäre Befreiungsprogramm der Linken als Aspekt der Männerherrschaft entlarvt. Verbunden mit der Abwendung männlich definierter Sexualität und Sexualmoral hatte eine umfassende Suche und Reflexion nach weiblichen Bedürfnissen und Vorlieben begonnen. Viele Frauen entdeckten ihre Lust auf andere Frauen und enttabuisierten zunehmend die lesbische Homosexualität. Allerdings mündete oft die Befreiung der Frau, wohl aufgrund fehlender Leitbilder, in eine männerablehnende Haltung. Neben weiteren Themen der Frauenbewegung, auf die hier nicht näher eingegangen werden soll, bewirkte sie durch die bewußte Auseinandersetzung mit der Veränderung der weiblichen Rolle als Hausfrau und Mutter ein zunehmendes Selbstbewußtsein unter den Frauen. Der Prozeß, dass Frauen verstärkt für ihre Rechte und Bedürfnisse eintreten, hatte begonnen. In diesem Punkt ist die Frauenbewegung für die Entwicklung der offenen Beziehungen relevant. Mehr und mehr kämpften Frauen für Selbstentfaltung und Selbstbestimmung ihrer Sexualität, eben auch sexuelles Interesse an mehreren Männern zu haben.

Offene Ehen

In den frühen Siebzigern breitete sich auch die Idee der offenen Beziehung aus. Die „offene Ehe“, so der einschlägige Titel von George und Nena O’Neill (1972) wurde zu einem neuen Modell. Innere Werte wie Selbständigkeit, Unabhängigkeit und Selbstverwirklichung wurden zum Thema. Auch der humanistische Psychologe Carl Rogers gelangt nach einer Falldarstellung eines toleranten Paares zu dem Schluss:

„Es ist möglich, mehr als einen Menschen zu lieben, einschließlich sexueller Kontakte, ohne beim Partner eifersüchtige oder possessive Reaktionen auszulösen“ (Rogers, 1987, S.67).

In einem liberal gesinnten Bildungsbürgertum galt das Bekenntnis zur ‚offenen Ehe‘ als modern, wenn es auch hauptsächlich beim Lippenbekenntnis blieb (Wendling, 1995).

Neue Kommunen: Poona, Kerista, Centrepoint

Es entstanden neue Versuche kommunitären Zusammenlebens, in denen mit Formen liberalisierter Sexualität unter Einbeziehung menschlicher Grundbedürfnisse nach Bindung experimentiert wurde. 1974 wurde eine Lebensgemeinschaft in Poona/Indien im Westen populär, die sich um den ehemaligen Philosophie-Professor Bhagwan Shree Rajneesh (1931-1990) organisierte. Rajneesh entwickelte zur ‚Befreiung‘ und ‚Erleuchtung‘ seiner Jünger ein originelles Konzept aus asiatischer Philosophie und Meditation und Techniken westlicher Therapieverfahren. Im Zentrum des Prozesses standen die alltäglich gehaltenen Vorträge Rajneeshs zu geistigen Themen, die von ihm entwickelten kathartischen Meditationen sowie eine eigenwillige Interpretation der altindischen tantrischen Geheimlehren. In der Praxis sah dies nach einer radikalen Variante freier Sexualität aus und führte zum zweifelhaften Ruf Rajneeshs als ‚Sex-Guru‘. Später wandte sich Rajneesh eher dem Zen-Buddhismus zu und rief im Laufe der AIDS-Diskussion zu Safer Sex auf. Die sogenannte ‚Sannyasin-Bewegung‘ verbreitete sich weltweit und hat heute nach vorsichtigen Schätzungen eine halbe Million

Anhänger. Viele Sannyasins experimentieren nach wie vor mit unterschiedlichen Formen von freier Liebe und offenen Beziehungen.

Weitere Beispiele von Lebensgemeinschaften, in denen offene Beziehungen praktiziert werden, sind die Kommune „Kerista“ in Kalifornien/USA, deren Mitglieder über 20 Jahre eine Gruppenehe führten, d.h. sexuelle Beziehungen innerhalb der Gemeinschaft bestanden zwischen allen Mitgliedern, waren nach außen aber untersagt (Pines & Aronson, 1981) oder „Centrepoin“ in Auckland/Neuseeland, die unter der Leitung des ehemaligen Sannyasin und Reich-Anhänger Bert Potter eine unseres Erachtens differenzierte Kultur menschlichen und sexuellen Zusammenlebens aufbauten. Potter wurde 1991 in einem zweifelhaften Prozess, der politische Züge trug, zu 7 Jahren Haft verurteilt (Dregger, 1995).

Projekt Meiga

Der ehemalige APO-Theoretiker, Soziologe und Psychoanalytiker Dieter Duhm (siehe auch II.3.2.3.2.) gründete 1979 das Projekt „Bauhütte“, das inzwischen den Namen „Meiga“ trägt. Das Ziel von Meiga ist der Aufbau einer exemplarischen Siedlung („Heilungsbiotop“), in der „Bausteine einer gewaltfreien Kultur“ wie z.B. Ökologie, alternative Forschung, Technologie und Medizin, freie Liebe und Sexualität und neue Formen des Kinderaufwachsens modellhaft verwirklicht werden. Zentraler Knotenpunkt des Projektes in Deutschland ist das „Zentrum für experimentelle Gesellschaftsgestaltung“ (ZEGG). Der Begriff ‚freie Liebe‘ gewinnt hier im Kontext einer Ethisierung, Ästhetisierung, Politisierung, Pädagogisierung und Spiritualisierung (Wendling, 1995) einen konkreten sachlichen Inhalt und vielfältige Bedeutung. Es geht hier nicht um beziehungslosen Sexualhedonismus, sondern um eine Form des radikalen In-Beziehung-Tretens der Geschlechter, das eine Überwindung des ausschließlich patriarchalen Denkens und Wahrnehmens anstrebt. Eine Synthese der Dialektik zwischen Zweierliebe und freier Liebe wird ebenso angestrebt wie eine neue Frauenbewegung (Lichtenfels, 1996). In der Praxis hat sich das allerdings als problematisch herausgestellt: die Haltung der Projektmitglieder ist teilweise ideologisch geprägt, so dass sich Anzeichen von (unterschwelligem) Kollektivismus zeigen, mit dessen Hilfe das kommunitäre Zusammenleben organisiert ist.

Das Projekt Meiga und vor allem das ZEGG steht seit Jahren in der Öffentlichkeit im Kreuzfeuer der Kritik. Diese in vielen Fällen auf Polemik und Diffamierung reduzierte Kritik (z.B. im Stern 19, Mai 1995) hat es verpaßt, die Thesen des Projektes angemessen differenziert zu behandeln. Vor allem wird das ZEGG, wie früher auch schon die Sannyas-Bewegung, als ‚Sekte‘ bezeichnet und ausgegrenzt. Die Verwendung des Begriffes ‚Sekte‘ ist jedenfalls unklar, und kann dazu mißbraucht werden, Minderheiten, deren Ansichten einem nicht gefallen, zu diskriminieren (siehe auch connection Nr. 7-8/1995, Schneider, S. 12-15). Die gesamte ‚ZEGG-Diskussion‘ darzustellen, sprengt den Rahmen dieser Arbeit, daher verweisen wir auf entsprechende Literatur.⁹

⁹Zur Meiga-Sekten-Diskussion siehe

* kritisch:

- Stern 19, Mai 95, S.27

- Emma Sept./Okt. 1993, S.44ff.

- Rosarote PantherInnen (Hg.): ZEGGsismus, AK Sekten c/o Asta FU Berlin 1995

* sympathisierend:

- ZEGG-Magazin 9: Was heißt hier Sekte?, Belzig 1993

- Wendling, T.: Das ZEGG in der Auseinandersetzung. Eine Replik auf die Rosaroten PantherInnen. Tübingen 1995

- Lichtenfels, S.: Öffentliche Stellungnahme zum Projekt Meiga. Tamera, Portugal 1996

zusammenfassend

- Bumb,B. & Möller,B.: Sommercamp im Wilden Westen. Bleibt freie Liebe Utopie? Radolfzell 1990

Eifersuchtsbewältigung in offenen Beziehungen

Weitere Subkulturen

Das Phänomen offener Beziehungen und Formen von freier Liebe lassen sich auch in verschiedenen Zentren der Schwulenbewegung beobachten, wenngleich hier eine bestimmte Form der Libertinage vom AIDS-Schock der achtziger Jahre erschüttert wurde. Auch in der Lesben-Bewegung, der in den Neunzigern sich schlagartig erweiternden Bisexuellen-Szene und bestimmten Subkulturen, die im gesellschaftlichen Zwielflicht stehen, wie etwa der Sado-Maso-Szene, lassen sich Formen von sexuell offenem Verhalten beobachten, ebenso wie in bestimmten politischen (hauptsächlich sogenannten autonomen) Kreisen. Auch in ökologischen und spirituellen Zusammenhängen (EYFA, Rainbow Family) trifft man vereinzelt auf einen experimentellen Lebensstil im Bereich von Liebe und Sexualität.

Neofeministische Diskussion der 90'er Jahre

Was die Veröffentlichungen in den 90'er Jahren zu offenen Beziehungen betrifft, so fällt auf, dass das Thema heutzutage vor allem von Frauen aufgegriffen wird.¹⁰ Offene Beziehung als Thema der Befreiung der Frau von einer männlich - patriarchal dominierten Kultur ist als solches ein Novum. Vor dem sozialen Hintergrund einer Aufweichung geschlechtsspezifischer Rollen, verbesserten Planungsmöglichkeiten von Schwangerschaft, der Angleichung von Bildungschancen der Frauen und den Erfolgen der Frauenbewegung zeigt sich der gesellschaftliche Individualisierungsprozess verstärkt auch in Veränderungen des weiblichen Lebenslaufs. Herrad Schenk formuliert die Abkehr von klassischen Rollen auch in der Formel ‚Männer wollen Sex, Frauen wollen Liebe‘, heute nicht mehr“ (Schenk, 1991, S. 255).

Diese Phänomene lassen sich weiterdenken und setzen offene Beziehungen somit in ein neues Licht: als Baustein zur Überwindung patriarchaler (und auch einseitig matriarchaler) Strukturen. Hier entsteht in unserer Kultur die Chance eines gleichberechtigtpartnerschaftlichen Verhältnisses zwischen Mann und Frau.

Dieser (heterosexuelle) Aspekt wurde auch von Sabine Lichtenfels (1996) intensiv thematisiert. „Wir wollen keine alten matriarchalen Strukturen wieder aufbauen, wir wollen auch nicht die Männer erneut dominieren und bevormunden. Frauenmacht ist nicht gegen den Mann gerichtet und nicht gegen unsere Liebe zu den Männern, sie verlässt aber entschlossen diejenigen männlichen Strukturen, die zu der weltweiten Vernichtung des Lebens und der Liebe beigetragen haben.“

„Es kann auf der Erde keinen Frieden geben, solange in der Liebe Krieg ist (...) Frauen werden (...) Begegnungsformen aufbauen, in denen sich die Geschlechter auf neue Weise begegnen und dadurch erkennen können. (...) Sexualität ist hierbei ein wesentliches Element der Erkenntnis und der Solidarität. Frauen besinnen sich hierfür auf ihre eigenen weiblich matriarchalen Quellen und Kräfte. Daraus folgt der Aufbau einer partnerschaftlichen Kultur“ (Lichtenfels, 1996; S.247f.).

SKIZZIERUNG EINES KONZEPTES ZUR OFFENEN BEZIEHUNG

Im folgenden Abschnitt werden wir zum Beziehungskonzept und zur aktuellen Lebensweise in offenen Beziehung innerhalb unserer Kultur Stellung nehmen, zum einen werden Personen,

¹⁰Wendling verweist hier auf:

- Harriet, Elisabeth - Joe: Ich kann nur treu sein, wenn ich frei bin. München 1994
- Heinzelmann, Regula: Die neuen Paare - Anleitung zur Polygamie. München 1994
- Kleinhammes, Sabine (Hrsg.): Rettet den Sex - Ein Manifest von Frauen für einen neuen sexuellen Humanismus. Radolfzell 1988
- Lichtenfels, Sabine: Der Hunger hinter dem Schweigen - Annäherung an sexuelle und spirituelle Wirklichkeiten. Berlin 1992
- Friedmann, Sonya: Wenn Frauen zwei Männer lieben. Leben und Fühlen in einer Doppelbeziehung. Bern 1995
- Ogden, Gina: Ich liebe Sex. München 1995
- Blau, Rosa: Der geteilte Mann. Erfahrungen in der Ehe zu Dritt. Reinbek 1995
- Geßler, Sina-Aline: Doppelte Lust. Bisexualität heute. Erfahrungen und Bekenntnisse. München 1993

die in offenen Beziehungen leben, soziographisch beschrieben. Außerdem zeigen wir verschiedenen Hintergründe auf, die zu einer Entscheidung für eine offene Beziehung beitragen können, und verdeutlichen einzelne Stationen innerhalb einer solchen Paarbeziehung. Hierbei erheben wir nicht den Anspruch auf Allgemeingültigkeit, sondern uns ist klar, dass wir nur Meinung und Einstellung einzelner Personen wiedergeben.

„Welche allgemeinen Voraussetzungen ermöglichen die freie Liebe und Zweierliebe? (...) Die Antwort auf eine solch global gestellte Frage kann nur dürftig und entsprechend unvollkommen ausfallen. Zu komplex, zu neu sind die Ideen und der Lebenszusammenhang, der jetzt damit verbunden werden kann. Das Schwierige ist, dass für den Fall der Praxis (noch) kein konkret entschlüsselter Verhaltenskodex zur Verfügung steht. Die Last der Tradition im Denken und Tun macht die neue Einstellung hierzu entsprechend problematisch. Das heißt: Das Erkennen und Deutlichmachen der Umorientierung eigener Beziehungsideale und der Erfahrung, unter welchen Psychosozialbeziehungen sie funktionieren, ist ziemlich schwierig. Letztlich heißt dies auch, dass das bisherige Zweierbeziehungs- und Familiensystem einen Wandlungs- und Entwicklungsprozeß in Verbindung mit alten Lebensformen vollziehen muß, der eine Umwertung alter Werte und eine Neudefinition alter Rollen bedeutet, denen jedoch öffentliche Vorgaben in unserer Gesellschaft weitgehend noch fehlen“.

Dieses lange Zitat von Timo Wendling (1995, S.52f.) beschreibt die Schwierigkeiten, mit denen man als einzelner auf dem Weg zu einer offenen Beziehung konfrontiert ist. Es ist immer ein quasi initiatischer Weg, ein Pfad, auf dem es kaum Vorläufer oder Vorbilder zur Orientierung gibt, sondern der allein entdeckt und gegangen werden muß. Daher gibt es kein in sich konsistentes Beziehungskonzept der offenen Beziehung. Jede Einzelperson oder jedes Paar sucht nach eigenen Gültigkeiten. Nichts desto trotz gibt es wage Orientierungen und teilweise Übereinstimmungen in den Entwicklungen. Diese werden wir versuchen, in diesem Kapitel näher zu umreißen, um dem Leser einen kurzen Einblick in die erst einmal fremde Denk- und Lebensweise eines offenen Beziehungskonzeptes zu vermitteln. Wobei bereits an dieser Stelle betont sei, dass es sich hierbei um Tendenzen oder individuelle Stationen handelt. Welche Personen gehen also diesen Weg, welches Lebensgefühl liegt dem zugrunde und wie könnten mögliche Stationen einer offenen Beziehung aussehen?

Wer hat offene Beziehungen?

Offene Beziehungen bleiben nicht auf isolierte Subkulturen beschränkt. Wir selbst sind bisher zahlreichen Menschen begegnet, die berichten, in einer offenen Beziehung zu leben. Inwiefern also sind Menschen in offenen Ehen oder Beziehungen in der Bevölkerung vertreten? Welche Menschen haben sexuell offene Beziehungen? Verschiedene Studien belegen, dass die Bevölkerungsgruppe, die in offenen Beziehungen lebt, hinsichtlich ihrer Demographie auffallend ist.

- Männer seien für sexuelle Außenkontakte tendenziell aufgeschlossener als Frauen (Thompson, 1984; nach Buunk, 1989), wobei gerade in jüngeren Altersgruppen aufgrund der Frauenbewegung die Frauen zunehmend offener werden (Buunk, 1980; nach Buunk 1989).
 - Ältere Menschen seien außerehelicher Sexualität gegenüber abgeneigter. In der Regel öffneten sich allerdings Paare erst nach fünf- bis zehnjähriger Ehedauer (Ramey, 1975; nach Buunk, 1989).
 - Außereheliche Kontakte seien in allen sozialen Schichten vertreten, allerdings sind Personen aus der ‚oberen Mitte‘ für diese Lebensweise aufgeschlossener. Im allgemeinen sei die Haltung der Stadtbevölkerung offener als auf dem Land (Weiss und Jurich, 1985; nach Buunk, 1989).
- Buunk (1974) untersuchte Paare, die Partnertausch praktizieren und kam zu dem Ergebnis, dass 2/3 der Stichprobe im Vergleich zu 1/3 der Kontrollgruppe dem Satz ‚Religion ist eine der größten Quellen von Hass, Intoleranz und Unterdrückung, die die Welt jemals erlebt hat‘ (Buunk, 1989) zustimmten. Daher seien Personen mit sexuellen Außenkontakten gegenüber der Institution Kirche kritisch eingestellt.

- Politisch sind diese Personen in offenen Ehen liberal, Frauen oft an der Frauenbewegung orientiert (Buunk, 1989).
- Unzufriedenheit mit der Ehe im allgemeinen und der ehelichen Sexualität im speziellen steht mit einer positiven Haltung zu außerehelicher Sexualität in Verbindung. Für Frauen besteht ein größerer Zusammenhang zwischen ehelicher Unzufriedenheit und emotionalem Einlassen in außereheliche Affären (Glass und Wright, 1985; nach Buunk, 1989). Zwei unabhängige Studien kamen zu dem Ergebnis, dass in einer Ehe, in der die Partner miteinander in Kommunikation sind, die sexuellen Außenkontakte eher vom Partner gebilligt werden (Buunk, 1980).

Zusammenfassend lässt sich aus diesen Ergebnissen sagen, dass die Lebensform der offenen Beziehung eher in der oberen Mittelschicht der Stadtbevölkerung zu finden ist. Die offene Beziehung scheint eine Alternative für manche Personen zu sein, die innerhalb ihrer Ehe oder Paarbeziehung teilweise unzufrieden sind, bzw. sich weitere Wünsche, die vom Partner nicht erfüllt werden, zu erfüllen. Allerdings stehen die Paare über ihre Bedürfnisse im Austausch, und diese Kommunikation bewirkt eine größere Akzeptanz für die Exointeressen des Partners. Buunk (1980, 1989) kommt u.a. zu diesen Ergebnissen, weil er Personen befragte, die Exointeressen beim Partner *tolerieren*, und nicht unbedingt Personen, die aus eigener Neigung oder Überzeugung diese Sichtweise leben. Es soll auch erwähnt werden, dass Forschungen zu derartigen Themen immer einem starken Zeitgeistwandel unterworfen sind und in großem Maße (sub-)kulturabhängig sind. So sind schon Untersuchungen in den USA nur in sehr bedingt anwendbar auf beispielsweise die deutsche Bevölkerung.

Entstehungshintergrund und Lebensgefühl einer offenen Beziehung

Im folgenden versuchen wir das Bild einer offenen Beziehung und das damit verbundene Lebensgefühl phänomenologisch zu umreißen, und stützen uns dabei auch auf eigene Erfahrungen mit dieser Lebensart. Wir verlassen also für das nächste Kapitel die ‚disziplinierte Neutralität‘, um Bilder zu vermitteln, die sich einer um Objektivität bemühten Sprache entziehen.

Das Beziehungsbild, der Lebensstil, aus dem eine offene Beziehung entstehen kann, wird oft beschrieben als gelebte Partnersolidarität. In diesem Zusammenhang stellen Nena und George O’Neill in ihrem Buch „Die offene Ehe“ (1972) den Lebensstil der offenen Ehe dar als eine Entscheidung, im Hier und Jetzt zu leben. Werte, wie realistische Erwartungen, Gleichwertigkeit, Rollenflexibilität seien ebenso wichtig, wie Respekt für die Privatsphäre des anderen, Autonomie und Unabhängigkeit der Partner, kombiniert mit Vertrauen und offener Kommunikation. Wenn wir nun dieses Bild entwerfen, kann man sich Partner vorstellen, die miteinander im Austausch stehen, über ihre Bedürfnisse und Wünsche kommunizieren, die fähig sind, eine gewisse Distanz zu ihrer Betroffenheit einzunehmen, die es ermöglicht, auf ihr Gegenüber wirklich einzugehen und die die Beziehung als gelebtes Abbild ihres Miteinanders betrachten. Lebendige Partnerschaft unterliegt einer ständigen Veränderung, sowohl von innen, also von den Partnern und den Impulsen, die von ihnen in die Beziehung getragen werden, als auch von außen.

Die O’Neills (1972) verstehen unter offener Ehe weniger die sexuelle als vielmehr die geistige Offenheit der Partner füreinander. Daraus kann eine Partnerschaft entstehen, die nicht einer vorgefassten Liebesvorstellung entspricht, sondern durch die beständige Auseinandersetzung der Partner, die Realität des Miteinanders der beiden Partner widerspiegelt z.B. eine offene Beziehung. Es geht möglicherweise in diesem Prozess darum, sich von jeglichem Beziehungsdogma zu lösen, von der Monogamie wie von der Polygamie. Es geht darum, die

Verschiedenartigkeit der Partner akzeptieren zu lernen und damit zu operieren. Den Themen dieser Partner kann auch die Erfahrung zugrunde liegen, dass eine Person, ähnlich wie bei Freundschaften, nicht alle partnerschaftlichen Sehnsüchte erfüllen kann. Deshalb kann man sich möglicherweise auch zu anderen Personen sexuell hingezogen fühlen. Sexuelle Anziehung muss nicht unbedingt als Anlass gesehen werden, die Beziehung aufzulösen, sondern kann dazu dienen, eben diese Realität mit ihren verbundenen Schwierigkeiten im gemeinsamen Prozess zu durchleben. So ein Prozess ist oft der Hintergrund, vor dem es zur partnerschaftlichen Entscheidung für eine offene Beziehung kommen kann. Denn die Basis der offenen Beziehung, wie sie hier dargestellt wurde, ist die partnerschaftliche Auseinandersetzung und das Bild einer freien Liebe (in Abgrenzung zu einem Begriff der ‚freien Liebe‘ als ‚wahllose Promiskuität‘). Offene Beziehung heißt in diesem Zusammenhang, die Konsequenz aus dem Bewusstsein zu ziehen, dass die Liebe frei ist. Eine Folge daraus könnte die Öffnung der Zweierbeziehung für weitere Liebesbeziehungen sein. Eines der Themen, die zwischen Liebespaaren oft ausgeklammert werden, ist das sexuelle Interesse an anderen Personen. Wenn dieses Interesse nicht gänzlich wegzuleugnen ist, kommt es unter Umständen zum heimlichen Seitensprung, Bordellbesuch usw. Je strikter das Monogamie-Dogma, umso stärker ist die Doppelmoral. Mit einer Öffnung der Beziehung für weitere sexuelle Begegnungen würde es in diesem Bereich keine Heimlichkeit geben, müsste der Partner nicht betrogen werden, weil man in partnerschaftlichem Wissen und Einverständnis handelt.

EIFERSUCHT IN OFFENEN BEZIEHUNGEN

Es ist eine Seite, sich bunte Beziehungsbilder zu malen, wie alles sein könnte usw., andererseits fordert die Praxis oft harte Konfrontationen mit der Realität. Eifersucht wird als belastend empfunden und gilt als einer der Hauptfaktoren, dass Menschen den Schritt in eine offene Beziehung nicht wagen. Wie nun sieht es mit Eifersucht innerhalb offener Beziehungen aus? Es ist nicht so, dass Menschen in offenen Beziehungen keine Eifersucht erleben würden. Buunk (1981) kam in seiner Untersuchung von 250 Personen, die in sexuell offenen Ehen oder Beziehungen lebten, zu dem Ergebnis, dass 80% der Befragten Eifersucht erleben. Wobei Frauen, die mit ihrem Partner nicht verheiratet waren, eifersüchtiger reagierten als verheiratete Frauen. Bei Männern gab es keine Unterschiede. Ein mäßiger Zusammenhang besteht auch zwischen relativ hoher Bereitschaft zu Ängstlichkeit und Eifersucht.

- Eine Folgestudie (1982) Buunks ergab, dass 82% der Frauen und 76% der Männer Eifersucht erfahren haben. Die Stichprobe bestand aus 50 holländischen Ehepaaren (Teilstichprobe von 1981), die mindestens eine außereheliche sexuelle Erfahrung gemacht hatte. 22% der Frauen gaben im Fragebogen an, ‚oft eifersüchtig‘ zu sein, im Vergleich zu lediglich 2% der Männer. Buunks Ergebnissen (1981, 1982) zufolge erfahren Frauen in offenen Ehen mehr Eifersucht als Männer.
- Buunk (1981) erfragte auch die Eifersuchtswahrnehmung der Personen bzgl. der Exobeziehung. Die meisten Befragten fühlten sich ausgeschlossen. Im Vergleich dazu gaben nur wenige an, Verlustängste zu erleben. Für Frauen war das Gefühl der Unsicherheit und Unterlegenheit gegenüber der Exopartnerin bedeutend.
- Untersuchungen in der Subkultur der ‚Swinger‘ (Partnertausch) zeigten, dass auch diese Szene nicht frei von Eifersucht ist. Swinger unterscheiden zwischen ‚körperlichem‘ und ‚emotionalem‘ Sex, und glauben an die emotionale, nicht aber an die körperliche Monogamie. Eifersucht käme beim Verdacht auf das Entstehen einer emotionalen Bindung des Partners mit einem Dritten auf (Gilmartin, 1977; nach White & Mullen, 1989). Bartell (1970; nach Bruck, 1990) stellte fest, dass vor allem Männer in Swinger-Beziehungen eifersüchtig wären, vor

allem weil sie sich auf Swinging-Parties mit anderen verglichen und weil ihre Frauen auf diesen Parties meist sexuell stärker involviert wären.

Constantine & Constantine (1976; nach White & Mullen, 1989) untersuchten sogenannte Gruppenehen, in denen mehrere Partner untereinander sexuelle Beziehungen hatten. Sie stellten fest, dass Eifersucht für 80% der Befragten ein Problem wäre, und dies unabhängig von Alter und Dauer der Gruppenehe.

White und Mullen gelangen zu dem Fazit:

„Insgesamt ist der Nachweis unklar, ob Menschen in alternativen sexuellen Lebensstilen mehr oder weniger Probleme mit Eifersucht haben als die traditionell monogamen. Es scheint, als wäre eine Selbst-Auslese sowohl beim Einstieg als auch beim Ausstieg aus solchen Lebensstilen bedeutsam. Diejenigen, die bleiben, erscheinen weniger eifersüchtig als das Durchschnittsindividuum. Ob das mit bestimmten personellen Faktoren zusammenhängt oder mit bestimmten sicherheitserhöhenden Arrangements, die Partner im Verlaufe des Experimentierens mit solchen Lebensstilen entwickelt haben, ist nicht bekannt.“ (White & Mullen, 1989, S.123)¹¹

Wir hoffen, mit unserer Untersuchung einen Beitrag zu dieser Diskussion zu leisten. Vor allem fehlen bislang differenzierte Untersuchungen zu Zusammenhängen von Erleben und Umgang mit Eifersuchtsituationen und der jeweiligen Effizienzeinschätzung.

Eifersuchtsbewältigung in offenen Beziehungen

Das Leben in einer offenen Paarbeziehung macht Eifersuchtsbewältigung des öfteren notwendig (vgl.S.28, Chancen und Grenzen von Eifersuchtsbewältigung). Personen in offenen Beziehungen scheinen zumindest von einer Bewältigbarkeit ihrer Eifersucht auszugehen. Schließlich hat man sich ja für diese neu erworbene Freiheit der offenen Beziehung entschieden und möchte sie auch leben, das gilt eben auch für den Partner. Die Sehnsüchte, Wünsche werden also nicht mehr verheimlicht oder ignoriert. Es geht darum, Kompetenzen zu entwickeln, mit dieser Lebenssituation umzugehen. Und zwar liegt die Schwierigkeit darin, Kompetenzen zu entwickeln, für die in unserer Gesellschaft erst einmal kein Weg bereitet wird. Im Idealfall hat der Betroffene Zugang zu einer Subkultur, die ihn in seinem Umgang mit der Eifersucht unterstützt und die ihn nicht für ‚verrückt‘ oder ‚abnormal‘ erklärt.

Wissenschaftlich wurde das Thema vor allem von dem Niederländer Buunk (1980, 1981, 1982) beleuchtet. Buunks Arbeit zeigt einen Querschnitt offener Beziehungen im Holland der frühen achtziger Jahre. Buunk (1981) befragte 250 Personen in offenen Ehen oder Beziehungen über ihr Eifersuchts erleben. Aus dieser Stichprobe wählte er 116 Personen aus, die angaben, im Vergleich zu früher jetzt weniger Eifersucht zu empfinden, und legte ihnen einen Fragebogen zur Erforschung der ursächlichen Gründen vor. Mit Hilfe der Faktorenanalyse kam er zu vier Faktoren, die Eifersucht reduzieren können.

- Unabhängigkeit der eigenen Person

Wachsendes Selbstvertrauen und Selbstsicherheit bzgl. der eigenen Qualitäten scheint mit der Sichtweise verbunden zu sein, dass eine dritte Person nicht als bedrohlich bewertet wird., obwohl Selbstwert nach Buunks Ergebnissen nicht mit Eifersucht korreliert. Als bestes Mittel für ein ansteigendes Selbstvertrauen wird demnach die eigene Autonomie bezeichnet.

- Akzeptieren der Eifersucht

Hier geht es darum, die eigene Eifersucht zu akzeptieren und dem Partner gegenüber auszudrücken.

- Vertrauen

Gemeint ist das Vertrauen, dass eine Person ihrem Partner entgegenbringt, das also so zugenommen hat, dass sich die erlebte Eifersucht vermindert hat.

- Kommunikation

¹¹Zitat übersetzt von N. Wirth

Verstandenwerden und Einfühlung durch den Partner ist ebenfalls bei der Reduktion von Eifersucht bedeutend.

Diese Untersuchung erfasst weniger das situative Verhalten in einer aktuellen Situation, als vielmehr eine Art allgemeine, relativ stabile Einstellung oder Umgangsweise mit Eifersucht. In einer Folgestudie (1982) befragte Buunk eine Teilstichprobe von 1981 über einen Fragebogen, welche Verhaltensweisen sie im letzten Jahr zur Bewältigung aktueller Eifersucht tatsächlich praktiziert hätten. Durch eine Datenreduktion gelangte er zu drei Faktoren:

- Vermeidung des Kontakts mit dem Partner
- Neubewertung der Situation
- Kommunikation mit dem Partner

Buunks Arbeiten haben einige Vorteile: so arbeitet er mit einer hohen Stichprobenzahl, die er zudem im Laufe der Jahre mehrfach befragt, um Längsschnittergebnisse zu erhalten. Buunk versucht zudem die Stichprobe nach verschiedenen Kriterien wie Geschlecht, Beziehungszufriedenheit, Neurotizismus und Selbstwert zu differenzieren und größere Zusammenhänge zu erfassen.

Buunks Untersuchungen kennzeichnen eine bestimmte Randgruppe im Holland der 80'er Jahre, was u.a. wegen den starken Zeitgeistfluktuationen solcher Erscheinungen nicht vorbehaltlos auf das Deutschland der 90'er übertragbar ist. Wie schon auf S.26 angemerkt, stützt sich Buunk bei seinen Untersuchungen auf quantitative Verfahren, speziell auf die Fragebogenmethode und auf das Datenreduktionsverfahren der Faktorenanalyse. Dadurch bleiben Fragen bezüglich des Ablaufs der Eifersuchtsprozesse und des subjektiven Erlebens der Eifersucht offen. Buunk untersuchte auch nicht die subjektive Zufriedenheit der Probanden mit der jeweiligen Bewältigungsstrategie. Aus diesen Gründen sind seine Ergebnisse für unsere Untersuchung nur als Anregung relevant. Denn für uns ist beispielsweise die individuelle Einschätzung des Bewältigungsverhaltens hinsichtlich seiner Effizienz bedeutend. Wir schlossen uns Buunk darin an, dass wir auf Zusammenhänge zwischen Eifersucht, Bewältigung und verschiedenen Kontextvariablen achten wollten, und ließen uns bei der Bestimmung der Bewältigungskategorien von ihm anregen.

Unsere Arbeit erhebt den Anspruch, in einigen Punkten noch über die Erkenntnisse Buunks hinauszugehen: Schon der Ansatz, Interviews qualitativ auszuwerten, entspricht unserer Meinung nach eher den Anforderungen der Thematik. Unsere Probanden sollten unsere Fragen frei beantworten können ohne Einschränkung ihrer Ausdrucksmöglichkeiten durch einen Fragebogen.

Das Interview ist so angelegt, dass wir eine Vielzahl von Bewältigungsstrategien erfragen, bei denen die Probanden entscheiden, welchen davon sie einen Erfolg zuschreiben. Somit integrieren wir in unsere Untersuchung auch den Bewältigungserfolg. Die Darstellung und Interpretation der Ergebnisse ist von uns so konzipiert, dass sie einen Einblick in die Lebenswelt der Probanden ermöglichen, was Buunk mit seinem methodischen Zugang nicht leisten kann.

Im Gegensatz zu Buunk können wir nicht den Anspruch haben, eine Minderheit (die der offenen Beziehungen) repräsentativ zu erfassen, und schon gar nicht sind wir in der Lage, wie Buunk eine Längsschnittperspektive zu vermitteln. Bei einer Stichprobenanzahl von 24 können auch keine spektakulären Korrelationen zwischen einzelnen Variablen erwartet werden. Unsere zu erwartenden Ergebnisse können somit nur als Anregungen gesehen werden oder als Hypothesen für weiterführende Untersuchungen.

5. Fragestellung

Im Zentrum unseres Interesses liegt die Frage, ob und wie Eifersucht zu bewältigen ist. Um diese Chancen und Grenzen zu einem Höchstmaß zu bestimmen, liegt es nahe, Menschen zu befragen, die gewissermaßen ‚Experten‘ im Bewältigen von Eifersucht sind.

Wir gehen davon aus, dass Personen, die in offenen Beziehungen leben, vermutlich oft mit Eifersuchtsituationen konfrontiert sind. Wenn sie diesen Lebensstil jetzt schon eine Zeitlang praktizieren, müßten sie also zu einer für sie akzeptablen Bewältigungskompetenz gelangt sein. Interessiert bei unseren Befragten:

1. wie sie Eifersucht erleben
2. welche Bewältigungsstrategien sie verwenden und
3. als erfolgreich angeben.
4. unter welchen Bedingungen erfolgreich bewältigt wird und
5. auf welche Weise bestimmte Einstellungen mit der Bewältigung verbunden sind.
6. Dann geht es noch um die Frage, ob die hier genannten erfolgreichen Bewältigungsstrategien für das Milieu offener Beziehungen spezifisch ist oder auch auf andere Lebensformen übertragbar.

Unsere Ziele bei der Untersuchung sind dabei zum einen, auf erfolgversprechende Bewältigungsstrategien bei unseren Probanden zu stoßen und diese öffentlich zu machen, in der Hoffnung, wir selbst oder die Leser dieser Arbeit könnten diese Informationen im Privatleben oder ihrer Arbeit nutzen.

Zum anderen geht es uns darum, das gesamte Milieu offener Beziehungen zu durchleuchten und nach bestimmten salutogenen (quasi „gesund machenden“) Strukturen zu suchen, die auch für jene eine Anregung sein können, die sich nicht zu einem solchen Lebensstil entscheiden wollen.

Verschiedene andere Fragen wären für uns auf jeden Fall noch interessant gewesen, hätten den Rahmen der Arbeit aber gesprengt. So vor allem die Frage, ob sich Menschen in offenen Beziehungen als weniger eifersüchtig im direkten Vergleich mit erklärt monogamen Menschen erweisen (was wir für sehr wahrscheinlich halten). Unterscheiden sich diese zwei Gruppen auch anhand anderer Persönlichkeitsmerkmale?

Die Meta-Fragestellung hinter allem ist aber klar: lässt sich Eifersucht überwinden oder haben wir mit dieser Menschheitsgeißel zu leben? Und auch da ist meine Position: klar, es geht, ich weiß es aus eigener Erfahrung, aber gelingt ein „wissenschaftlicher Nachweis“, der auch als Argument in Lifestyle-Debatten hergenommen werden kann?

6. Methode und Durchführung der Untersuchung

Wir führten Interviews an 24 Probanden durch, die seit mindestens 6 Monaten in einer offenen Beziehung lebten. Die Probanden entstammten im wesentlichen zweier Subkulturen: Teilnehmern einer Tantra-Ausbildungsgruppe sowie Personen aus dem Umfeld des Projekts Meiga. Die meisten der Personen kannten wir zumindest entfernt, manche sogar näher.

Als Interviewform wurde eine offene, halbstrukturierte Befragung gewählt, d.h. wir als Interviewer orientieren uns an einem Leitfaden, die Befragten dürfen jedoch frei zu Wort kommen ohne festgelegte Antwortalternativen. Der Interviewleitfaden enthielt Fragen zur allgemeinen Beziehungssituation, zum Bindungstypus, zur Schilderung einer Eifersuchtssituation, zur Eifersuchtsbewältigung und schließlich zu allgemeinen Statements zum Thema Eifersucht. Dabei wurden verschiedene theoretische Vorüberlegungen berücksichtigt.

Je 12 Interviews (sechs Frauen, sechs Männer) wurden von jeweils einem von uns durchgeführt, also insgesamt 24. Viele Interviews wurden in der Wohnung der Teilnehmer abgehalten. Die Interviewteilnehmer hatten die Information, dass wir zum Thema ‚Eifersucht‘ unsere Diplomarbeit schreiben und wir dazu Personen in offenen Beziehungen befragten. Wir weichten sie nicht in unsere Betonung des Bewältigungsverhaltens ein, damit sich die Interviewteilnehmer möglichst unvoreingenommen in der Interviewsituation geben konnten. Wir befürchteten, dass ansonsten manche eventuell mehr ideales Bewältigungsverhalten darstellten und weniger das tatsächliche. Uns war ja daran gelegen, dass unsere Probanden möglichst authentisch aus ihrem Leben erzählten.

Wir nahmen die Interviews mit Tonband oder Diktiergerät auf. Die Dauer der Interviews reichte von ca. 50 bis 100 Minuten. Sämtliche Interviews verliefen ohne äußere Zwischenfälle (z.B. keine Störung durch weitere Personen), alle von uns gestellten Fragen wurden bereitwillig beantwortet. Es war keine Schwierigkeit für uns, die Reihenfolge der Fragen einzugehalten. Manchmal zeigten sich einzelne Interviewte ungeduldig, wenn wiederholt nach ihrem Umgang in der Situation oder ihren Strategien gefragt wurde, von denen sie doch meinten, diese längst erzählt zu haben. So setzte manchmal eine gewisse Trägheit ein, an anderer Stelle ähnlich Gesagtes nochmals zu wiederholen. Überraschend für uns war die Offenheit und Bereitschaft, mit der die Interviewteilnehmer aus ihrem intimen Leben erzählten. Gelegentlich kam es dazu, dass eine Person, vom Gespräch angeregt, an andere Situationen oder Gedanken erinnert wurde und stark vom Thema abwich, so dass man sie erneut an die gestellte Frage erinnern mußte. Viele bedankten sich abschließend, weil sie durch das Interview neue Anregungen zu verschiedenen Themen erhalten hatten und zeigten großes Interesse an den Ergebnissen unserer Arbeit.

An der Untersuchung nahmen also 24 Personen teil, 12 Männer, 12 Frauen. Das Durchschnittsalter betrug 33 Jahre, die jüngste Teilnehmerin war 20, die älteste 45. Die meisten hatten ein abgeschlossenes oder angefangenes Studium. Im Durchschnitt lebten die Leute seit 8 Jahren auf nichtmonogame Weise und seit 5 Jahren in ein und derselben Beziehung.

Die fertigen Interviewdaten wurden in mühseliger Kleinarbeit mit Hilfe eines Kategoriensystems ausgewertet.

7. Ergebnisse

Es war mühselige Kleinarbeit, die Ergebnisse aus den Interviews herauszukitzeln, und es ist noch immer nicht ins letzte schlüssig, welcher Anteil der Ergebnisse aus dem „Datenmaterial“ und welcher Anteil aus unseren Vorurteilen bei der Methodenkonzipierung und Datenauswertung stammt. Aus konstruktivistischer Sicht, der wir uns im Verlauf der Arbeit immer mehr annäherten, spiegeln Kategoriensysteme stets die Weltsicht derjenigen, die Kategoriensysteme anfertigen und sind nicht „entsubjektivierbar“.

Ich werde dem Leser der Arbeit nun die detaillierte Darstellung der einzelnen Ergebnisse ersparen, die den größten Einzelteil unserer Diplomarbeit ausmachen. Die bunten Tabellen sind zwar schön anzusehen, aber im großen und ganzen ist die Zahlenjongliererei und Erbsenzählerei für jeden doch recht langweilig. Stattdessen hier eine komprimierte Analyse (wer sich für Einzelheiten interessiert, sei wieder mal auf die Arbeit (Kaul & Wirth, 1997) verwiesen).

In welchem Bezug stehen nun unsere Ergebnisse zur Fragestellung? Welche Folgerungen oder Konsequenzen können wir aus unseren Ergebnissen hinsichtlich offener Beziehung und Eifersuchtsbewältigung ziehen? Und in welche gesellschaftlichen Zusammenhänge lassen sich unsere Ergebnisse einordnen, z.B. inwiefern können unsere Ergebnisse auf monogame Beziehungen angewendet werden?

Im folgenden werden mit einer Auswahl von Ergebnissen wichtige Aspekte unserer Untersuchung näher betrachtet. Unser Interviewleitfaden war so konzipiert, dass er eine bestimmte Eifersuchtsituation abfragt, um zu größerer Anschaulichkeit zu kommen. Danach fragen wir nach anderen Situationen, und wie da bewältigt wurde, und schließlich nach Methoden der Eifersuchtsprävention (wie stellst Du es an, erst gar nicht eifersüchtig zu werden?)

BEWÄLTIGUNG IN DER EIFERSUCHTSSITUATION

- Es kam für uns selbst unerwartet, dass sich die Aussagen von sage und schreibe 19 von 24 Interviewteilnehmern der Bewältigungskategorie ‚Innere Distanzierung zum Eifersuchtserleben‘ zuordnen ließen, und dass 17 dieser 19 diesem Verhalten einen Erfolg zuschrieben.

Eine Art kognitiver Umorientierung auf einen individuell konstruktiven Gegenstand scheint für unsere Befragten hilfreich gewesen zu sein. Dieser Gegenstand kommt allerdings nicht einer Ablenkung gleich, denn gedanklich ist die eifersüchtige Person durchaus noch mit der Eifersucht beschäftigt, aber eben mit einer anderen Sichtweise, die nicht mehr ausschließlich durch die Emotion der Eifersucht beherrscht ist. Innere Distanz zum Eifersuchtserleben einzunehmen bedeutete, durch einen anderen und neuen Blickwinkel auf die Situation zu einer Art Nichtidentifikation mit der Emotion zu gelangen, seinen Zustand zu „registrieren“ (Anna), „was da kommt, was da für Gefühlswallungen da kommen und ich entscheide mich dann, ich guck mir das an und entscheide mich dann, wie will ich mich verhalten“ (BB)

„Also ich konnte mich entscheiden, was denk ich jetzt dazu“ (Beate)

und dieser distanzierte Zustand ermöglicht einem eine vielfältige Auswahl an Verhaltensweisen. Wichtig war in diesem Zusammenhang,

„mit reflektierendem Geist“ (Karl)

„festzustellen, das bin nicht ich, wenn ich jetzt eifersüchtig bin, das ist zwar ein Teil von mir, aber ich muss mich nicht damit identifizieren.“ (BB).

Der Zugang zu den Emotionen wurde nicht abgeschnitten, sondern es ging vielmehr darum, zu den Emotionen eine Distanz aufzubauen, indem

„ich alle meine Gefühle (hab) hochkommen lassen und beobachtet (hab), ich hab dabei meditiert, immer wieder, einfach nur beobachtet, und gemerkt, dass auch ganz viele Muster hochkamen, wie, wenn der das jetzt macht, dann mach ich das! Das sind so meine alten so Rachemuster, oder so Trotzmuster, und da bin ich aber nicht reingegangen, wie früher, sondern hab's einfach beobachtet, aha, das kommt jetzt hoch und aha, das kommt jetzt hoch, aber hab's nicht weiter in Gedanken, also versucht, nicht zu viel Energie reinzugeben“ (Maria).

Das entscheidende war, durch diesen Prozess,

„da meine Mitte zu finden, das ist für mich das eigentliche Mittel gewesen, mit der Situation zurechtzukommen“ (Künleg).

Verschiedene Gedankenrichtungen wurden dabei zentral, zum einen die Orientierung auf sich selbst,

„auf mich zu gucken, nicht so parallel in die Welt zu gucken, was macht sie jetzt wieder und dies und jenes, sondern zu schauen, was brauch ich jetzt eigentlich“ (Karl),

„also mich mit mir selber zu beschäftigen, statt immer da rumzugucken“ (Hanna),

und sich anzusehen,

„warum bin ich eifersüchtig, wovor ich so Angst hab“ (Thomas);

Zum anderen der körperliche Aspekt:

„ich versuch die Eifersucht im Körper zu spüren, wo sie sich befindet, wie sie sich anfühlt, versuch sie zu beobachten“ (Maria).

Eine weitere Betrachtungsebene war, in der Situation sich klar zu werden,

„ob die Emotion, die ich jetzt habe, die Eifersucht der Situation angemessen ist oder nicht. Also wenn nur ne ganz kleine Sache passiert und ich hab ne Riesenwut, dann weiß ich in dem Moment durch Analyse, das ist nicht mein erwachsenes Ich, sondern ein Kind-Ich-Aspekt, der sich an ne frühe Situation erinnert fühlt, das hilft mir, darauf nicht so stark einzusteigen“ (Tan).

„Und wenn ich äh, wenn ich diese Situation äh mit Abstand betrachten kann, das hilft mir auch, wenn ich sehe, aha, das ist ein anderer Mensch, was geht in dem vor, was macht der? Und ich dann nicht nur seh, gefällt mir das, gefällt mir das nicht, sondern ich seh, warum der andere das macht“ (Mario).

Ob sich die Person nun vom Bild der Situation innerlich distanziert oder von dem quälenden Gefühl, es scheint immer darum zu gehen, das zu verhindern, was Bruck die „negative Emotionalisierung“ (1992) nennt. Er versteht darunter eine Art Katastrophenmeldung, die von der wahrgenommenen Bedrohung ausgelöst wird und bei der Person Panik, Wut, Enttäuschung bewirkt; dass man beim Erleben einer Eifersuchtssituation in einen emotionalen Strudel gerät, aus dem nur noch schwer herauszukommen ist. Ein Sich-Hineinsteigern in Emotionen, verbunden mit der Abwertung der eigenen Person, des Partners oder Exopartners ist eher eine Anleitung zum Unglücklichsein als eine effiziente Bewältigung, zeigt unsere Studie.

Asiatische Weisheitslehren, vor allem der Buddhismus in seinen verschiedenen Formen wie Theravada, Mahayana, Tantrismus oder Zen, betonen das Prinzip der Nicht-Identifikation im Umgang mit Emotionen (Watts, 1981; Deshimaru, 1992; C.J. Beck, 1990). Es kommt darauf an, die Emotionen zu beobachten, sich aber nicht darin zu verstricken. Die Emotionen geschehen lassen, aber eine bestimmte Distanz zu wahren. Dasselbe Prinzip finden wir in verschiedenen humanistischen Therapieformen wieder (z.B. Kurtz, 1985; Wolinsky, 1994). Auch in der Verhaltenstherapie und vor allem auch im Neuro-Linguistischen Programmieren (hier unter dem Begriff „Dissoziieren“) ist dies seit längerem bekannt. Unser Ergebnis lässt sich als deutlichen Hinweis auf die Effizienz dieser (Nicht-)Methode interpretieren.

- Verwandt mit dieser Nicht-Identifikation erscheint eine weitere erfolgreiche Methode: sich in schwierigen Situationen an eigene Kernsätze und Ziele zu erinnern. Das hilft vielen, sich an ihre eigene Größe zu erinnern, die im Fall von akuter Eifersucht oft vergessen wird.

„...für mich steht Eifersucht immer dafür, dass man denkt, es könnte einem was weggenommen werden, ja, immer als Opfer steht man da in der Eifersucht. Es steht ja keiner groß da in der Eifersucht, sondern immer irgendwie als Würstchen. Und ich bin aber nicht auf der Welt, um ein Würstchen zu sein, sondern wirklich ein toller Mensch, und da werd ich auch mich hinentwickeln, das weiß ich, und dazu ist jeder Mensch in der Lage.“ (Hanna).

- Für einige Personen der Stichprobe war es befreiend, belastende Emotionen expressiv abzureagieren, auf einen Stuhl einzuschlagen, zu joggen, zu schreien. Das war vor allem dann erfolgreich, wenn sie das alleine taten.

- Sämtliche Interviewte erwähnten Eifersuchtsbewältigung mit dem Partner. Allerdings hatten verschiedene Formen der Kommunikation unterschiedlichen Erfolg. Die Ergebnisse lassen sich so interpretieren, dass es am sinnvollsten ist, sich erstmal ‚abzukühlen‘ und in einer emotional stabilen Phase ein sachliches, möglichst vorwurfsloses Gespräch mit dem Partner zu suchen, in dem man seine Gefühle und Ängste, aber auch Standpunkte und Meinungen aussprechen kann. Es scheint dagegen wenig erfolgreich zu sein, dem Partner Vorwürfe zu machen, ihn mit Forderungen zu konfrontieren oder ihn verbal oder gar tätlich anzugreifen. Das erscheint uns nachvollziehbar, und verschiedene Interviewte machen auch deutlich, dass Eifersucht des Partners für sie belastend und zerstörerisch sei. Zwei Drittel der unserer Interviewten erwähnten, dass ihnen das Entgegenkommen des Partners sehr geholfen hätte. Es ist also möglich, in einer offenen Beziehung als Partner eine eifersüchtige Person zu unterstützen. Von unterstützender Bedeutung ist es auch, einen stabilen Freundeskreis zu haben, der einen in schwierigen emotionalen Situationen auffangen kann, ein „Bondingnetz“ (G. Rynick, 1995). Bewältigung mit Freunden wird als eine der erfolgreichsten Bewältigungsmethoden gegen Eifersucht angegeben.

„...aber am wichtigsten von diesen Maßnahmen find ich, dass man seinem besten Freund, oder Freundin, das einfach erzählt, unter vier Augen. Das hilft mir am meisten, mich davon abzulösen, Distanz zu kriegen und dieses emotionale Verhaftetsein, diese starke Berührtheit wieder aufzulösen.“ (Tan)

- Manche der Interviewten suchen den Kontakt zum Exopartner. Was anfangs als bedrohlich erlebt wird, kann zu einem entscheidenden Evidenzerlebnis werden: der bzw. die andere wird entmystifiziert, schrumpft auf eine normale Größe zusammen.

„Ja, mit den Frauen zu sprechen, mit denen M. zusammen war. Das war auch so eine gute Herausforderung, einfach zu sehen, das sind auch nicht meine Feindinnen. Weil bei mir taucht immer wieder auf, man will mir was Böses. Und grad mit denen zu sprechen, ist halt so, dies sind Frauen mit den gleichen Gefühlen wie ich und mit den gleichen Ängsten und dass sie jetzt grad mit M. zusammen waren, das war halt einfach, so wies war, das hat nichts damit zu tun, dass die mir eins auswischen wollen. Das ist halt der Punkt. Und wenn ich mit denen spreche, dann hör ich die Realität, die Wirklichkeit von denen, und wenn ich nicht mit denen spreche, dann bleibts bei meiner Phantasie, dann kann ich mir Feindinnen kreieren. Also mit diesen Frauen sprechen, ja, das ist, glaub ich, alles.“ (Tamera)

- Was aus Sicht unserer Befragten nicht so viel hilft, ist, über das Problem nachzugrübeln und krampfhaft nach einer Lösung zu suchen, aber auch ‚evasive‘ Strategien, wie sich in den Schmollwinkel zurückzuziehen, sich ablenken und dem Problem auszuweichen.

PRÄVENTIVSTRATEGIEN

Es ist hilfreich, über Mittel zu verfügen, um einer Eifersuchtssituation wieder zu entrinnen, schöner ist es, gar nicht erst eifersüchtig zu werden. Hierzu bedarf es effizienter Strategien.

- Viele der Interviewteilnehmer bevorzugten es, sich direkten Eifersuchtsituationen nicht auszusetzen, also den Partner nicht in intimen Situationen mit dem Exopartner erleben zu müssen. Es ist hier wichtig, zu wissen, was man selber verkraften kann.

„Also, eine Strategie ist, nicht unbedingt an den Ort des Geschehens zu gehen, ja, also wenn ich das direkt mitkriege, das finde ich total schwierig, also wenn ich mir das z.B. vorstell, äh, ich würd jetzt Tür an Tür da sein, und die würden es jetzt miteinander tun, und es wär Gestöhne usw., weiß ich nicht, ich möcht das nicht. Dann würd ich den Raum verlassen, weil ich da sowieso nicht bei mir bleiben könnte. Ja.“ (Hanna)

- Einige Probanden benutzen die „Flucht-nach-vorn-Strategie“. Dem Partner werden bestimmte potentielle Exopartner, etwa aus dem Freundeskreis, direkt empfohlen, oder aber man tauscht sich im Vorfeld darüber aus, ob die einem gefiele oder ob sie mal gerne mit dem würde. Das scheint eine Möglichkeit zu sein, ein bestimmtes Maß an Teilnahme an den exogamen Erfahrungen des Partners zu wahren. Das schützt gegen ein Gefühl des Ausgeschlossenenseins und der Hilflosigkeit und hat vielleicht sogar lustvolle Aspekte.

- Da die Stärke der aktuellen Eifersucht auch für viel von der aktuellen Beziehungsqualität abhängig ist, ist es für einige Probanden auch aus Präventionsgründen wichtig, die Missstände in der Beziehung rechtzeitig zu klären und, so gut es geht, zu beheben.

- Andere können sich gegen Eifersucht am besten schützen, indem sie für ihr eigenes Wohlbefinden sorgen, unabhängig davon, was der Partner gerade macht. Auch Autoren wie Bruck (1992) oder Buunk (1981) empfehlen als Methode gegen Eifersucht, die Unabhängigkeit vom Partner zu erhöhen. Ein Beispiel:

„Ja, indem ich halt selber für viele Kontakte Sorge, seelische und auch körperliche Kontakte, vor allem durch Umarmung. Wenn ich weiß, dass ich ganz viel davon hab den ganzen Tag, dann bin ich, äh, praktisch resistent gegen Eifersucht. Wenns mir so gut geht und ich so reich und voll bin, dann ist das klar, dass ich das jemand anders auch gönne.(...)Das eine wäre, ein intensives Freundschaftsnetz aufzubauen oder zu pflegen, wenn mans schon hat, das heißt diese Eifersucht dadurch abzubauen, dass man vielfältige Bindungen und Kontakte auch körperlicher Art hat. Das würde einen ziemlich resistent machen gegen Eifersucht.“ (Tan)

- Wichtig scheint hier auch, zu realistischen und illusionsfreien Sichtweisen über die Partnerschaft und eventuelle exogame Interessen des Partners zu finden, um danach nicht unvorbereitet oder geschockt zu sein. Dies wird hier zwar nur von 3 Personen explizit genannt, schimmert aber als Grundhaltung durch die meisten Interviews. Bruck (1992) erwähnt in diesem Zusammenhang, dass viele Personen felsenfest von der sexuellen Treue des Partners ausgehen, obschon die wenigsten ihr ganzes Leben sexuell treu sind. Hier sei zur Prävention dramatischer und zerstörerischer Eifersucht eine „anthropo-realistische Sichtweise“ anzunehmen.

WELCHE STRATEGIEN SIND WANN BEI WEM ERFOLGREICH?

Zusammenhänge zwischen Häufigkeit und Erfolg der Anwendung bestimmter Bewältigungsstrategien und bestimmten Ausgangsbedingungen wie Bindung, Beziehung, subjektiven Ansichten oder spezifischen Formen von Eifersucht konnten wir aufgrund der geringen Stichprobe nur in Ansätzen feststellen.

- So scheint die innere Distanzierung zum Eifersuchtserleben sowie das körperliche Abreagieren von Emotionen, beides in unserem Sinne erfolgreiche Strategien, im Zusammenhang zu stehen mit einer bestimmten inneren Einstellung, die als religiöse, spirituelle Orientierung interpretierbar ist. Diese Orientierung zeigt sich in unserer Stichprobe besonders in der Haltung, offene Beziehungen als Übungsfeld zur geistigen Weiterentwicklung anzusehen. Tendenziell zeigen Frauen eher diese Orientierung. Eifersucht entsteht hier selten aufgrund der Gefühls, ausgeschlossen zu sein von einem schönen Erlebnis

So zeigen unsere Ergebnisse die Wichtigkeit partnerschaftlicher Kommunikation in offenen Beziehungen auf. Transparenz und Mitteilung sind in der Gestaltung der Beziehung unserer Interviewteilnehmer wesentlich. 16 der Befragten regeln ihre sexuellen Außenkontakte durch Absprachen. Bei acht von diesen existieren Absprachen, die explizit den Vorrang der Paarbeziehung vor den sexuellen Außenkontakten betonen. 13 Personen werden vom Partner in die aktuelle Situation der Außenbeziehung(en) einbezogen, indem der Partner seine Vorhaben mitteilt oder über den Verlauf informiert. Drei Befragte berichteten von Absprachen, in denen der Partner auch ein Mitgestaltungsrecht hat, z.B. über Häufigkeit und Art der Treffen.

15 Interviewte schätzen v.a. die partnerschaftliche Solidarität innerhalb der Paarbeziehung, das starke Vertrauen ineinander und die gute Kommunikation. Sämtliche 24 Befragte bewältigen ihre Eifersucht in Kommunikation mit dem Partner, indem sie ihre Emotionen oder Standpunkte äußern, ihre Wünsche mitteilen oder ein gemeinsames Gespräch mit dem Partner führen. Die Paare in offener Beziehung scheinen sich intensiv miteinander auseinanderzusetzen und eine dynamische Beziehung zu führen, die offen für Veränderungen ist. Rund die Hälfte der Befragten schätzen sowohl die Geborgenheit, die ihnen ihre Paarbeziehung bietet, als auch die Veränderbarkeit, also das Entwicklungspotential der Beziehung. Die durchschnittliche Beziehungszufriedenheit von 8 auf der Zahlenskala von 1 bis 10, wobei 10 sehr zufrieden bedeutete, erscheint uns sehr hoch. Die Ergebnisse zeigen ein Bild, das an die ‚offene Ehe‘ der O’ Neills (1972) erinnert, mit der ein partnerschaftliches Leben in gegenseitiger Freiheit gemeint ist. Die Autoren entwickelten verschiedene Richtlinien für die offene Ehe, in denen u.a. realistische Erwartungen an den Partner sowie die eigene vom Partner unabhängige Identität betont werden. Der Begriff ‚offen‘ bezieht sich bei den O’Neills auf das Kommunikationsverhalten der Partner zueinander, nicht in erster Linie auf die Sexualität.

Die Ergebnisse zu Bindungsstil und zu Beziehungsmustern zeigen, dass sich gut die Hälfte unserer Stichprobe mit dem Konstrukt „sichere Bindung“ identifizieren, was von den einschlägigen Autoren (Hazan & Shaver, 1987; Mestel, 1996) synonym für ‚voll beziehungsfähig‘ betrachtet wird. Zwar tritt auch der Bindungstyp „distanziert“ vermehrt auf, spiegelt aber vor allem die Selbsteinschätzung, unabhängig zu sein, und nicht die Angst, anderen nahe zu kommen. So finden nur 3 von 24 den Satz zutreffend: „Ich fühle mich wohl ohne enge gefühlsmäßige Beziehungen.“ Die meisten unserer Personen erleben sich in einem Spannungsfeld aus Unabhängigkeit und Bindung, und versuchen das im Alltag zu realisieren. Dafür spricht, dass Kooperation und Gemeinschaftsgeist sich die Waage halten mit der Betonung eigener Autonomie und dem Bestreben, Abhängigkeiten zu erkennen und zu vermeiden.

Bartholomews (1994) Bindungstyp C („anklammernd“), in etwa identisch mit Tennovs (1982) „Limerenten“, der durch starke Leidenschaft, ‚Liebe auf den ersten Blick‘, hohe Abhängigkeit vom Partner und starker Eifersucht gekennzeichnet ist, fehlt in unserer Stichprobe fast völlig. Nur eine einzige Person zeigte Tendenzen in diese Richtung. Sechs Personen geben hingegen an, dass sie früher ein solches Bindungsverhalten lebten, was sich aber inzwischen verändert habe.

Der Vorwurf, dass Personen in offenen Beziehungen nicht in der Lage sind, sich wirklich einzulassen, muss daher zurückgewiesen werden. Im Gegenteil, wir fanden eine selbst für uns überraschende Verbindlichkeit.

Sexuelle Außenkontakte verhindern also nicht die Möglichkeit einer verbindlichen Paarbeziehung.

EIN NEUES VERSTÄNDNIS VON TREUE

Üblicherweise orientieren Menschen sich an dem traditionellen Verständnis von Treue, das bis heute in unserer Gesellschaft herrscht und ursprünglich von der Institution Kirche zur Durchsetzung der Monogamie eingeführt wurde (siehe S.30). Dieser Treuebegriff beinhaltet in erster Linie eine Einschränkung der Sexualität. Jemand gilt als ‚untreu‘, wenn er oder sie Sex mit einer anderen Person als dem Partner hatte. Und dieses Gebot wird auch gesellschaftlich mit Sanktionen überwacht. Nicht negativ sanktioniert wird jedoch beispielsweise, wenn eine Person sich innerlich dem Partner gegenüber verschließt, der Partner nicht mehr in seiner Entwicklung unterstützt, sondern vielleicht manipulativ verdeckt oder offen daran gehindert wird.

Unsere Interviewten empfinden sich keineswegs als untreu. Im Gegenteil, 2/3 der Befragten halten den Wert der Treue für bedeutend, nur verstehen sie darunter eine „geistige Treue“, die die soziale Unterstützung, das Engagement für die Beziehung, das Interesse am anderen betont.

„Also Treue heißt für mich erstmal verlässlich sein für den anderen. Und äh hat nichts mit Sexualität zu tun, sondern äh, ja das ist so was, für den anderen da sein, wenn er äh, wenn er das braucht, soweit das eben in meinen oder seinen Möglichkeiten liegt.(...) Wir sind verheiratet und ich war diejenige, die das wollte. Und das war, weil es ein Bedürfnis gab, dieser Welt mitzuteilen, mit diesem Mann will ichs auf jeden Fall versuchen. Das ist nichts beliebiges, was morgen vorbei sein kann, sondern da bin ich auch bereit, was für einzusetzen und wirklich zu versuchen, dem Dauer zu geben.“ (Beate)

Es war für uns auffällig, mit welcher Selbstverständlichkeit und auch Unbedingtheit viele der Interviewten betonen, dass sie am Ideal der Treue festhalten, nur dass sie es eben uminterpretieren. Hier geht es um Aspekte wie: an der Beziehung dranzubleiben, nicht aus der Kommunikation auszusteigen, den Partner in seiner Entwicklung zu unterstützen, auch, den Partner nicht wegen einer anderen intimen Beziehung zu verlassen.

Es lässt sich also feststellen, dass eine Uminterpretation und Neudefinition des Begriffes der Treue für einen großen Teil unserer Stichprobe (vielleicht auch darüber hinaus einen Teil des Milieus der offenen Beziehungen ?) charakteristisch ist.

BETONUNG EIGENER UNABHÄNGIGKEIT

Nach unserer Ansicht impliziert die offene Beziehung zumindest theoretisch das Streben nach einem unabhängiges Leben der Partner voneinander. Die Möglichkeit muss bestehen, ohne den Partner in Kontakt mit anderen Menschen zu sein, einen Freundeskreis oder zumindest eigene wichtige (sexuelle) Kontakte ohne den Partner zu haben, also einen eigenen nicht unerheblichen Teil des Lebens außerhalb der Paarbeziehung zu erfahren. Diese freiheitliche Beziehungsgestaltung, in der die Möglichkeit für viel Raum zum selbständigen Handeln des einzelnen besteht, ist auch für viele Befragte von Bedeutung.

So schätzten sechs Personen beispielsweise die Freiheit, mit der sie ihre individuellen Interessen verfolgen können. Acht Personen betonten die subjektive Wichtigkeit von Autonomie und Selbständigkeit für ihr Leben. Für sieben Personen war es wichtig zu erwähnen, dass Autonomie den Charakter von Eigenverantwortung trägt. Fünf Interviewte sagten, dass Selbständigkeit zwar wichtig sei, aber dass sie mit der Fähigkeit zu Kooperation und Zusammenarbeit ergänzt werden müsse. Aber kein einziger der Befragten fand, dass Autonomie und Selbständigkeit nicht wichtig wäre.

„Autonomie und Selbständigkeit, ja, das ist die Richtschnur, ja das ist die Richtschnur des Erwachsenwerdens.“ (Mario)

„Autonomie heißt für mich, dass ich mich auch ohne, dass ich mich sozusagen nicht über D. definiere. Dass ich weiß, also ich allein bin ein vollkommener Mensch.“ (Charlotte)

„Oh, das ist auch ne ganz wichtige Sache, wobei das ist auch so was mit der Autonomie und Selbständigkeit. Das ist nicht so einfach, ich brauch andere Menschen und trotzdem möchte ich selbständig und autonom sein, aber nicht in diesem Sinne, dass ich eben ein Teil des Wilden bin und als Zombie durch die Welt laufe.“ (Anna)

EIFERSUCHT

Unsere Interviewteilnehmer kennen Eifersucht aus Erfahrung und sind bestrebt, diese in den Griff zu kriegen. Das Ideal von 15 der Befragten ist es, die Eifersucht völlig zu überwinden, den übrigen geht es um teilweise Überwindung oder um einen konstruktiven Umgang mit der Eifersucht.

Es ist auffallend, dass viele von ihnen relativ gering eifersüchtig sind. Die Häufigkeit der Eifersucht in den letzten 12 Monaten wurde auf einer Skala von 1 bis 10¹² von den meisten Leuten mit 3 angegeben bei einem Median von ebenfalls 3. Bei der Intensität sagten die meisten unserer Probanden 2, der Median war hier 4.5. Viele äußerten auch, dass Eifersucht als Problem ihr Leben nicht tiefgreifend bestimmt oder belastet. Rund 3/4 der Befragten gaben an, dass sich ihre Eifersucht durch das Leben in offenen Beziehungen reduziert hatte, während nur drei Personen von einer Steigerung ihrer Eifersucht berichteten. Und das, obwohl man meinen könnte, dass es in offenen Beziehungen viel mehr ‚Grund‘ zu Eifersucht gibt.

In unserer Stichprobe lassen sich vier Formen der Abwägung finden, die dem Eifersuchtserleben vorangehen: Angst, verlassen zu werden; das Gefühl, vom Partner verraten oder enttäuscht worden zu sein; sich ausgeschlossen fühlen; im Vergleich mit dem Exopartner zu kurz zu kommen. Das sind vier Formen der Eifersucht, die möglicherweise bei unterschiedlichen Personen auftreten und unterschiedlich ablaufen.

Das Gefühl, vom Partner verraten oder enttäuscht worden zu sein, korreliert dabei außerordentlich hoch mit den Items, die für „ängstlich-vermeidende“ Bindung nach Griffin und Bartholomew (1994) stehen. Solche Personen reagieren dann auch in der Eifersuchtssituation aggressiver als andere. Dieses Ergebnis scheint Licht auf einen Problembereich (offener) Beziehungen zu werfen; Personen, die sich als „ängstlich-vermeidend“ einschätzen, fühlen sich oft vom Partner hintergangen, verraten und enttäuscht, reagieren auch öfter mit aggressiver Eifersucht. Möglicherweise verhalten sich die entsprechenden Partner auch tatsächlich unzuverlässig, aus Protest oder aus Angst vor dem aggressiven Verhalten, und es kommt zu einer Reihe von Kollusionsphänomenen (Willi, 1975). Dieses Phänomen ist aus unserer Sicht noch eine genauere Betrachtung wert.

FRAUEN IN OFFENEN BEZIEHUNGEN

Das Kapitel 4. zur offenen Beziehung hat den Zusammenhang zwischen Frauenbewegung und dem heutigen Verständnis der offenen Beziehung aufgezeigt. Die Ergebnisse unserer Untersuchung sprechen ebenfalls dafür, dass Frauen wie Männer sich aus eigenem Interesse für eine offene Beziehung entschieden haben. Das Klischee, Frauen in offenen Beziehungen seien bedauerliche Opfer ihrer sexgeilen Partner, die sich eben nicht einschränken könnten, lässt sich nach unseren Ergebnissen nicht aufrechterhalten. Die meisten unserer Interviewten (17 Personen; darunter 9 Frauen) gaben an, die traditionell gesellschaftliche Monogamie als einschränkend zu erleben. Und immer noch mehr als die Hälfte (13 Personen; 7 Frauen) erfahren durch sexuelle Außenkontakte eine sexuelle Erlebenssteigerung. Nur eine (weibliche) Person gab an, neben eigenen Interessen auch aufgrund der Entscheidung des Partners in einer offener Beziehung zu leben.

Auch lassen sich hinsichtlich der Zufriedenheit in der (offenen) Beziehung keine geschlechtlichen Unterschiede feststellen, etwa dass Frauen unzufriedener wäre (noch 1982 stellt Buunk fest, dass in seiner Stichprobe offener Ehen 22% der Frauen angeben, oft eifersüchtig zu sein, im Vergleich zu nur 2% der Männer). Im Zuge der Frauenbewegung seit den 70'er Jahren haben Frauen ihre Lust entdeckt, also auch ihre Lust auf Männer außerhalb

¹² auf dieser Skala von 1 bis 10 bedeutet 1 immer die geringe Ausprägung, 10 die sehr hohe.

der Paarbeziehung. Zumindest wird ihnen dieses Interesse inzwischen gesellschaftlich mehr zugestanden. Zunehmend mehr Frauen realisieren ihre sexuellen Interessen auf andere Männer. Allerdings besteht nach wie vor eine Ungleichheit in der gesellschaftlichen Akzeptanz. Immer noch wird Männern das Interesse an exosexuellen Beziehungen viel eher zugestanden.

Im Hinblick darauf, dass die offene Beziehung, wie sie von uns verstanden wird, stark von der Frauenbewegung mitgetragen wurde (vgl.S.34 und S.36), muss hier auch als Ergebnis unserer Arbeit festgestellt werden, dass es sich bei offenen Beziehungen nicht mehr um ein patriarchal ‚männerdominiertes‘ Phänomen handelt.

SIND ERFOLGREICHE BEWÄLTIGUNGSSTRATEGIEN FÜR DAS MILIEU DER OFFENEN BEZIEHUNGEN SPEZIFISCH ODER SIND SIE AUCH AUSSERHALB DIESES KONTEXTES ANWENDBAR?

Von großer praktischer Bedeutung ist nun, ob die erfolgreichen Bewältigungsstrategien stichprobenspezifisch sind, oder ob man den Schritt wagen könnte, sie auch weiterzuempfehlen. Haben die hier ermittelten Strategien überhaupt eine Relevanz für den üblichen monogamen Beziehungsstil? Wie oben erwähnt gibt es anscheinend Bewältigungsreaktionen, wie konstruktive Kommunikation mit dem Partner, die sich, unabhängig von der Beziehungsdefinition offen oder monogam, unterstützend für den Bewältigungserfolg zeigen.

Es eröffnen sich mehrere Zugänge, um diese auch theoretisch interessante Frage beantworten zu können. Der eine ist, sich die Stichprobe nochmal genauer unter die Lupe zu nehmen und zu untersuchen, ob sich die Befragten in Punkten, die entscheidend für die Beantwortung dieser Frage sind, von anderen unterscheiden.

Als nächstes haben wir die Probanden selbst um ihre Meinung gebeten, ob sie glauben, dass ihre Strategien, mit Eifersucht umzugehen, auch für monogame Personen weiterzuempfehlen seien.

Im letzten Punkt versuchen wir Schlüsse aus den vorherigen Überlegungen zu ziehen. Diese münden in einige pragmatische Anregungen und Empfehlungen, die uns auf der Basis dieser Arbeit als angemessen erscheinen.

BESONDERHEITEN DER STICHPROBE

Als erstes gilt es hier die Fragen zu stellen: sind die Leute aus unserer Stichprobe konstitutionell wenig eifersüchtige Menschen? Oder leben sie auf eine Weise, in der sie sich gar nicht auf verbindliche Beziehungen einlassen können bzw. wollen?

Aus einer Bejahung einer dieser Fragen würde folgen, dass eine Übertragbarkeit der Bewältigungsstrategien auf ‚normale Personen‘ fragwürdig erscheint. Wenn jemand ohnehin nicht eifersüchtig ist, kann er kaum einen Rat für die Bewältigung von Eifersucht geben. Wenn jemand sich nicht verbindlich einlassen will, sind seine Ratschläge belanglos für einen, der in einer festen Beziehung steckt.

Die von uns ermittelten Ergebnisse weisen jedoch eher auf eine Verneinung dieser Fragen. Drei Viertel der Stichprobe geben an, dass sie früher eifersüchtiger waren, und dass sich ihre Eifersucht, seitdem sie in offenen Beziehungen leben, reduziert hat. Nur drei Leute von vierundzwanzig gehen hingegen davon aus, dass sie nur deswegen so freizügig leben können, weil ihre Eifersucht ohnehin schon immer gering war. Diese Antworten deuten darauf hin, dass ein spezifisches Klima des Lebensstils offener Beziehungen eifersuchtsreduzierend wirkt, so dass ganz normale Menschen plötzlich die Erfahrung machen können, dass ihre Probleme mit Eifersucht sich sprunghaft verbessern konnten. Die Befragten skizzieren dieses Phänomen in etwa wie folgt:

„...wenn er mich nicht verlassen muß, um zu ner andern zu gehen, dann brauch er mich auch nicht zu verlassen. Stimmt irgendwo auch. Ich mein, wenn er jetzt weiß, er kann zu der und der hingehn und dann wieder zu mir zurückkommen, dann kann er auch entspannt zu mir zurückkommen und braucht keine Angst zu haben.“ (Lisa)

„Ja, das ganze Paradigma hat sich geändert, ich muss jetzt nicht mehr eifersüchtig sein, früher mußte ich immer eifersüchtig sein, das muss ich jetzt nicht mehr, weil ich offene Beziehungen gewählt hab. Was ich früher nicht hab, ich bin ja nicht mit offenen Beziehungen auf die Welt gekommen. Und, äh, wenn ich jetzt offene Beziehungen leb, dann bedeutet das ja auch was, also das hab ich mir ja so ausgesucht, also wenn ich das schon lebe, dann wär es ja ziemlich blöde, eifersüchtig zu sein.“ (Karl)

Die Frage zum Beziehungserleben deuten darauf, dass die von uns interviewten Personen in verbindlichen, teilweise auch schon lang erprobten Beziehungen leben, die geprägt sind von einem starken Austausch, großer Offenheit und Vertrauen. Dies widerspricht den vielerorts kursierenden Vorurteilen, die offene Beziehungen mit wahlloser Promiskuität verwechseln oder mit einer Art zynischen Libertinage. Andererseits sind offene Beziehungen auch kein Garant für die ewiges Zusammenbleiben: über die Hälfte der Leute haben den Schritt in die nichtmonogame Lebensform mit einem anderen Partner vollzogen, von dem sie sich mittlerweile getrennt haben.

Es soll hier also festgehalten werden, dass die Personen unserer Stichprobe zum großen Teil in verbindlichen, offenen Beziehungen leben. Man kann vermuten, dass sie etwas weniger eifersüchtig sind als andere, dies liegt aber größtenteils an einem geänderten Lebensstil. Die Interviews legen nahe, dass die Befragten fundamentale Einstellungen zu Liebe, Sexualität und Eifersucht in einem langen, initiationsartigen Prozeß geändert haben und jetzt an einem Punkt stehen, wo ihnen Strategien zum Umgang mit Eifersucht zur Verfügung stehen, die für sie vorher nicht handhabbar waren.

Es ist aber nicht offensichtlich, dass die Übertragbarkeit der in den Interviews ermittelten Bewältigungsstrategien unproblematisch ist. Viele der angewandten Strategien scheinen bis zu einem gewissen Grad kontextspezifisch zu sein.

DIE MEINUNG DER INTERVIEWTEN

Viele Menschen, die in offenen Beziehungen leben, haben auch monogame Erfahrungen hinter sich und kennen daher beide Lebensstile.

Wir haben im Interview die Frage gestellt: „Glaubst Du, dass die hilfreichen Umgangsweisen mit Eifersucht, die Du eben geschildert hast, auch auf monogame Beziehungen übertragbar sind?“ und erhielten ein reiches Spektrum interessanter Antworten, von denen wir nun einige vorstellen.

Die Antworten der Befragten führten zu keiner einheitlichen Lösung. Etwa die Hälfte der Personen hielten es für möglich, dass auch monogame Personen von ihren ‚Tips‘ profitieren könnten. Hier standen dann einzelne Strategien im Vordergrund.

„Hm, ja. Weil Ehrlichkeit ist nie verkehrt, Vertrauen auch nicht. Also, je ehrlicher man miteinander umgeht, desto mehr weiß man, was mit dem anderen los ist, und desto besser kann man miteinander umgehn.“ (Lisa)

„Ja. Ja, 100%.(...)Das eine wäre, ein intensives Freundschaftsnetz aufzubauen oder zu pflegen, wenn mans schon hat, das heißt diese Eifersucht dadurch abzubauen, dass man vielfältige Bindungen und Kontakte auch körperlicher Art hat. Das würde einen ziemlich resistent machen gegen Eifersucht Das zweite wär einfach ne Psychotherapie machen, wo das Gefühl angeguckt wird, also zum Therapeuten gehn, das dritte wäre zu meditieren oder Yoga zu machen oder andere Techniken zu benutzen, um überhaupt die Unruhe der Gedanken und Emotionen zu dämpfen. Das würde auch gegen das Gefühl der Eifersucht helfen. Das würde dann abgemildert, aber es ist eine gewisse Bemühung auch, täglich ne halbe Stunde zu meditieren oder täglich ne dynamische Meditation zu machen, sich auszuschreien, so dass sich keine Gefühle stauen und dadurch kann man viel besser mit umgehn, grad Leute, die unter sehr starker Eifersucht leiden.“ (Tan)

Andere Befragte waren eher skeptisch in bezug auf eine solche Übertragbarkeit und argumentierten, dass Monogamie und Eifersucht zusammenhängen, dass es einer zumindest partiellen Überwindung der Monogamie bedürfe, um Eifersucht überwinden oder effizient bewältigen zu können. Einzelne Strategien seien nicht aus dem größeren Bezugssystem offener Beziehungen zu isolieren:

„Viel schwerer, weil monogame Beziehung ist monogame Beziehung, da haben sich beide dafür entschieden, wenn da dritte ne Rolle spielen, ist das ein ungleich schwereres Gewicht. Es stellt gleich die gesamte Beziehung in Frage, stellt das ganze Zusammenleben in Frage und von daher fast nicht zu vergleichen. Natürlich gut, da diese Strategien auch zu haben, direkt drüber zu reden, äh sich nicht zu verschließen, ganz klar, nur ungleich schwerer im Umgang, wenn solche Situationen auftreten. Also fast nicht vergleichbar.“ (Hawa)

„Da wird dem Thema eher ausgewichen, für mich ist das keine Lösung von Eifersucht, dass ich sag, dann vermeid ich die Ursachen, dann kommt sie nicht auf, letztendlich heißt für mich Überwindung von Eifersucht, wenn die Ursachen keine Eifersucht mehr erzeugen, die sogenannten Ursachen, dann ist sie weg. Aber da seh ich für Monogamie keine Chance, die werden sie vermeiden, nach besten Möglichkeiten. Deswegen sind sie ja unter anderem wahrscheinlich auch monogam.“ (Hans)

„Ja, nochmal. Monogamie ist der Schwachsinn. Du kannst nicht monogam, das geht einfach nicht. Weil ich kann nicht meiner Partnerin alle Bereiche, die sie will, ne, kann ich ihr nicht erfüllen, weil ich ein eigenständiger Mensch bin, ich hab Vorlieben, ich hab auch Schwächen. Und wenn jetzt der andere dort, wo ich Schwächen hab, Stärken hat, ne, dann ist das doch ideal. Also ist nicht die Eifersucht die Crux an der Geschichte, sondern die Monogamie, der Gedanke, dass man monogam ist.“ (Kamadeva)

Die durchgeführten Interviews hinterlassen den Eindruck, als hätten sich Personen mit ihrer Entscheidung, in offener Beziehung zu leben, geistige ‚Territorien‘ erobert, die für jemanden, der diese Evidenzerlebnisse nicht kennt und teilt, schwer nachvollziehbar bleiben.

Im Verlaufe vieler Erfahrungen mit offenen Beziehungen und dem Annehmen verschiedener Einstellungen und Ideen, die milieuspezifisch sind (dem Eintreten in einen neuen kommunalen Diskurs mit veränderten Sprachskripten) würde ein sozialer Konstruktivist sagen), wird die Eifersuchtsproblematik relativiert. Während dieses Prozesses machen die Personen vielerlei Erfahrungen mit Eifersuchtsituationen und entwickeln vielfältige persönliche Strategien.

EMPFEHLUNGEN UND ANREGUNGEN

Die Frage, ob die von unserer Stichprobe bevorzugten Bewältigungsmethoden für unseren gesamten Kulturkreis gelten, kann also nicht mit einem uneingeschränkten ‚ja‘ oder ‚nein‘ beantwortet werden. Wir wollen hier versuchen, ein Fazit zu ziehen, welchen pragmatischen Nutzen diese Arbeit für den Leser haben kann.

Die Situation ist oft gegeben, und gerade auch in monogamen Beziehungen, dass man unter der eigenen Eifersucht leidet. Die hier gegen die Eifersucht ermittelten Strategien können als Anregung dienen, um die Handlungsmöglichkeiten des einzelnen in einer solchen Situation zu erweitern und damit die Bewältigungskompetenz unter Umständen zu erhöhen. Voraussetzung ist, dass der einzelne wirklich bereit ist, etwas an seiner Eifersucht ändern zu wollen, mit allen Folgen, die das nach sich zieht.

- Die Lösung kann natürlich nicht sein, anderen zwecks ‚Eifersuchtstherapie‘ offene Beziehungen zu ‚verordnen‘. Aus unserer Sicht der Dinge ist die Entscheidung jedes und jeder einzelnen über die Form ihrer Beziehung zu respektieren und ‚Missionsversuche‘ nicht angebracht.

- Das Klima jedoch, in dem die offene Beziehung gelebt wird, nämlich das der Unabhängigkeit und Selbständigkeit beider Partner, scheint für eine erfolgreiche Bewältigung hilfreich zu sein. Diese Unabhängigkeit vom Partner unterstützt nämlich auch eine gewünschte Distanz (nicht Gleichgültigkeit) vom aktuellen Beziehungsgeschehen, z.B. dass der Partner sich soeben in eine andere Person verliebt hat. Aus diesem Freiraum heraus besteht die Möglichkeit, eine realistische Sichtweise über Leben und Beziehung annehmen zu können. ~~•~~ Denn erscheint es sinnvoll, die eigene Einstellung zur Eifersucht zu relativieren. Ist es wirklich ein Zeichen für Liebe? In unserer Stichprobe gehen dazu die Antworten von der sehr drastischen Ansicht:

„...die Aussage, wenn Du wirklich liebst, bist Du auch eifersüchtig, ...das halt ich für ne echt bourgeoise Lüge.“ (Simanca)

bis zu eher ambivalenten Positionen:

„Also, wenn ich auch dran denk, wie ich als Kind immer eifersüchtig war, wenn mein Freund mit nem andern, dann glaub ich, es ist offenbar, ne gesunde Eifersucht ist wie son Barometer, wie son Liebesbarometer, woran

man messen könnte, ob einen noch was juckt oder nicht. Also wenn man sie transformieren würde, die Eifersucht, könnte man sie einsetzen als Liebesbarometer, im Positiven.“ (Karl)

In vielen Fällen ist gerade die Einstellung, die eigene Eifersucht ist absolut gerechtfertigt (man spricht ja auch von ‚berechtigter‘ oder ‚unberechtigter‘ Eifersucht), sehr bewältigungshinderlich, oft zum eigenen Schaden und zu dem anderer.

In etwas anderem Lichte hingegen erscheint ‚Eifersucht ja oder nein‘ wie eine Entscheidungsfrage:

„Also, als erstes sollte man sich überlegen, ob Eifersucht wirklich so nötig ist, ja? Ich mein, brauch man die überhaupt, ja?“ (Anita)

- Unsere gesamten Probanden berichten von Eifersuchtsbewältigung mit dem Partner. Es scheint wichtig, dem Partner seine Gefühle, gerade auch seine Eifersucht mitzuteilen. Das vorwurfsfreie Gespräch ist dabei aus Sicht unserer Analyse der konflikthafter Konfrontation vorzuziehen.
- Ebenso ist aus unserer Sicht jedem zu raten, die „negative Emotionalisierung“ zu verhindern, sich nicht in die Eifersucht hineinzusteigern. Viele unserer Probanden halten es für möglich, die Emotion zwar zu beobachten und ernstzunehmen, sich aber nicht mit ihr zu identifizieren. Hier ist es auch möglich, sich in schweren Momenten an einmal getroffene Entscheidungen oder an ‚Kraftsätze‘ zu erinnern.
- Es ist gut, Freunde um sich zu haben, mit denen man sich über die Eifersucht austauschen kann. In manchen Fällen ist es vielleicht sogar möglich, den gefürchteten ‚Rivalen‘ kennenzulernen, weil dieser dann als reale (in manchen Fällen nicht mal unsympathische) Person dasteht und nicht mehr als Projektionsfläche.

Die Behauptung von der Übertragbarkeit der hier gefundenen erfolgsversprechenden Strategien auf eine größere Population müßte sich allerdings erst in der Praxis, z.B. in einem Feldversuch mit Beratungsgesprächen, bewähren oder im Rahmen eines Bewältigungstrainings von Eifersucht.

Vorschläge für weitere Forschung

Viele Fragen bleiben nach dieser Untersuchung offen, erscheinen jedoch im Rahmen weiterer Analysen beantwortbar. Einige Vorschläge, wie es weitergehen könnte:

- So wäre es mit Sicherheit sinnvoll, Personen aus offenen Beziehungen, ihre Bindungs- und Beziehungsstile, ihre Wahrnehmung von Eifersucht, ihre Bewältigungsmethoden und ihren Bewältigungserfolg mit einer parallelen Kontrollgruppe von Personen in monogamen Beziehungen zu vergleichen.
- Untersuchungen, die den Prozesscharakter von Eifersucht und Bewältigung Schritt für Schritt zu erfassen in der Lage sind; Ziel ist dabei eine genaue situationspezifische Klärung, welche Bewältigungsstile in welcher Phase von wem mit Erfolg anwendbar ist. Dies ist methodisch vor allem durch eine Reihe von Einzelfallanalysen zu leisten.
- Man könnte die Hypothese überprüfen, ob sich die Eifersuchtsabwägungen verschiedener Personen wirklich in die vier Kategorien einteilen lassen: Verlustangst, Verrat, Ausgeschlossenheit, Zukunftsangst. In letzter Konsequenz besagt diese Hypothese, dass es vier Arten von Eifersucht gibt und nicht bloß eine.
- Der Zusammenhang zwischen der Abwägung, vom Partner verraten und hintergangen zu werden, und bestimmten individuellen Eigenschaften, die sich z.B. als „ängstlich-ambivalente“ Bindung beschreiben lassen, sollte noch eingehender untersucht werden.

- Ein Feldversuch: die von uns gefundenen Ergebnisse in der Praxis zu testen, möglicherweise in Beratungsstellen oder in therapeutischen Settings. Unsere Erkenntnisse könnten beispielsweise zusammen mit denen von Bruck (1990, 1992), Buunk (1981, 1982) und anderen in ein Eifersuchtskompetenztraining einfließen, das man in einem akademischen Rahmen anbieten und auf Tauglichkeit prüfen könnte. Denkbar ist z.B. ein Stressimpfungstraining gegen Eifersucht, wozu ich im Verlaufe der Diplomprüfungsvorbereitung einige Überlegungen angestellt habe.

8. Literatur

- Albert, H.** (1987) *Kritik der reinen Erkenntnislehre*. Tübingen: J.C.B. Mohr
- Baecker, J. et al.** (1992) *Sozialer Konstruktivismus - eine neue Perspektive in der Psychologie*. In Schmidt (Hg.), S. 116-146
- Bahro, R.** (1990) *Logik der Rettung*. Berlin: Union Verlag
- Bateson, G.** (1981) *Ökologie des Geistes*. Frankfurt a.M.: Suhrkamp
- Bateson, G.** (1987) *Geist und Natur - eine notwendige Einheit*. Frankfurt a.M.: Suhrkamp
- Baumgart, H.** (1985) *Eifersucht*. Reinbek: Rowohlt
- Beck, C.J.** (1990) *Zen im Alltag*. München: Knaur
- Beck, U. & Beck-Gernsheim, E.** (1990) *Das ganz normale Chaos der Liebe*. Frankfurt a.M.: Suhrkamp
- Borneman, E.** (1979) *Zur Genealogie der Eifersucht* In Körner (Hg.), S.15-24
- Borneman, E.** (1980) *Das Patriarchat: Ursprung und Zukunft des Gesellschaftssystems*. Frankfurt a.M.: Fischer
- Bo Yin Ra** (1925/1988) *Die Ehe*. Bern: Kober
- Bowlby, J.** (1969, 1973, 1980) *Attachment and loss*. New York: Basic Books (3 Bde.)
- Brögger, S.** (1980) *...sondern erlöse uns von der Liebe*. Reinbek: Rowohlt
- Bronnen, B.** (Hg.) (1995) *Eifersucht. Die schwarze Schwester der Liebe. Ein literarisches Lesebuch*. München: Beck
- Bruck, A.** (1990) *Sexuelle Eifersucht*. Opladen: Westdeutscher Verlag
- Bruck, A.** (1992) *Eifersucht bewältigen*. Opladen: Westdeutscher Verlag
- Buunk, B.** (1980) *Sexually open marriages. Ground rules for countering potential threats to marriage* *Alternative Lifestyles* 3, S. 312-328
- Buunk, B.** (1981) *Jealousy in sexually open marriages*. *Alternative Lifestyles* 4, S. 357-372
- Buunk, B.** (1982) *Strategies of Jealousy: Styles of coping with extramarital involvement of the spouse*. *Family Relations* 31, S.13-18
- Buunk, B. & Driel, B.** (1989) *Variant lifestyles and relationships*. Newbury Park: Sage Publ.
- Calta, P.** (1995) *With open hands - a handbook onto open relationships*. Brno: Selbstverlag
- Dawkins, R.** (1978) *Das egoistische Gen*. Berlin: Springer
- Delf, H. et al.** (1988) *Jugendlexikon Philosophie*. Reinbek: Rowohlt
- Deshimaru, T.** (1992) *Die Praxis der Konzentration*. Braunschweig: Aurum
- Dörner, D.** (1976) *Problemlösen als Informationsverarbeitung*. Stuttgart: Kohlhammer
- Dregger, L.** (1995) *Centrepint*. *Eurotopia* 2/95, S. 24-29.
- Duhm, D.** (1975) *Der Mensch ist anders*. Lampertheim: Kübler
- Duhm, D.** (1991) *Der unerlöste Eros*. Berlin: Meiga
- Ford, C.S. & Beach, F.A.** (1951/1968) *Das Sexualverhalten bei Mensch und Tier*. Reinbek: Rowohlt
- Fourier, Ch.** (1977) *Aus der neuen Liebeswelt*. Berlin: Wagenbach

- Freeman, D.** (1983) *Margaret Mead and Samoa: The Making and Unmaking of an Anthropological Myth*. Cambridge, Mass.: University
- Freud, S.** (1904/1940) *Der Witz und seine Beziehung zum Unbewußten*. Gesammelte Werke, London: Imago
- Freud, S.** (1922/1940) *Über einige neurotische Mechanismen bei Eifersucht, Paranoia und Homosexualität*. Gesammelte Werke, 13.: 195-207. London: Imago
- Fromm, E.** (1983) *Die Kunst des Liebens*. Frankfurt a.M.: Ullstein
- Gergen, K. & Davis, K.E. (Hg.)**(1985) *The Social Construction of the Person*. New York: Springer
- Grau, I.** (1994) *Entwicklung und Validierung eines Inventars zur Erfassung von Bindungsstilen in Paarbeziehungen*. Univ. Marburg, unveröffentlichte Doktorarbeit
- Griffin, C. & Bartholomew, B.** (1994) *Attachment Styles*. Journal of Personal Relationships
- Grossmann, K.E. & Grossmann, K.** (1991) *Ist Kindheit doch Schicksal?* Psychologie heute, August 1991
- Hager, W. & Spies, K.** (1991) *Versuchsdurchführung und Versuchsbericht*. Göttingen: Hogrefe
- Hazan, C. & Shaver, P.** (1987) *Romantic love conceptualized as an attachment process* Journal of Personality and Social Psychology 52, S. 511-524
- Hegmann, F.** (1996) *Freie Liebe - Darstellung einer Theorie*. Berlin (unveröffentlicht)
- Hupka, R.B.** (1981) *Cultural determinants of jealousy*. Alternative Lifestyles 4, S.310-356
- Hupka, R.B. & Ryan, J.M.** (1981) *The cultural contribution to emotions: Cross-cultural aggression in sexual jealousy situations*. Meeting of the Western Psychological Ass., Los Angeles
- Hupka, R.B. et al.** (1985) *Romantic Jealousy and Romantic Envy: A Seven-Nation Study*. Journal of Cross-Cultural Psychology 16: S.423-446
- Jellouschek, H.** (1991) *Untreue - ein vermeidbares Phänomen?* Psychologie heute, 2/91
- Jonas, H.** (1988) *Das Prinzip Verantwortung: Versuch einer Ethik für die technologische Zivilisation*. Frankfurt a.M.: Suhrkamp
- Kast, V.** (1996) *Neid und Eifersucht*. Düsseldorf: Walter
- Kelley, H.** (1983) *Love and commitment*. In: Kelley et al., *Close relationships*. San Francisco: Freeman. S.265-314
- Körner, H. (Hg.)** (1979) *Eifersucht. Ein Lesebuch für Erwachsene*. Fellbach: Lucy Körner
- Kundera, M.** (1983) *Das Buch vom Lachen und Vergessen*. Frankfurt a.M.: Suhrkamp
- Kuhn, T.** (1973) *Die Struktur wissenschaftlicher Revolutionen*. Frankfurt a.M.: Suhrkamp
- Kurtz, R.** (1985) *Körperzentrierte Psychotherapie: die Hakomi-Methode*. Essen: Synthesis - Verlag
- Lamnek, S.** (1988) *Qualitative Sozialforschung*. München. Psychologie Verlags Union
- Laux, L. & Schütz, A.** (1996) *Stressbewältigung und Wohlbefinden in der Familie*. Stuttgart: Kohlhammer
- Laux, L. & Weber, H.** (1993) *Emotionsbewältigung und Selbstdarstellung*. Stuttgart: Kohlhammer
- Lazarus, R.S. & Folkman, S.** (1984) *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer
- Lee, J.A.** (1977) *A typology of styles of loving*. Personality and Social Psychology Bulletin, 3, S. 173-182
- Lichtenfels, S.** (1996) *Weiche Macht. Perspektiven eines neuen Frauenbewußtseins und einer neuen Liebe zu den Männern*. Belzig: Berghoff & friends
- Marc & Picard**
- Mayring, P.** (1990) *Einführung in die qualitative Sozialforschung*. München: Psychologie Verlags Union

- Mayring, P.** (1993) *Qualitative Inhaltsanalyse: Grundlagen und Techniken*. Weinheim: Deutscher Studien Verlag
- Merleau-Ponty, M.** (1984) *Das Auge und der Geist*. Hamburg: Meiner
- Mestel, R.** (1995) *Bindungsstile*. (unveröffentlicht)
- Moeller, M.L.** (1974) *Folie à deux: die Zweierbeziehung als Form der Sekte*. Kursbuch Sekten
- Morris, D.** (1968) *Der nackte Affe*. München/Zürich: Knaur
- Oertli, T.** (1990) *Rivalität und Eifersucht*. Bern: Haupt
- O'Neill, G. & N.** (1973) *Die offene Ehe*. Bern: Scherz
- Petzold, H.G.** (1993) *Integrative Therapie*. Paderborn: Junfermann
- Pines, A. & Aronson, E.** (1981) *Polifidelity: An alternative lifestyle without jealousy?* *Alternative lifestyles* 4, S. 373-392.
- Plack, A.** (1979) *Scheitert die sexuelle Befreiung an der Eifersucht?* In Körner (Hg.), S. 99-119
- Plessner, H.** (1975) *Die Stufen des Organischen und der Mensch. Einführung in die philosophische Anthropologie*. Berlin/New York: de Gruyter
- Redeker, H.** (1993) *Helmut Plessner oder die verkörperte Philosophie*. Berlin: Duncker & Humblot
- Rogers, C.** (1975) *Partnerschule*. München: Kindler
- Rubin, Z.** (1970) *Measurement of romantic love*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 16, 265-273
- Russell, B.** (1936) *Sexualethik*. In Russell, 1968, S.157-167
- Russell, B.** (1968) *Warum ich kein Christ bin*. Reinbek: Rowohlt
- Rynick, G.** (1994) *Bonding: 50 Dinge, die Sie schon immer über den New Identity Process wissen wollten*. New York: Eigenverlag
- Schenk, H.** (1987) *Freie Liebe, wilde Ehe. Über die allmähliche Auflösung der Ehe durch die Liebe*. München: Beck
- Schenk, H.** (1991) *Die Befreiung des weiblichen Begehrens*. Köln: Kiepenheuer & Witsch
- Schmidt, S.J. (Hg.)** (1987) *Der Diskurs des Radikalen Konstruktivismus*. Frankfurt a.M.: Suhrkamp
- Schmidt, S.J. (Hg.)** (1992) *Kognition und Gesellschaft. Der Diskurs des Radikalen Konstruktivismus 2*. Frankfurt a.M.: Suhrkamp
- Schneider, S.W.** (1995) *Drogen, Sekten, Süchte. Vom Fanatismus staatstragender Ängsteverwalter*. *connection* 7-8/95, S.12-15
- Selg, H., Glombitza, C. & Lischke, G.** (1979) *Psychologie des Sexualverhaltens*. Stuttgart: Kohlhammer
- Siegel, S.** (1985) *Nicht-parametrische statistische Methoden*. Eschborn bei Frankfurt a.M.: Fachbuchhandlung für Psychologie
- Tanner, F.** (1987) *Eifersucht und Liebe*. München: Causa
- Tennov, D.** (1981) *Limerenz: Über Liebe und Verliebtsein*. München: Kösel
- Watts, A.** (1981) *Psychotherapie und östliche Befreiungswege*. München: Kösel
- Weiß, H. et al.** (1996) *Bewältigung als Interaktionsprozeß*. In: Laux & Schütz (Hg.), S.68-107
- Wendling, T.** (1995) *Die Liebe ist ein Kind der Freiheit*. Tübingen: Institut für Erziehungswissenschaften (unveröffentlicht)
- Werder, L.v.** (1992) *Kreatives Schreiben in den Wissenschaften*. Milow: Schibri-Verlag
- White, G.L.** (1990) *Inducing Jealousy: A Power Perspective*. *Personality and Social Psychology Bulletin* 6, S. 222-227

- White, G.L.** (1981) *Some correlates of Romantic Jealousy*. Journal of Personality, 49, S. 129-147
- White, G.L. & Mullen, P.E.** (1989) *Jealousy: Theory, research and clinical strategies*. New York, Guilford
- Willi, J.** (1975) *Die Zweierbeziehung*. Reinbek: Rowohlt
- Willi, J.** (1978) *Therapie der Zweierbeziehung*. Reinbek: Rowohlt
- Wilson, R.A.** (1987) *Der neue Prometheus*. Reinbek: Rowohlt
- Wilson Schaef, A.** (1989) *Im Zeitalter der Sucht*. Hamburg: Hoffmann & Campe
- Wolinsky, S.** (1994) *Quantenbewußtsein. Das experimentelle Handbuch der Quantenpsychologie*. Freiburg: Alf Lüchow Verlag