

1 Grundlagen: Historische Entwicklung, kultureller und gesellschaftlicher Rahmen von Paarbeziehungen

1.1 Warum Paarbeziehung – lebenslange Partnerschaft (und Paarprobleme) als anthropologische Grundkonstante

Es gibt wenige Grundmuster menschlichen Verhaltens, die derart über alle Kulturen und Epochen verbreitet sind wie die Institutionalisierung von Paarbeziehungen. Nicht nur findet man in praktisch allen Kulturen zu allen Zeiten, von einfachsten Jäger-Sammler-Gruppen bis hin zu hochkomplexen Gesellschaften, ein Zusammenleben von Mann und Frau in einer zumeist lebenslang dauernden Verbindung, sondern auch die ritualisierten Formen der Zusammenführung der beiden Partner in Form der Heirat sowie die darum herum gruppierten Regeln gleichen sich über viele Kulturen hinweg in hohem Maße (Levi-Strauss 1976).

Insofern kann man die heterosexuelle Paarbeziehung durchaus als eine anthropologische Grundkonstante, ja geradezu als einen Archetyp bezeichnen: im »Ethnografischen Atlas« des Kulturanthropologen Murdock (1967), einer Untersuchung von 849 menschlichen Gesellschaften und ihren Eheformen, fand sich, dass weit über 90 % der untersuchten Ethnien eine lebenslange monogame Form des Zusammenlebens von Mann und Frau praktizierten (vgl. ausf. Müller-Schneider 2019). Warum das so ist, wird bei der Darstellung der biologischen, evolutionären, anthropologischen und psychologischen Grundlagen deutlicher werden. Ebenso stellt das Auftreten von Konflikten und Leid in diesen Paarbeziehungen eine Grundkonstante menschlichen Zusammenlebens dar, was eines der zentralen Themen der menschlichen

Geistesgeschichte darstellt, angefangen von den frühesten Mythen und Märchen der Völker bis hin zur modernen Literatur. Eine Vielzahl der Mythen aller Völker handelt von Liebe, Untreue, Verrat und Versöhnung zwischen Göttern und Göttinnen sowie Helden und Heldinnen, und der kulturübergreifend verbreitetste Typus von Märchen, die sog. Heldenfahrt (Campbell 1999), endet mit der Verbindung zwischen dem Helden und der befreiten Jungfrau bzw. der Heldin und dem Königssohn.

Vor diesem Hintergrund lässt sich Paarbeziehung also folgendermaßen definieren: »Eine Paarbeziehung ist eine enge, persönliche und intime, auf Dauer angelegte, exklusive Beziehung zwischen erwachsenen Personen unterschiedlichen oder gleichen Geschlechts. Typischerweise zeichnet sich eine Paarbeziehung durch Liebe, persönliches Vertrauen und sexuelle Interaktion aus« (Huinink & Konietzka 2007).

In dieser Definition ist auch schon beinhaltet, dass wir zumindest für die gegenwärtige Spätmoderne in die Betrachtung von Paarbeziehungen immer auch homosexuelle Beziehungen mit einbeziehen müssen. Aufgrund meiner eigenen Erfahrung in der Paartherapie gleichgeschlechtlicher Beziehungen glaube ich an dieser Stelle die Behauptung wagen zu können, dass homosexuelle Paarbeziehungen sich in ihrer grundlegenden Dynamik nicht von heterosexuellen Beziehungen unterscheiden. Ich denke, dass dies in der Dar-

stellung der theoretischen Grundlagen, in der ich auf biologische, anthropologische und psychologische Konzepte eingehe, belegt werden kann.

Nicht erst seit der Herausbildung der Psychologie als Wissenschaft in der Moderne haben Menschen versucht, Erklärungen für diese Konflikte in Paarbeziehungen und Wege zu deren Lösung zu finden. Ein frühes Beispiel ist die Theorie Platons, beim »Gastmahl« von

Sokrates vorgetragen, dass in einer mythischen Vorzeit die Menschen ursprünglich vollständige Kugelwesen waren und durch einen Akt der Götter in eine jeweils männliche und weibliche Hälfte geteilt wurden, die sich nun ein Leben lang gegenseitig suchen, um wieder vollständig zu werden. Dies, so Plato, erkläre, warum Menschen mit einer solchen Energie und Sehnsucht nach Erfüllung in Liebesbeziehungen streben.

1.2 Aktuelle populäre Diskurse zu Paarbeziehung und Paarproblemen

Im gegenwärtigen gesellschaftlichen Diskurs sind einige populäre, teilweise auf wissenschaftlichen Konzepten rekurrierende Erklärungsmuster zu finden, die meist dadurch gekennzeichnet sind, dass sie meinen, das Zustandekommen von Paarbeziehungen und die Entstehung von Paarproblemen auf ein allgemeines erklärendes Prinzip gründen zu können. Einerseits haben diese Diskurse in der Regel einen substanziellen Kern, der auch in den weiter unten dargestellten theoretischen Konzepten wieder auftauchen wird, andererseits haben sie in ihrer simplifizierten Form teilweise für den Umgang mit Problemen in Paarbeziehungen und dementsprechend für die Paartherapie problematische Implikationen:

1.2.1 Diskurs 1: Paarbeziehung dient der Fortpflanzung und damit der Arterhaltung

Etwas salopp ausgedrückt, könnte man dieses Erklärungsmuster so zusammenfassen, dass Liebe zwischen Mann und Frau gewissermaßen ein Trick der Natur ist, um Fortpflanzung und damit Arterhaltung sicherzustellen. Die

Argumentation geht in etwa so, dass Liebesgefühle dem sexuellen Begehren folgen bzw. diesem beigegeben sind, um sozusagen den Rahmen zu schaffen, in dem die Zeugung von Nachkommen stattfinden kann. Dieses Modell wird dann auch häufig zur Erklärung des Verfalls von Liebesbeziehungen über die Zeit hinweg herangezogen, da es aussagt, dass die Paarbeziehung, wenn die Nachkommen in der Welt sind, ihren Zweck erfüllt hat. In simplifizierter Form (»Männer kommen vom Mars, Frauen von der Venus«) will diese Theorie außerdem scheinbar geschlechtstypische Unterschiede im Beziehungsverhalten von Männern und Frauen erklären: Männer neigten zur Promiskuität, da sie von ihrer genetischen Ausstattung her unter Steinzeitbedingungen Jäger waren und deshalb heute Frauen jagen. Zudem sei es ihr Hauptinteresse, ihren Samen möglichst weit zu verbreiten, während Frauen stärker an Beziehung, Treue und Austausch/Gespräch mit dem Partner interessiert seien, weil sie evolutionsgeschichtlich schon immer für die Aufzucht der Kinder zuständig waren und damit auf soziale Beziehungen stärker angewiesen. Es wird deutlich, dass diese Theorie biologische und genetische Gegebenheiten als Erklärung für Beziehungsverhalten und spezifische Unterschiede zwi-

schen Männern und Frauen nutzt. Tatsächlich finden sich in der sog. evolutionären Psychologie derartige Argumentationen, die aber in seriösen evolutionspsychologischen Modellen sehr viel komplexer daherkommen, worauf weiter unten ausführlicher eingegangen wird. Eine problematische Implikation dieses Erklärungsmodells ist, dass die Unterschiede zwischen Mann und Frau sowie die spezifischen Verhaltensweisen in Beziehungen, und eben auch die daraus entstehenden Probleme, weil naturgegeben, letztlich nicht veränderbar seien.

1.2.2 Diskurs 2: Paarbeziehung als quasi ökonomischer Austauschprozess

Dieses vor allem in wirtschaftsliberalen Gesellschaften wie den USA sehr weit verbreitete und beliebte Erklärungsmodell konzeptualisiert die Paarbeziehung im Grunde wie einen Handel zwischen zwei Geschäftspartnern. Hier wird als Sinn von Paarbeziehung die jeweilige Nutzenmaximierung für beide Partner gesehen. Beide Seiten vertreten ihre jeweiligen Interessen und es braucht vor allen Dingen Kompetenzen wie Kommunikation, Verhandlungs- und Problemlösungsfähigkeiten sowie Kreativität in der Auffindung von Lösungen bzw. bei der Kompromissfindung, damit Paarbeziehung gelingen kann. Auch dieses Modell stützt sich auf wissenschaftliche Konzepte, hier z. B. die psychologische Austauschtheorie (s. u.) sowie Verhandlungsmodelle im Bereich der Mediation (z. B. das Harvard-Verhandlungsmodell). Auch hier gibt es problematische Implikationen, z. B. dass man den Liebespartner wie einen Geschäftspartner wechseln kann, wenn das Verhältnis von Kosten und Nutzen nicht mehr stimmt. Dieser letzte Aspekt wird von der israelischen Soziologin Eva Illouz (2003) scharf kritisiert: Sie spricht in diesem Falle von »sexuellen Kapitalisten«, die mit immer neuen Partnern sexuelle Beziehungen einge-

hen, um dadurch die Steigerung ihres eigenen Wertes auf dem Liebesmarkt zu erfahen. Liebesbeziehungen und Liebespartner werden dabei zu nichts weiter als einem weiteren Produkt, das den Gesetzen des Konsums, von Angebot und Nachfrage unterliegt.

Eine problematische Voraussetzung dieses Modells ist darüber hinaus, dass es unterstellt, dass die Partner in Paarbeziehungen vorwiegend rational handeln und sich außerdem ihrer Bedürfnisse und Interessen vollständig bewusst sind und diese diskursiv vertreten können – was eine sehr idealistische Auffassung ist, wie nicht nur die Psychoanalyse aufgezeigt hat.

1.2.3 Diskurs 3: Paarbeziehung ist machbar und eine Frage der richtigen Technik

Dieser Diskurs ist eng verwandt mit dem vorangegangenen bzw. hat sich aus diesen quasi logisch entwickelt. Wenn Paarbeziehung vor allem eine Verhandlungssache ist und es darum geht, sich selbst und die eigenen Interessen angemessen und effektiv zu vertreten, dann ist es entscheidend, über die entsprechenden Kompetenzen und Techniken zu verfügen, damit Paarprobleme wieder aus der Welt geschafft werden können oder sie gar nicht erst auftreten. Es ist in der gegenwärtigen westlichen Kultur eine sehr verbreitete Auffassung, dass es bestimmte Regeln oder Techniken gäbe, mit denen man Paarprobleme effektiv bearbeiten oder gar gänzlich vermeiden kann, ja sogar mit denen Glück in der Paarbeziehung garantiert sei. Diese Auffassung wird durch eine Flut von Ratgeberliteratur befeuert, die entsprechende griffige Titel aufweist wie beispielsweise: »Fünf Regeln für eine glückliche Beziehung« (manchmal sind es auch sieben oder zehn), »Liebe dich selbst und du wirst mit einem Partner glücklich werden« etc. Das entscheidende Argument gegen diese Auffassung ist

schlichtweg, dass wenn es so einfach wäre, Paarprobleme zu vermeiden oder zu bearbeiten, es wohl viel mehr glückliche Paare gäbe und nicht die eingangs erwähnte hohe Scheidungsrate in unserer Kultur. Eine höchst problematische Implikation dieses Diskurses ist die, dass Paaren, die in ihrer Beziehung in Schwierigkeiten oder gar Not geraten, vermeintlich einfache Lösungswege vorgegaukelt werden, mit denen sie angesichts der Komplexität von Paarbeziehung und Paarkonflikten nur scheitern können. Dies wiederum wird von nicht wenigen Paaren als persönliche Unzulänglichkeit erlebt, was sich z. B. in den intensiven Schamgefühlen äußert, mit denen sich viele Paare zur Paartherapie anmelden, nachdem sie mit den Strategien aus der Ratgeberliteratur kläglich gescheitert sind.

1.2.4 Diskurs 4: Die Erfüllung des Lebenssinns in der Paarbeziehung als reiner Liebe

Insbesondere in den westlichen Gesellschaften lässt sich seit einigen Jahrzehnten eine zunehmende Re-Romantisierung und Idealisierung von Liebesbeziehungen beobachten, die man auch als Gegenbewegung zu der oben beschriebenen zweckrationalen Sichtweise auf Paarbeziehungen verstehen kann. Hier werden gar nicht mehr andere Ursachen oder Begründungen für das menschliche Streben nach einer erfüllenden Liebesbeziehung gesucht, vielmehr wird das Finden des bzw. der »Richtigen« als letztendliche Erfüllung und Sinn des Lebens betrachtet. In der europäischen Geistesgeschichte taucht diese Idee besonders in der Romantik auf, wobei in der entsprechenden zeitgenössischen Literatur bezeichnenderweise diese Liebe in der Regel eine unglückliche Liebe ist, die tragisch, d. h. oft mit dem Tod beider Liebender endet (z. B. Gottfried Keller: »Die Liebe auf dem Lande«; Goethe: »Die Leiden des jungen Werther«).

Das ist dann auch das Problematische an dieser Konzeptualisierung, dass sie reale Liebesbeziehungen letztlich überfrachtet und damit zum Scheitern verurteilt. Eine Folge dieser Auffassung von Paarbeziehung in den spätmodernen Beziehungsverhältnissen ist hier oft, dass der Beziehungspartner, wenn er sich denn doch nicht als der oder die Richtige erweist, aufgegeben wird und die Suche von neuem beginnt, womit in den westlichen Gesellschaften sicherlich ein erheblicher Anteil der hohen Scheidungsrate erklärt werden kann.

In den wenigen Jahren seit Erscheinen der 1. Auflage dieses Buches haben sich Diskurse um Paarbeziehung dermaßen beschleunigt, dass nun ein weiterer Diskurs ergänzt werden muss, den man versuchsweise als radikal-konstruktivistische Identitätsdebatte charakterisieren könnte. Es wird hier von Teilen behauptet, nicht nur Paarbeziehung, sondern Geschlechtlichkeit an sich seien ja nur soziale Konstruktionen, und insofern veränderbar, darüber hinaus enthielten sie »Herrschaftsmechanismen«, weswegen Zweierbeziehung sowie Ehe und Familie an sich hier grundsätzlich infrage gestellt oder sogar abgeschafft werden sollen. Dies wird ausführlich in ► Kap. 1.4.5 behandelt.

Alle diese populären Modelle beziehen sich auf tatsächlich bedeutsame Elemente für das Zustandekommen von Paarbeziehung, zugleich verabsolutieren sie aber das jeweilige Element über Gebühr. Weiter unten wird auf die jeweiligen Argumentationen ausführlicher und unter Bezugnahme auf wissenschaftliche Erkenntnisse eingegangen. Als ein erstes Fazit kann festgehalten werden, dass es bei Menschen, die heute in Paarbeziehungen leben und an den entsprechenden Schwierigkeiten in diesen Beziehungen leiden, ein hohes Bedürfnis gibt, Erklärungen für ihre eigenen Motivationen und die des Partners in der Beziehung und damit einen Zugang zum Verständnis der eigenen Probleme sowie zu deren Lösung zu finden. Was ebenfalls deutlich wird, ist, dass der Begriff der Liebe – auch wenn er nicht identisch ist mit Paarbezie-

hung – doch für die Erklärung des Zustandekommens von Paarbeziehungen und für deren Verlauf bzw. Problematik eine irgendwie

bedeutsame Rolle spielt; daher wird auf den Begriff der Liebe im Folgenden ausführlich eingegangen.

1.3 Der Begriff der Liebe und ihre Bedeutung für heutige Paarbeziehungen

1.3.1 Differenzierung von Liebesstilen

Reflektiert man über den Begriff der Liebe, dann wird dabei schnell klar, dass der deutsche Begriff »Liebe« zwar zunächst jedem unmittelbar verständlich erscheint, dabei aber doch gleichzeitig unscharf und vage bleibt. Ich kann mich an einen interessanten Vortrag erinnern, den ein Psychoanalytiker der Schule von Jaques Lacan hielt, indem er folgendes Szenario entwarf: ein Mann liegt neben seiner Frau im Bett und sagt zu ihr: »Ich liebe dich«. Im Verlaufe des zweistündigen Vortrages führte der Redner aus, dass, was zunächst so klar erscheint, buchstäblich alles bedeuten kann, angefangen von: »Ich bin glücklich, mit dir verbunden zu sein« bis hin zu »Ich werde dich töten«.

Der Paartherapeut Frank Natho (2014) hat kürzlich eine umfassende Untersuchung des Konzepts der Liebe in Paarbeziehungen im Verlauf der Geschichte vorgelegt. »Liebe ist ein komplexes Gefühlserleben, welches von Menschen unterschiedlich erlebt, beschrieben und interpretiert wird. Die Beschreibungen des Erlebens von Liebe und die Werte, die diesem Gefühl für die Beziehung und die eigene Person zugeschrieben werden, sind abhängig von Kultur, Zeitgeist und den jeweiligen wissenschaftlichen Trends« (S. 1), so die zusammenfassende Erkenntnis des Autors. Er zitiert eine berühmte gewordene Unterscheidung verschiedener Liebesstile, die ursprünglich auf Lee (1976) zurückgeht:

1. Eros: Dies meint die vor allem sexuell getönte Anziehung durch den anderen sowie die Betonung auf der körperlich-sexuellen Begegnung in der Liebesbeziehung.
2. Ludus: Dies meint die Betonung des spielerischen Aspekts von Liebe, d. h. des Spiels von Verführung, Annäherung und Distanzierung in einer Beziehung und meint darüber hinaus oft auch den eher spielerisch-unverbindlichen Umgang mit Beziehung überhaupt, d. h. die Betonung von Freiheit in der Paarbeziehung.
3. Storge: Hier ist der freundschaftliche Charakter der Verbindung im Sinne einer länger gewachsenen Vertrautheit, ja auch Kameradschaft gemeint; in Bezug auf die Paarbeziehung könnte man hier vom Charakter der Verbindung zwischen den Partnern als Gefährten sprechen.
4. Agape: Dies meint die altruistische Liebe, die gekennzeichnet ist durch die Sorge um das Wohlergehen des anderen und die von der Befriedigung der eigenen Bedürfnisse absieht. Dieser griechische Begriff findet sich in der griechischen Urfassung des Neuen Testaments und beschreibt dort den Charakter des Verhältnisses zwischen den Mitgliedern der christlichen Gemeinde.
- 5.Pragma: Die pragmatische Liebe, die die Betonung legt auf das Zusammenpassen und die wechselseitige Bedürfnisbefriedigung im Sinne einer Passung beider Partner und eines Ausgleichs zwischen ihnen, darüber hinaus die Funktionsfähigkeit der Beziehung.

6. Mania: Die besitzergreifende Liebe, die rauschhaften Charakter hat, in der das Bedürfnis nach Bemächtigung des anderen das alles beherrschende Gefühl ist.

Die Herkunft der Begriffe aus dem Griechischen weist darauf hin, dass in der Antike z. T. schon eine erheblich größere Differenzierung in Hinsicht auf die unterschiedlichen Aspekte von Liebe vorgenommen wurde, als dies in unserer heutigen Kultur der Fall ist. Diese Aspekte können als unterschiedliche Betonungen oder Beziehungsstile verstanden werden, anhand derer sich verschiedene Paarbeziehungen oder auch die Partner in einer Beziehung voneinander unterscheiden; darüber hinaus können sie sich auch jeweils untereinander zu charakteristischen Liebes- bzw. Beziehungsstilen mischen. Es wird hier deutlich, dass in unserer Kultur wenig Differenzierung entwickelt wurde hinsichtlich der unterschiedlichen Aspekte und komplexen Gefühlsmischungen, die die Gefühle zwischen den Partnern in einer Paarbeziehung bestimmen können, so dass im Deutschen unter dem Begriff Liebe verschiedene und z. T. sehr unterschiedliche Konzepte und Vorstellungen gefasst werden. Bierhoff et al. (1993) haben diese Konzeptualisierung unterschiedlicher Liebesstile aufgegriffen, um daraus das »Marburger Einstellungs-Inventar für Liebestile« zu entwickeln. Ein Ergebnis der Forschung mit diesem Konzept ist, dass offenbar die romantische, freundschaftliche und spielerische Liebe eher veränderbare Einstellungen sind, während die besitzergreifende, pragmatische und altruistische Liebe eine höhere Stabilität in der Persönlichkeit und über den Lebensverlauf hinweg besitzen und sich schwerer, vielleicht sogar gar nicht verändern lassen. Eine Konsequenz für die Betrachtung von Paarproblemen und ihre Behandlung in der Paartherapie hieraus wäre, dass zunächst einmal die Partner sich in ihren persönlichen Beziehungsstilen voneinander unterscheiden können und es sinnvoll wäre, die persönliche Orientierung jedes Partners und seine bzw.

ihre Bewertung der verschiedenen Aspekte von Liebe und Beziehung zu erfassen.

Mit Blick auf die Anwendung in der Paartherapie hat der Schweizer Paartherapeut Jürg Willi (2006) in Anlehnung an Konzepte von Arnold Retzer und Astrid Riehl-Ehmde ebenfalls versucht, zwischen verschiedenen Aspekten und Formen von Paar- bzw. Liebesbeziehung zu unterscheiden:

»Die Partnerbeziehung entspricht dem heutigen emanzipatorischen Modell: Sie beruht auf Reziprozität von Geben und Nehmen, legt Gewicht auf einen Ausgleich und Gerechtigkeit in Privilegien und Machtverhältnissen. Den individuellen Interessen wird der Vorrang gegenüber einer sozialen Einbindung gegeben. Die Beziehung beruht auf einem Tauschverhältnis und einem rationalen Vertrag. Sie ist in ihrer Vertragsform frei wählbar und kündbar und hat somit Ähnlichkeiten mit einer Geschäftsbeziehung. Die Partnerbeziehung hat Qualitäten von Liebe, die stärker ausgerichtet auf die gemeinsame Alltagsarbeit und Bewältigung der Lebensrealitäten sind, auf den Aufbau der dyadischen und familiären Nische, also den Aufbau einer eigenen Welt und die Gestaltung eines Heims und eventuell einer Familie.

Eine Liebesbeziehung sucht demgegenüber... die irrationale und bedingungslose Hingabe, sie achtet nicht auf vertragliche Regelungen, auf gerechten Ausgleich, sie will keinen Tauschhandel von abgemessenem Geben und Nehmen, sie verzichtet auf Gleichberechtigung und Herrschaftsfreiheit....

Die erotisch-sinnliche Liebe betrifft die erotisch-sexuelle Spannung, die Lust am Spiel der Verführung, das Anlocken und Abstoßen, den Tanz, das leidenschaftliche, zur sexuellen Vereinigung drängende Begehren.

Während die erotisch-sinnliche Liebe auf die sexuelle Vereinigung abzielt, geht es bei der absoluten Liebe weniger um die Befriedigung sexueller Triebwünsche als um die Auflösung und Wiedergeburt des Selbst in der Liebe...«

Zu dieser absoluten Liebe gehören:

»Aufgehobensein als Geborgenheit im Sinne von »in dieser Liebe fühle ich mich gut aufgehoben«. Es handelt sich um einen Zustand bedingungslosen Angenommenseins, des Zuhause-seins, der Geborgenheit, des Heimat-Ha-

bens im anderen, um ein unbedingtes Miteinander-Vertraut-Sein.

Aufgehobensein alles Trennenden in der Liebe: In dieser absoluten Form geht es um das Sehnen nach persönlicher und körperlicher Auflösung in der Beziehung zum Geliebten. Dieser Zustand höchsten Glücks steht jenseits der Strukturen des Alltagslebens, ereignet sich jenseits zeitlicher Begrenzung, in zeitloser und raumloser Unendlichkeit, als ein Weilen ohne Anfang und Ende in diesem Zustand ist die Vereinzelung des Individuums aufgehoben, die Liebenden bilden das Zentrum des Kosmos, um das sich alles dreht. Ihre Vereinigung ist zunächst ohne Ziel und Zweck, sie trägt ihre Erfüllung in sich. Die Liebenden genügen sich selbst.« (S. 17 ff.).

Dieser letzte Teil des Zitats weist schon auf den absoluten Aspekt hin, den Liebesgefühle bzw. Ansprüche an Liebesbeziehungen annehmen können, worauf im Folgenden ausführlich eingegangen wird.

1.3.2 Die »absolute Liebe«: Steigerung der Ansprüche an Liebesbeziehungen bis hin zum Religionsersatz?

Verschiedene Autoren, angefangen von der Philosophie bis hin zu den Sozialwissenschaftlern, haben in den letzten Jahrzehnten angemerkt, dass insbesondere in der Spätmoderne in Liebesbeziehungen offenbar eine bestimmte Unmittelbarkeit, eine Befreiung vom berechnenden und berechenbaren, eine tiefe Erfüllung und bedingungslose Anerkennung der eigenen Person gesucht wird. Schon das Soziologenpaar Ulrich Beck und Elisabeth Beck-Gernsheim (1990) hat die These vertreten, dass zumindest in den westlichen Gesellschaften die Liebesbeziehung eine solche Bedeutungssteigerung erfahren hat, dass sie heute im Rang einer »irdischen Religion« stehe. In der Liebe suchten die Menschen heute die Sinnstiftung, die in früheren Zeiten einmal die Religion geboten habe, die diese

aber nach dem von Nietzsche proklamierten Tod Gottes zu Beginn der Moderne nicht mehr leisten könne. Diese Überhöhung der Bedeutung von Liebesbeziehungen und der darin zu findenden Erfüllung hänge direkt mit den zentralen gesellschaftlichen Antriebsmomenten der Spätmoderne zusammen, der Auflösung tradierter Wertstrukturen, der Pluralisierung der Lebensformen sowie der zunehmenden Individualisierung, in deren Folge die Gesellschaftsmitglieder zunehmend selbst für die Sinnstiftung in ihrem Leben sorgen müssen. Diese gesellschaftlichen Entwicklungen haben die Individuen in der spätmodernen Gesellschaft um die Erfahrung gebracht, sich selbstverständlich in ganzheitlichen Zusammenhängen aufgehoben zu fühlen und als ganze Person angesprochen und anerkannt zu werden. Beck (1990) bringt dies treffend auf den Punkt: »Gott nicht, Priester nicht, Klasse nicht, Nachbar nicht, dann wenigstens Du« (S. 49).

»Die moderne Liebe reagiert mit dieser Totalität, die dem anderen höchste Relevanz einräumt, auf den Verlust der Einheit und damit auf die funktionale Zerschneidung der Welt, die den Einzelnen mehr oder weniger ortlos macht und ihn gerade deshalb nach Ganzheitlichkeit suchen lässt« (Karle 2014, S. 96).

»Die moderne Gesellschaft produziert durch die Anonymität ihrer Sozialstrukturen, in denen wir uns tagtäglich bewegen, in einem zuvor nicht bekannten Maße das Bedürfnis nach individueller Anerkennung. Wir sehnen uns danach, als wir selbst und nicht in bestimmten sozialen Rollen in der Welt eines anderen selbst vorzukommen. In intimer Partnerschaft suchen wir nach Erfahrungen, die uns sonst verschlossen bleiben.« (Görtz 2014, S. 47 f.)

In der Folge geht es »in der Liebe ... um die Kompletterücksichtigung des anderen oder um die Kompletzzugänglichkeit des anderen« (Fuchs 1999, S. 24).

Auch der Systemtheoretiker Niklas Luhmann stellt in seiner Monographie über die Liebe fest: »Hier, und vielleicht nur hier, fühlt man sich als der akzeptiert, der man ist – ohne

Vorbehalte und ohne Befristung, ohne Rücksicht auf Status und ohne Rücksicht auf Leistungen« (Luhmann 2008, S. 21).

Allen diesen Theoretikern scheinen die wachsenden Ansprüche an Paarbeziehungen in der Spätmoderne eine Folge der zunehmenden Rationalisierung und Kapitalisierung aller Lebensbereiche, wie sie die westlichen Gesellschaften in den letzten Jahrzehnten kennzeichnen, und worauf schon Marx hingewiesen hatte, als er es als eine Folge der Entfesselung des Kapitalismus beschrieb, dass menschliche Beziehungen »Warencharakter« erhalten. So resümiert auch der deutsche Sexualitätsforscher Volkmar Sigusch in seiner Übersicht über die Entwicklung sexueller Beziehungen seit der sog. »sexuellen Revolution« der 1960er- und 1970er-Jahre:

»Schließlich scheint sie [die absolute Liebe] das ersehnte volle persönliche und intime Leben zu ermöglichen, das Verhältnis von Mensch zu Mensch endlich dem Diktat der allgemeinen Berechnung und Käuflichkeit zu entziehen und in eines der Unmittelbarkeit zu verwandeln« (Sigusch 2013, S. 559)

In seiner systemtheoretischen Analyse der Bedeutung von Sexualität und Körperlichkeit in der spätmodernen Beziehungskultur argumentiert Lewandowski (2004), dass die Erfahrung, den eigenen Körper zu erleben und zu spüren, eine nicht hinterfragbare Identitätsvergewisserung darstellt. Eine besonders intensive Art, sich selbst und dann auch noch in Interaktion mit einem anderen körperlich zu erleben, ist die Sexualität, weshalb diese aufgrund der spätmodernen Entwicklungen einen besonderen Stellenwert erhält. Angesichts der Fragmentierung und des Verlusts von Selbstverständlichkeit in den spätmodernen Lebenswelten fühlen sich viele Menschen im sexuellen Leben mit ihrer eigenen Körperlichkeit durch einen sozialen anderen ganz inkludiert. Körperlichkeit wird dadurch zum »Garanten von Wirklichkeit, zu einem Anker im Meer der Relativität und der Relationen. Die Versprechen, die im Körper, in körperlicher

Betätigung gesucht werden, heißen: fraglos, Echtheit, Eindeutigkeit« (ebd., S. 235).

»Das Konzept der romantischen Liebe sieht dabei die komplett Berücksichtigung des anderen, eine umfassende Aufmerksamkeit in eine beinahe grenzenlose Empathie für den anderen vor – dies alles in dem Versuch, dem Individuum wenigstens in der Liebe das Gefühl von Heimat und Ganzheit zu vermitteln« (Karle 2014, S. 98).

Andere Philosophen und Theoretiker haben allerdings auch schon früh auf diese gesellschaftlichen Entwicklungen der Überhöhung von Liebesbeziehungen mit entsprechenden kritischen Bemerkungen reagiert:

»Man weigert sich, in der erotischen Liebe einen wichtigen Faktor zu sehen, nämlich den des Willens. Einen anderen zu lieben ist nicht nur ein starkes Gefühl – es ist eine Entscheidung, ein Urteil, ein Versprechen. Wäre die Liebe nur ein Gefühl, gebe es keine Basis für das Versprechen, einander für immer zu lieben.« (Fromm 1956, S. 81)

»Überall besteht die bürgerliche Gesellschaft auf der Anstrengung des Willens; nur die Liebe soll unwillkürlich sein, reine Unmittelbarkeit der Gefühle« (Adorno 1973, S. 223)

Interessanterweise haben verschiedene Paartherapeuten in jüngster Zeit ähnliche Formulierungen gewählt, um Idealisierungen in Paarbeziehungen und den daraus entstehenden Problemen zu begegnen – tatsächlich ist es nämlich so, dass in der Praxis der Paartherapie eine nicht geringe Zahl der vorgebrachten Problematiken direkt oder indirekt mit solchen Entwicklungen in Zusammenhang gebracht werden können. So betont beispielsweise der deutsche Paartherapeut und Autor Hans Jellouschek (2008a), dass Liebe in einer langdauernden Paarbeziehung auch eine Frage der Entscheidung, also im weitesten Sinne des Willens ist; Beziehung – und auch Sexualität – insbesondere nach Jahrzehnten des Zusammenlebens, müsse man wollen, das ergebe sich nicht von selbst. Als Reaktion auf

derartige Absolutheitsansprüche formuliert auch der Paartherapeut Dirk Revenstorf die besonnene Definition, die den spätmodernen Verhältnissen angemessener erscheint: »Liebe heißt: den anderen sehen und gedeihen lassen, ohne sich selbst zu verleugnen« (Revenstorf 2012, S. 26). Dies würde die Betonung auf die Beachtung der eigenen Bedürfnisse und der eigenen Entwicklung als Person legen und weniger die gesamte Hoffnung in den anderen setzen und was von diesem zu erhalten wäre. Man kann also an dieser Stelle zunächst einmal als Fazit festhalten, dass Liebesbeziehungen, auch wenn die Liebe eine wichtige Rolle spielt, nicht allein auf einem Gefühl dauerhaft basieren können.

Wie schon erwähnt, sehen zahlreiche sozialwissenschaftliche Autoren einen direkten Zusammenhang in der Art, dass die zunehmende Einführung von Wettbewerbsbedingungen in allen Lebensbereichen in spätkapitalistischen Gesellschaften (als ein Beispiel sei hier nur die Bewertung von Persönlichkeitsprofilen in sozialen Netzwerken wie z. B. Facebook genannt) zu einer Sehnsucht nach Unmittelbarkeit und Erfüllung in Paarbeziehungen führen, was wiederum diese Paarbeziehungen tendenziell destabilisiert, weil sie diesen überhöhten Ansprüchen auf Dauer nicht gerecht werden können.

»Es erscheint paradox, aber es ist so: die Instabilität heutiger Beziehungen ist nicht, wie manche Moralisten oder auch Psychotherapeuten klagen, eine Folge von Bindungslosigkeit oder Bindungsunfähigkeit; sie ist vielmehr die Konsequenz des hohen Stellenwertes, der Beziehungen für das persönliche Glück beigemessen wird, und der hohen Ansprüche an ihre Qualität.« (Schmidt 2002, S. 99)

Diese hohen Ansprüche entsprechen den von Willi (2006) schon beschriebenen Formen der absoluten Liebe. Auch er erkennt die Nähe zur religiösen Erfahrung:

»Das bedingungslose Aufgehoben sein in der Beziehung zum Geliebten erfahren in früheren Zeiten viele Menschen in der absoluten Gotte-

sliebe... [daher] stellt sich die Frage, inwiefern die Sehnsucht nach dem Aufgehobensein im Gott heute häufig stellvertretend in der Partnerliebe gesucht und erfahren wird.« (S. 21)

Jellouschek (2008b) hat sich ausführlicher mit den quasi religiösen Ansprüchen an Paarbeziehungen auseinandergesetzt und betont, dass die Idealisierung der Partnerliebe, die in eine religiöse Dimension hineinreicht, tatsächlich auf einer Entgrenzungserfahrung (»Der Vorgeschmack des Göttlichen«) basiert, die zumindest zu Beginn in einer Paarbeziehung, in der Verliebtheit und gerade auch in der sexuellen Vereinigung erfahren werden kann:

»...die kollektiven religiösen Vorstellungen und Rituale haben ihre bindende und sinnstiftende Kraft weithin verloren, ihre Repräsentanten, die Priester, die gesellschaftlichen und familiären Oberhäupter sind des religiösen Glanzes früherer Jahrhunderte beraubt, der Mensch fällt aus immer mehr gesellschaftlichen Bindungen heraus, seine Sehnsucht nach letztem Sinn, nach Geborgenheit einerseits und Entgrenzung andererseits findet keinen vorgegebenen Rahmen mehr. So richtet sie sich auf das Du des geliebten Partners, mit dem – vor allem im sexuellen Vollzug – gleichzeitig Geborgenheit und Entgrenzung, tiefste Bejahung und Sinnerfüllung gesucht und erlebt wird... In der liebenden Hingabe aneinander, am stärksten wieder in der erotisch-sexuellen, erfahren Menschen körperlich und seelisch, also ganzheitlich, wie die engen Grenzen ihres Ich's aufbrechen und die Vereinigung mit einem Du jenseits dieser ich-Grenzen möglich wird.« (Jellouschek 2010, S. 36)

Daraus wird dann allerdings das Prinzip, dass der Soziologe Ulrich Beck, wie schon oben erwähnt, prägnant auf den Punkt gebracht hat: »Gott nicht, Priester nicht, Klasse nicht, Nachbar nicht, dann wenigstens Du« (1990, S. 49). Jellouschek (2010) ist hier mit den idealisierenden Paaren weniger streng, wenn er sagt:

»Die körperlich-geistig-seelisch-erotische Begegnung kann eine Form spiritueller Erfahrung sein. Wenn uns das sexuelle Begehren zueinan-

der treibt, begeben wir uns auf den Weg aus der Selbstgenügsamkeit heraus auf den anderen zu. Wir öffnen uns nicht nur mit Geist und Seele, sondern mit allen unseren Sinnen auf das Du hin. Wir begeben uns so in die Bewegung der Hingabe hinein, und um Hingabe unseres kleinen Ich's an das größere Du geht es ja auch in Glaube und Spiritualität. Wenn zwei Liebende, von Leidenschaft erfasst, ihre Selbstkontrolle durch Wille und Verstand fahren lassen und sich im Rausch der Sinne vereinigen, dann erleben sie zuweilen, dass sie in dieser Ekstase über sich selbst hinausgetragen und Teil eines größeren Ganzen werden. Ganz so werden uns aber von den großen Mystikern der Religionen die Vereinigungserfahrungen mit Gott beschrieben... Noch eine weitere Eigenart sexueller Erfahrung verweist auf Glaubenserfahrung und Spiritualität: wenn Frau und Mann sich sexuell vereinigen, bewegt sie das zuweilen auch deshalb so tief, weil sie sich darin in ihrem Innersten und Eigensten gemeint und angenommen fühlen: in ihrem Geschlecht... Gerade das ist das eigentlich beglückende einer ganzheitlichen sexuellen Begegnung. Hier sind wir aber wieder bei einer auch spirituell zu interpretierenden Erfahrung: ganz gleich, zu was du es sonst gebracht oder nicht gebracht haben magst, ganz gleich, welche Titel oder Reichtümer du vorzuweisen oder nicht vorzuweisen hast, in dem was du zuinnerst bist, bist du geliebt und unbedingt angenommen! So wird in unserer Tradition immer wieder die Erfahrung der göttlichen Gnade beschrieben, und diese Erfahrung vermitteln sich Frau und Mann ganz konkret im sexuellen Akt.« (S. 38)

So sehr also diese Begegnung in der Liebe auch für eine religiöse Erfahrungsdimension öffnen kann, so muss doch auch betont werden, dass dies auf der Ebene der Beziehung vorübergehend bleibt. Auch Willi (2006) betont, dass die Sehnsucht nach der absoluten Liebe letztlich unerfüllbar bleiben muss: »Auch die radikalste Bemühung um Offenheit und Selbstoffenbarung zerschellt am Verstehenshorizont des Partners, denn dessen Wahrnehmung wird von seiner eigenen Konstruktion der Wirklichkeit, seinem eigenen Erfahrungsschatz bestimmt.« (S. 25) Jellouschek (2008b) bezeichnet diese Erfahrung deshalb auch bezeichnenderweise als »Vorgeschmack des Göttlichen«. Er betont, dass an

die Stelle der Begegnung in der Liebesbeziehung dann mit der Zeit die Orientierung auf etwas Drittes, bestenfalls Spirituelles treten muss. Auch Willi (2006) betont, dass

»die unerfüllte Liebessehnsucht die Basis der Selbstentwicklung in der Liebe ist... Dass es in der absoluten Liebe primär nicht um den Partner geht, sondern um die Verwirklichung eines auf ein Du bezogenen Selbst. Im konkreten Verwirklichen einer Liebesbeziehung transzendiert das Selbst, über das Ich hinaus. Das Selbst findet seine Erfüllung nicht in sich selbst. Es entfaltet sich ... mit der Entfaltung eines Gegenübers, von dem es wahrgenommen, beantwortet und herausgefordert werden will und dass es seinerseits wahrnimmt, beantwortet und herausfordert.« (S. 38)

Auf Willis Modell der Koevolution in der Paarbeziehung wird in einem späteren Abschnitt ausführlicher eingegangen (► Kap. 4.1.4). Nur muss man wohl konstatieren, dass eine solche Entwicklung in einer Paarbeziehung in unserer Kultur wohl eher seltener der Fall ist. Empirisch beobachten lässt sich eher, dass die überhöhenden Ansprüche an die Liebesbeziehung häufig aufrechterhalten werden und damit die Beziehung langfristig überfordert wird. Es wird auch im Weiteren zu zeigen sein, dass die hohe Trennungs- und Scheidungsrate in unserer Kultur auch damit zusammenhängt, dass die bisherige Beziehung an den hohen Ansprüchen scheitert, und Menschen sich gerade deshalb trennen und scheiden lassen, weil sie hoffen, die Erfüllung ihrer hohen Ansprüche in einer nächsten Beziehung verwirklichen zu können.

Vor dem Hintergrund dieser Überlegungen lässt sich als Fazit für die Betrachtung von Paarbeziehungen und ihrer Probleme sowie für die Paartherapie Folgendes festhalten:

Möglicherweise fehlt in unserer Kultur ein breiteres Wissen darüber, wie sich das, was wir als Liebe bezeichnen, in verschiedene Aspekte differenzieren lässt und wie dies Beziehungsstile und Beziehungsformen in Paarbeziehungen beeinflusst. Es könnte ein Bestandteil der