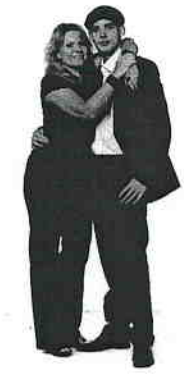
Mathematiker, 42
Sachbearbeiterin, 41

Handelskauffrau, 48
Psychologe, 58

Künstlerin, 47
Produktmanager, 59



Industriekauffrau, 50
Krankenpfleger, 21

Verkäuferin im Ruhestand, 71
Bergmann i. R., 74

Liebe lieber unvollkommen

Wieso scheitert das eine Paar an Bagatellen, während das andere sogar Katastrophen gemeinsam übersteht? Wie lässt sich der Tod der Leidenschaft in einer langen Ehe vermeiden? Wissenschaftler suchen nach der Glücksformel für ein Leben zu zweit.

Architekt, 71
Steckenpferdherstellerin, 59

Verwaltungsangestellte, 30
Presseberater, 31

Bauer, 36
Kostümassistentin, 34

Innenarchitekt, 49
Dozentin, 48

Schauspieler, 36
Freie Fernsehautorin, 34

Lehrerin, 39
Berufsschullehrer, 34

Fachangestellte, 19
Kfz-Mechatroniker, 20

Verwaltungsangestellte i. R., 62
Betriebsschlosser i. R., 69

Rechtsanwalt, 44
Assistentin, 30

Studentin, 24
Speditionskaufmann, 30

Projektmanagerin, 28
Manager, 38

Lehrerin, 57,
Kapitän, 66

Kaufmann, 42
Architektin, 45

Ärztin, 29
Illustrator, 30

IT-Projektleiter, 43
Trainer, 41

Bildender Künstler, 50
Kunsthistorikerin, 35

Diplompädagogin, 50
Fortbildungsleiter, 49

Studentin, 19
Student, 21

FOTOS: NADINE PREISS UND DAMIAN ZIMMERMANN

Susi schreit, Klaas brüllt, Susi knallt Türen, Klaas rennt aus dem Haus, das Herz voller Hass, Susi packt die Koffer, jetzt ist Schluss, sie geht. Für immer. Am nächsten Tag ist sie wieder da, samt Koffern. Sie fällt über Klaas her, sie lieben sich. Jahrhundertsex.

Alles so wie immer. Susi und Klaas* brauchen das. In den 29 Jahren, die sie jetzt zusammen verbracht haben, haben sie sich gefühlte tausend Mal getrennt und wieder versöhnt.

Sie bezeichnen sich als glückliches Paar.

Renate liest schnell noch die SMS, bevor sie das Haus betritt. Die Botschaft ist lieb und verheißungsvoll, sie lächelt, tippt auf „Löschen" und schaltet das Handy aus. Dann geht sie rein. Michael sitzt, wie immer, am Computer und murmelt ein „Hallo, mein Schatz" in ihre Richtung.

Renate ist genervt. Er hat sich nichts zuschulden kommen lassen. Aber dieser andere Mann, ihre Affäre, er hat ihr gezeigt, was ihr in den 19 Jahren mit Michael fehlte: das Gefühl, ihm wichtig zu sein. Sie wird sich trennen, das steht fest.

Beide Paare sind an der gleichen Grundlinie gestartet. Mann und Frau haben einander einst angebetet und herbeigesehnt, sie gierten nach des anderen Haut, Duft, Blick, konnten voneinander nicht lassen – der übliche Zustand milder geistiger Umnachtung zu Beginn einer Romanze.

Dann zogen sie zusammen, heirateten, Kinder kamen. Irgendwo auf dem Weg ließ die Verliebtheit nach, meist ebbt der Irrsinn nach anderthalb Jahren ab, langsam auch die Leidenschaft: Die Koitusfrequenz sinkt auf die Hälfte. Trotzdem haben sie die vielen kurzen Nächte voller Babygezeter und die unzähligen Tage des Windelwechselns überstanden.

Sie trafen Arrangements, wie Kinder und Karriere zu vereinen seien. Sie haben Schwiegermütter ausgehalten oder durchgeknallte Schwäger. Es ertragen, dass die eigentlich so geliebte Person *nie* den Sprudel aus dem Keller holt. *Immer* die Haare, ein schleimiges Bündel, im Duschabfluss zurücklässt. Dass sie jedes Mal die Pointen ihrer Erzählungen im Freundeskreis mit „Jetzt kommt die Stelle zum Lachen" ankündigt und das auch noch witzig findet. Kurz: Männer und Frauen in langjährigen Beziehungen haben ihre Träume auf das Maß der Wirklichkeit gestutzt.

Aber warum scheitert Renates und Michaels Liebe? Warum fängt sie an, ihn zu verachten, wie er da so autistisch vorm Computer sitzt? Wie hat sich diese bittere Enttäuschung eingeschlichen, die niemand besser beschrieben hat als Else Lasker-Schüler: „Drum wein' ich,/Daß bei Deinem Kuß/Ich so nichts empfinde/Und ins Leere versinken muß./Tausend Abgründe/Sind nicht so tief,/Wie diese große Leere."

* Paare, deren Wunsch es war, wurden anonymisiert.

Was hält dagegen die hitzköpfige Susi bei Klaas – und ihn trotz der verzehrenden Stirb-und-werde-Duelle bei ihr? Die Hitzköpfigkeit etwa? Wie wichtig ist Sex? Wie streitbar darf oder muss eine Ehe sein? Wie hoch die Dosis an großen Gefühlen, damit zwei Individuen so ineinander wurzeln und wachsen, dass es ein Leben lang reicht? Wie lässt sich der Liebestod verhindern?

Die Literatur lebt von diesen Fragen. Der Boulevard lebt von diesen Fragen, die Popmusik, auch die Klassiker leben davon, Hollywood sowieso.

Bloß beantwortet hat sie bisher niemand.

Inzwischen versucht es die Wissenschaft; der Blick aufs Paar inspiriert Sozialpsychologen weltweit. Nie zuvor gab es so viel Forschung, so viele Untersuchungen, die sich der Frage widmen, was die Liebe glücken lässt. In Deutschland ist 2008 ein Projekt angelaufen, so groß wie keines zuvor: Pairfam, eine Studie mit mehr als 12 400 Männern und Frauen über einen Zeitraum von 14 Jahren hinweg.

Das Büro, von dem aus die Wahrheit über die Liebe in Deutschland erforscht wird, liegt im dritten Stock des Universitätsgebäudes an der Münchner Leopoldstraße, an den Wänden Bücherregale bis unter die Decke, auf dem braunen Teppichboden ein hüfthoher Stapel Examensarbeiten. Hinter dem Schreibtisch sitzt, schmal und konzentriert, Sabine Walper. Sie leitet das Ressort „Paarbeziehungen und Erziehungsverhalten" bei Pairfam. „Es war wirklich höchste Zeit, dass wir so eine Längsschnittstudie machen", sagt die Psychologin.

Sabine Walpers Ziel ist es, aus dem höchst persönlichen Erleben all der Tausenden Susis und Klaase, der Renates und Michaels vielgültige Wahrheiten zusammenzupuzzeln. Irgendwie müssten sich doch, so die Hoffnung, in dem Mosaik der vielen Millionen Daten Muster erkennen lassen.

Über die Jahre hinweg ließe sich endlich auch das Problem lösen, das die Psychologen wie kaum ein anderes plagt: Was ist Ursache, was Wirkung? Ist es der mangelnde Sex, der die Beziehung demoliert – oder ist die Beziehung so schlecht, dass sie jegliche Erotik getötet hat? Ist es der Streit, der die Beziehung verschlechtert – oder streiten sich die Paare, weil Stress, Enttäuschung oder Betrug die Liebe ramponieren?

Dabei schauen die Wissenschaftler aus einer neuen Perspektive auf die Liebe. Das Stichwort heißt: Resilienz. Der Begriff entstammt der Werkstoffphysik und bezeichnet dort die Fähigkeit elastischen Materials, nach extremer Belastung zurückzuschnellen in die Ausgangslage. In der Individualpsychologie lässt sich mit Resilienz erklären, warum und wie gedemütigte, missbrauchte Kinder stark

werden können, Herren ihres eigenen Lebens.

Nun übertragen die Psychologen das Resilienz-Prinzip auf Zweierbeziehungen. Durch Befragungen vieler Tausender Paare versuchen sie zu ergründen, ob es eine Art Rettungsschirm für die Liebe gibt. Ihr Blick richtet sich jetzt nicht mehr nur auf die Schattenseiten scheiternder Beziehungen. Sie wollen wissen, was zufriedene Paare richtig machen.

Gesucht wird: die Weltformel fürs Glück zu zweit.

Ein Rezept der perfekten Liebe gibt es nicht und wird wohl auch nie gefunden. Dafür schlagen die Messfehler im Bereich alles Zwischenmenschlichen zu heftig zu Buche. Aber Psychologen und Soziologen weltweit haben durch ihre Befragungen erstaunlich handfeste Hinweise darauf gewonnen, wie die Liebe auf Strecke gelingen kann.

Wer die wissenschaftlichen Erkenntnisse ernst nimmt, wird sein Leben als Paar wohl ändern müssen. Denn mit jeder neuen Studie zertrümmern die Forscher die elysischen Liebesklischees, an die viele Leute bis heute glauben.

Hatten wir nicht gedacht, es müsse nur genug Liebe da sein, eine Art Reservoir tiefster Gefühle, aus dem sich in Krisenzeiten schöpfen lässt? Glaubten wir nicht, Kinder machten unser Glück komplett? Müssen wir wirklich über alles reden und immerzu tollen Sex haben?

Alles Unsinn. Die ebenso nüchternen wie überraschenden Botschaften aus der Wissenschaft lauten:

- Echte Freundschaft schmiedet Paare viel fester zusammen als die Herzklopfdramatik der sogenannten großen Liebe.
- Kinder sind Beziehungskiller.
- Gegensätze ziehen sich vielleicht an – aber ähnliche Werte schweißen zusammen.
- Die ewigen Beziehungsdebatten führen in der Regel zu nichts – jedenfalls zu nichts Gutem.
- Sex ist überbewertet.

Bevor die Idee mit der Resilienz in die Psychologenköpfe zog, hatten vor allem Scheidungsforscher auf Beziehungen geschaut. Aber ihr Blick war wie der des Mechanikers aufs Auto: Was ist kaputt, wo muss ich schmieren, dengeln, schrauben, damit die Karre wieder läuft? In der Praxis wird oft noch so verfahren, ungezählte Paare haben das mitgemacht, haben dem Therapeuten ihre verhunzte Kindheit, Vaters Schwäche, Mutters Kälte, die offenen Rechnungen und all die Bitterkeit heulend oder geifernd auf den Tisch gepackt. Als würde es helfen, im Dreck zu wühlen.

Das tut es selten. Paartherapeuten verzeichnen erschreckend niedrige Erfolgsquoten. Wohl auch deswegen haben die Forscher die Kehrtwende zu dem neuen

FOTOS: ARNE WETCHARDT / DER SPIEGEL

Hobbyhandwerker Käthe, Herrmann: *„Wegen so 'nem Scheiß streite ich doch nicht"*

Das-Glas-ist-halbvoll-Ansatz vollzogen. Was nicht heißt, dass die Suche nach Resilienz rascher zu Antworten auf die großen Fragen führte. Denn sie ist komplex, die Wissenschaft von der Liebe – selbst Teilchenphysikern dürfte es leichter fallen, die Wirklichkeit abzubilden.

In der Paarforschung gilt es zu berücksichtigen, was den Einzelnen treibt, seine Herkunft, das Temperament, seine Werte, die Bildung. Es muss analysiert werden, wie zwei solch komplizierte Wesen zusammen funktionieren. Wie nehmen sie einander wahr, haben sie Freunde, Familie, welchen Job, wie gestresst sind sie? Sind Kinder da, wie viel Geld haben die Partner, welchen Druck, zusammenzubleiben?

Die Nachfrage nach echter Erkenntnis jenseits der albernen Ratgeberliteratur („Entdecken Sie Ihr Liebesmuster in 12 Fragen. Typ Koala: Sich länger als einen Tag von Ihrem Partner zu entfernen erscheint Ihnen so wenig verlockend wie einem Koala die Trennung von seinem Eukalyptusbaum") ist groß. Denn nach wie vor steht die „erfüllte Partnerschaft" an oberster Stelle der Liste aller Lebensziele, bei mehr als 90 Prozent der deutschen Männer und Frauen. „Die Liebe gibt uns das Gefühl, ‚erkannt' zu werden als der, der wir wirklich sind in einer Welt, in der man oft meint, man muss eine Rolle spielen", erklärt Eva Illouz, Soziologin an der Hebrew University in Jerusalem.

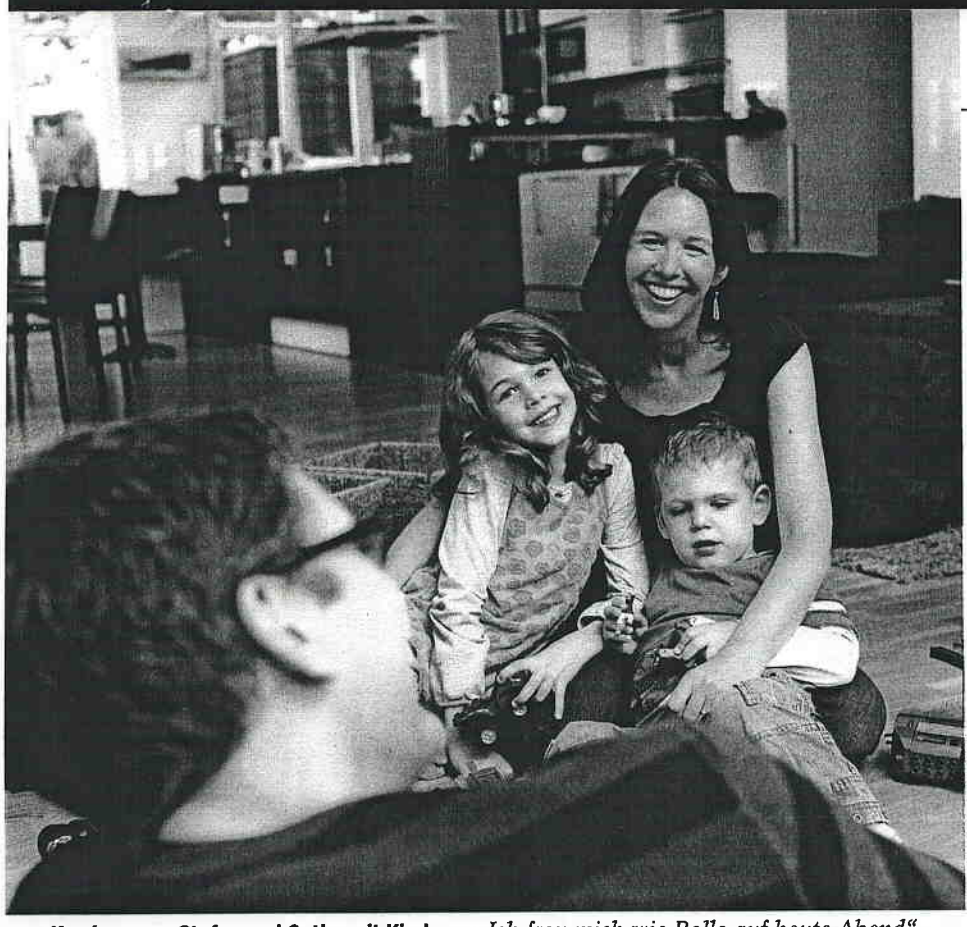
Nur: Die Chance, dieses Gefühl dauerhaft zu erleben, schwindet. Es steht schlecht ums gemeinsame Lebenslang – jedenfalls wenn man sich die Institution ansieht, mit der Paare gewöhnlich ihr Glück zu garantieren trachten: die Ehe.

Innovationsmanager, 48
Buchhändlerin, 35

Hausfrau, 50
Croupier, 53

Künstlerin, 45
Berufsschullehrerin, 43

FOTOS: NADINE PREISS UND DAMIAN ZIMMERMANN



ARNE WEYCHARDT / DER SPIEGEL

Karrierepaar Stefan und Cathy mit Kindern: *„Ich freu mich wie Bolle auf heute Abend"*

Überall auf der Welt sind die Menschen weniger glücklich mit ihrem Lebensbund als früher, überall steigen die Scheidungsquoten. In Deutschland lassen sich jedes Jahr fast 190 000 Paare scheiden. Durchschnittlich gehen etwa vier von zehn Ehen kaputt.

Zwar leben dafür zunehmend Leute ohne Trauschein zusammen – in Deutschland stieg die Zahl nichtehelicher Lebensgemeinschaften in zwölf Jahren um 40 Prozent. Diese WGs sind allerdings fragil, selbst wenn die Partner später doch noch heiraten. Nur acht von zehn solcher Lebensgemeinschaften überstehen zwei Jahre, während das fast alle Verheirateten hinbekommen. Noch leichter zerfetzt es die sogenannten LAT-Paare („Living apart together"), die in verschiedenen Wohnungen hausen, sei es aus beruflichen Gründen, sei es, weil sie es so wollen. Nicht einmal die Hälfte solcher Gespanne erträgt einander länger als zwei Jahre.

Für Käthe, 50, und Herrmann, 48, kam eine räumliche Trennung nie in Frage. Sie sitzen am zugerümpelten Tisch in einem alten Gemäuer in der mittelfränkischen Provinz, das sie von Grund auf restaurieren. Ein Wahnsinnsprojekt. Sie rauchen, lachen, nippen an ihrem Kaffeebecher und können stundenlang erzählen, wie sie sich kennengelernt haben, wie schön es miteinander war in all den 26 Jahren, warum sie zusammenbleiben wollen.

„Es kann keine Bessere geben", sagt Herrmann über Käthe. Herrmann, runde Brille, grauer Schnauzbart, ist grundentspannt, der Typ, der immer einen Witz auf den Lippen hat. Wenn er nicht Mörtel rührt oder Drempel mauert, ist er Insolvenzberater. Bei großen Firmenpleiten wird er gerufen (deswegen will er auf den Fotos nicht erkennbar sein).

Käthe, kurzes Weißhaar, Silberohrringe, trägt ein Shirt mit dem Aufdruck „Women at Work". Sie ist Dekorateurin, was sie in dem alten Haus noch nicht richtig ausleben kann – es braucht viel Phantasie, sich an der rohen Wand den antiken Vertiko vorzustellen, den Käthe für diesen Platz vorgesehen hat. Über Herrmann sagt sie: „Ich liebe seine innere Ruhe, mit der er's immer schafft, mich runterzuholen, wenn ich mal wieder wegen irgendwas kurz vorm Herzinfarkt stehe."

Sie erzählen und erzählen. Nur: Das Wort „Liebe" kommt in ihrer Lebensgeschichte nicht vor. Sie streiten sogar ab, dass sie verliebt waren, damals, als Herrmann Käthe fragte: „Willst du mit mir gehen?"

Wie geht das, mit jemandem zusammen sein zu wollen ohne den Rausch, das schwindlige Sausen im Bauch? „Ach, mit dem Kerl haste viel Spaß, fand ich damals", berichtet Käthe. Und Herrmann: „Ich hab gemerkt, dass ich mich in ihrer Gesellschaft wohl fühle." Und dann? „Na ja, der Rest hat sich ergeben", sagt Herrmann ganz ernst, guckt Käthe an und lacht los, weil ihm klar ist, wie schnöde das gerade geklungen hat. Aber Käthe ist ähnlich unromantisch. „Du warst auch nicht mein Märchenprinz", sagt sie.

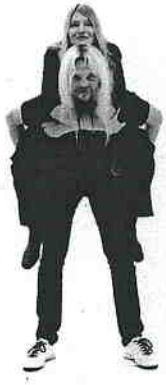
Wahrscheinlich war das ganz gut so.

Amefi sei nämlich das Hauptproblem der Paare, sagt der Hamburger Paarberater Michael Mary. Amefi, so lautet seine Formel für die denkbar ungünstigste Erwartung an die Liebe, die Chiffre steht für: „Alles mit einem für immer". Gemeint ist die ebenso naive wie weitverbreitete Idee, das Leben zu zweit müsse einer XXL-Romanze gleichen, die bis ans Lebensende stark bleibt und schön.

In der Geschichte der Menschheit ist das eine junge Idee. Das Ideal der romantischen Liebe – zwei sensible Herzen finden zusammen, weil sie füreinander geschaffen sind – erblühte erst vor 250 Jahren. Im Mittelalter gab es zwar die hohe Minne, aber sie besang schwärmerisch eine Frau höheren Ranges, da war nix mit Liebe. Auch später ging es streng ökonomisch zu; bis zur Inzucht heiratete Hochadel Hochadel, Bürgerkind Bürgerkind und die Bauerstochter den Erben des Nachbarhofs.

Erst das Liebesideal ermöglichte Verbindungen über Standesgrenzen hinweg: Sekretärin/Chef, Krankenschwester/Arzt, und später ging sogar was zwischen Upperclass-Lady und Dorfbub – wie bei Maria Shriver und Arnold Schwarzenegger. Kann funktionieren, muss aber nicht. Solche romantischen Beziehungen, zeigte der Bielefelder Soziologe Niklas Luhmann, haben sich erst im 20. Jahrhundert

Büroangestellte, 35
Controller, 44



Musikjournalist, 36
Psychologin, 39

Das Paare-Projekt

Wie lange die wohl schon zusammen sind? Ob die sich noch lieben? Antworten auf solche Fragen muss der Betrachter der „Menschenbilder" von Nadine Preiß und Damian Zimmermann sich selbst zusammenphantasieren. Mehr als den Beruf und das Alter ihrer – zufällig auf der Straße angesprochenen – Protagonisten geben die beiden Fotografen nicht preis. Noch ist das Projekt nicht abgeschlossen; am Ende sollen mehr als 200 Paare aus dem ganzen Land deutsche Lebensrealität widerspiegeln – „eine Art fotografische Sozialstudie", sagt Preiß. Sie und Zimmermann sind selbst ein Paar.

in den westlichen Gesellschaften als Standardmodell durchgesetzt.

Seitdem wirbelt die Popkultur die passenden Bilder, Töne und Texte in die Köpfe schon jugendlicher Liebesnovizen – ein Weltpanoptikum an Liebeskitsch befeuert den Amefi-Traum. Da umschlingt sich, in Schwarzweiß, das Pärchen von Robert Doisneau vorm Café in Paris, da küssen sich Scarlett und Rhett, später JuliaRobertsHughGrantMegRyanTomHanks und immer wieder Kate Winslet und Leonardo DiCaprio an Deck der „Titanic". Dazu erklingen Songfetzen sämtlicher Musikrichtungen, schmachten von Love Forever und Schmetterlingen im Bauch.

„Es gibt eine immer größere Diskrepanz zwischen dem Ideal der Liebe und ihrer Realität", sagt Cornelia Koppetsch, Soziologin an der TU Darmstadt. Je weiter Traum und Wirklichkeit auseinanderdriften, desto wahrscheinlicher folgt die Trennung. Denn: „Man gibt eher die Paarbeziehung auf als das Ideal."

„Die Ehe war zum jrößten Teile vabrühte Milch un Langeweile", dichtete schon Kurt Tucholsky. „Und darum wird beim happy end im Film jewöhnlich abjeblendt."

Meistens sind es die Frauen, die den Anstoß für die Trennung geben. Auch die Pairfam-Studie bestätigt es jetzt: Frauen sind weniger gewillt als Männer, eine Partnerschaft trotz vieler Probleme und Konflikte aufrechtzuerhalten. „Es fängt schon damit an, dass sie diese in der Regel früher wahrnehmen und sie ansprechen", erklärt Julia Peirano, Psychotherapeutin in Hamburg und Mitautorin eines Buchs über den „geheimen Code der Liebe". „Wenn sie dann merken, dass die Probleme nicht lösbar sind, sind sie auch eher diejenigen, die die Entscheidung zu einer Trennung fällen."

Hinzu kommt: „Frauen haben nicht so viel zu verlieren", sagt Christian Thiel, Single-Berater in Berlin. „Zerbricht die Beziehung, holen sie sich ihre Dosis Liebe und Nähe eben von ihren Eltern, Geschwistern und Freundinnen."

Über solch ein Netz verfügten ihre Partner eher nicht. Tatsächlich haben zwei Drittel der deutschen Männer keine Freunde, denen sie sich anvertrauen, hat der Berliner Psychotherapeut Wolfgang Krüger in zwei Umfragen erhoben. „Meine jahrelangen Erkenntnisse in der Therapie zeigen, dass Männer meist in erschreckender Weise von Frauen abhängig sind", sagt Krüger. Entsprechend litten sie, analysiert die Pairfam-Forscherin Walper, „auch deutlich mehr unter der Trennung".

Bei Paartherapeut Thiel sitzen sie dann, die unglücklichen Singles, und wollen wissen, wie sie's beim nächsten Mal richtig machen. „Genau gucken", rät er ihnen. „Lange gucken und gut kennenlernen, bevor man ins Bett hüpft." Denn beim Sex springt das Verliebtheitssystem an und gaukelt große Liebe vor, verblendet den Blick auf das, was wirklich zählt. Dabei kann schon die Partnerwahl über Wohl und Wehe einer Beziehung entscheiden.

Was wirklich zählt: Ähnlichkeit. Auf der Suche danach, wie glückliche Paare ticken, hat die Soziologin Gabriela Schmid-Kloss Paare befragt, die seit mindestens 35 Jahren zusammenleben. Die zufriedenen Alten teilten die gleichen Wertvorstellungen. Sie wählten sogar meist dieselbe Partei. Dies ist nicht nur ein Effekt lange währender Symbiose wie bei Herr und Hund. Die sogenannte Homogamie, fanden die Forscher, ist von Anfang an bedeutend.

Deswegen wurde es nichts, als sich Alexandra, eine junge Frau mit adligem Nachnamen, Abitur und guter Ausbildung, in Rolf, einen Künstler mit Dreadlocks und Aussteigerphantasien, verliebte. „Ich wollte die zerrissene Jeans und hab einen Lodenmantel bekommen", erzählt sie heute. Der „Lodenmantel" ist ein Baron, Jäger und seit zwölf Jahren ihr Ehemann. Das passt.

Zwar mag die Partylöwin den stillen Computer-Geek faszinieren. Aber nach zwei, drei Jahren wird ihm ihr lautes Gequatsche, die permanente Selbstinszenierung waaahnsinnig auf die Nerven gehen. Eine Frau, die Geld primär als Tauschobjekt für Lebensgenuss betrachtet, wird

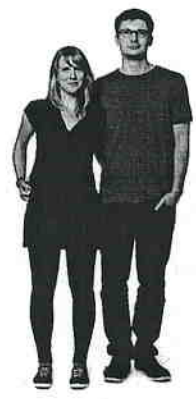
ROBERT DOISNEAU / GAMMA-RAPHO / LAIF

Doisneau-Fotografie „Kuss am Rathaus", 1950

Verliebt?

Wie dieser Mann die Frau packt und küsst – welch Wonne, Leidenschaft! Die Fotografie der Liebe lebt von der ihr gewöhnlich zuerkannten Authentizität. Hier zu Unrecht: Der Fotograf Robert Doisneau hatte die Umarmung vorm Café mit zwei Schauspielschülern inszeniert.

Bankkauffrau, 60
Diplomingenieur, 56



Mediendesignerin, 29
Mediendesigner, 24

Geschäftsführer, 41
Business Analyst, 38

auf Dauer nicht glücklich mit einem asketischen Knicker. Der Freiheitsfan sollte die Klette meiden.

Thiel kennt ein hübsches Beispiel aus seiner Beraterpraxis. „Da gab es so einen moderat zwanghaften Mann, der den Regenschirm mitnimmt, wenn nur ein einziges Wölkchen am Himmel schwebt", berichtet Thiel. „80 bis 90 Prozent der Frauen verdrehen da die Augen. Aber er fand eine neue Partnerin. Sie sortiert ihre Bücher nach Farben und Größen. Die haben eine echt gute Chance."

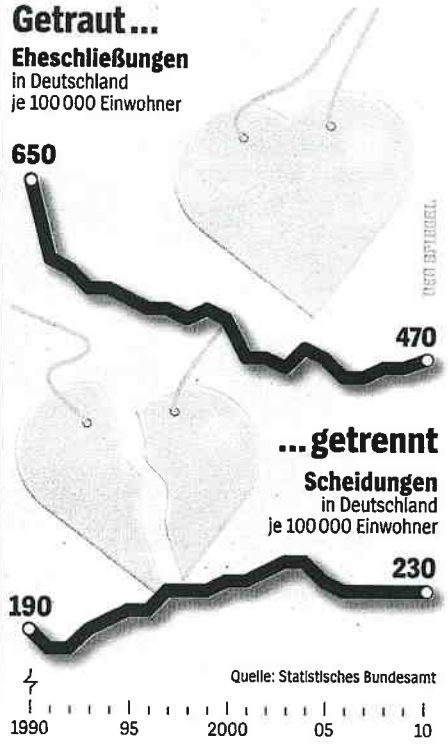
Wenn man die mittelfränkische Baustellen-Liebe befragt, etwa Herrmann, was er an Käthe so schätzt, überlegt er für eine Weile und sagt dann etwas Unerwartetes: „Ich bin ja so der Typ, der auch mal abends mit 'nem Maserati heimkommt ..."

Käthe: „Ein schönes Auto war das!" Sie lacht. Herrmann: „Jemand, der die ganzen Dummheiten, die ich so im Kopf hab, mitmacht, der hat bei mir 'ne ganze Menge gut."

Er ist der hauptamtliche Familienanarchist, hat die beiden inzwischen 19 und 20 Jahre alten Töchter lange vor dem Führerschein ans Steuer seines Autos gelassen, ihnen den Sinn von Verboten nahegebracht („Sind zum Übertreten da"), und in Phasen der Langeweile stachelten die Kinder ihn immer an: „Papa, mach, dass die Luft brennt!" Käthe liebt das. „Ich bin ja eher so ein Beamtentöchterchen, das sich an Regeln hält."

Und die Ähnlichkeit? „Wir sind wesensunterschiedlich", sagt Herrmann, „und haben doch so viel gemeinsam." Das alte Bauernhaus zum Beispiel, an dem sie seit acht Jahren schuften, sich in neue Handwerksformen einarbeiten. Herrmann biegt Stahl für Treppenkonstruktionen, Käthe legt Fundamente, schreinert Einbauschränke und ist immer noch gerührt, dass Herrmann ihr zum Geburtstag einen Bossierhammer geschenkt hat, fürs Zusammenklöppeln der Steine in der Trockenmauer.

Es kommt wohl drauf an, wie ähnlich sich Paare *erleben*. Und was sie tun, um diese Gemeinsamkeit herzustellen.



Schon lange ist bekannt, dass Heiraten an sich, das Bekenntnis zu einer gemeinsamen Zukunft, die Trennung schwerer macht. Genauso übrigens wie die Präsenz von Kindern und Wohneigentum. Aber das kann viele Gründe haben. Die Ökonomen sehen den Aufwand, den Paare treiben, um zu heiraten und zusammenzubleiben, als Investment. Wer viel für eine Aktie zahlt, stößt sie nicht beim ersten Börsenhicker wieder ab.

Um herauszubekommen, ob nur solche Trennungshindernisse oder ganz andere Faktoren starke Paare zusammenhalten, hat Franziska Schmahl, Walpers Mitarbeiterin, aus den Pairfam-Daten diejenigen Leute herausgesiebt, deren Beziehung im Jahr zuvor zu kippen schien, die sich aber inzwischen, zum Zeitpunkt der zweiten Befragungswelle, berappelt hatten. Die Beziehung war wieder stabil.

Paare, die eine Krise gemeistert haben, sind für die Wissenschaftler der Schlüssel. Sie müssen über irgendeine innere Heilkraft verfügen, die gesuchte Resilienz, mit der sie die kränkelnde Liebe wieder erquicken konnten.

Vorläufiges Ergebnis der Pairfam-Studie: Es scheint vor allem der Glaube ans Beisammenbleiben zu sein, der den Paaren neuen Liebeswillen einhaucht. „Zukunftsorientierung" heißt das im Forschersprech. „Sie scheint eine sehr wichtige Rolle zu spielen", sagt Walper.

Carsten wollte Géraldine für immer, sie ihn eigentlich auch. Jeden Brösel aus den Farbschichten, mit denen der Stuck in ihrer neuen Wohnung zugekleistert war, hatten die beiden kurz vor der Geburt ihres ersten Kindes für den jeweils anderen, für die Familie, für immer aus den Reliefs gekratzt.

Géraldine dachte da noch, dass man sich das Glück wie aus dem Baukasten zusammenstapeln kann: liebevoller Mann, glückliche Kinder, Topjob, Beletage im Hamburger Vorortidyll. Die gebürtige Französin bekam alles, was sie haben wollte; aber dass man es auch leben muss, das Glück, und stets neu erfinden, hatte sie sich nicht klargemacht.

Als Géraldine sich nach der Geburt des zweiten Kindes plötzlich überhaupt nicht mehr für Carsten interessierte, dachte der, das gehe vorbei. Als sie sich in einen jüngeren Kollegen verliebte und mit dem Kerl auch noch an die Nordsee fuhr, winkte Carsten ihr sogar nach. Er dachte: Sie braucht das jetzt. Er dachte: Alles kann noch gut werden.

„Das war schon extrem verletzend", sagt Carsten heute, ein hochgewachsener, kräftiger 40-Jähriger mit einem so grundfreundlichen Gesicht, dass man ihn sich nicht wütend vorstellen kann. Typ Bär. Er sitzt an dem langen Holztisch, an dem er und die gleichaltrige Géraldine früher so oft mit Gästen gegessen und gefeiert haben. Nun sind sie geschieden, Géraldine ist ausgezogen, und die Kinder pendeln zwischen den Haushalten.

Carsten wischt unsichtbare Krümel vom Tisch. Sein Blick schweift durchs Wohnzimmer, über das Parkett, den Vanilleton der Wände. „Mir kommt es so vor", sagt er, „als hätte sie hier alles mitgenommen. Dabei war es nur das Sofa."

Géraldine, erzählt Carsten, habe ihm damals gesagt, dass sie Zeit brauche, um sich über ihre Gefühle klarzuwerden. „Ich habe dann 80 Prozent der Hausarbeit übernommen, damit sie den Kopf frei hatte. Und ich habe vier Jahre lang gewartet." Zwischendurch sah Carsten Hoffnungsschimmer: einen Urlaub, in dem sie sich wieder ganz gut verstanden. Géraldines Plan, ein Ferienhaus zu kaufen. „Aber in Wahrheit hat sie einfach so weitergelebt. An unserer Beziehung hat sie jedenfalls nicht gearbeitet." Und all die

Müllwerker, 25
Verkäuferin, 25

Sozialpädagogin i. R., 74
Kaufmann i. R., 73

Heilpädagogin, 38
Unternehmensberater, 32

FOTOS: NADINE PREISS UND DAMIAN ZIMMERMANN

Jahre lebten die beiden wie Brüderchen und Schwesterchen.

Sex – eines der schwierigsten Themen überhaupt in der Paarforschung. Viele Befragte lügen, wenn es darum geht. Sexmuffel wollen nicht als Sexmuffel dastehen, Fremdgänger nicht als Fremdgänger. Deswegen lassen die Leute von Pairfam ihre Studienteilnehmer allein mit dem Computer, wenn es an diese intimen Fragen geht. Falls alle ehrlich waren, sind Deutschlands Männer deutlich weniger zufrieden mit dem Liebesleben als ihre Partnerinnen.

„Mit dem Sex ist es wie mit einem Sternemenü", sagt Käthe und schiebt, ein bisschen verlegen, ihren Kaffeebecher auf dem Baustellen-Picknicktisch hin und her. „Toll, wenn man's hat. Aber man muss es auch nicht immer haben." Ihr Blick fliegt rüber zu Herrmann, der neben ihr sitzt, kurz tätschelt sie ihm das Knie. Eine kleine Entschuldigung. Er sagt nichts dazu.

Viele Frauen sähen das so wie Käthe, bestätigt Julia Peirano, das höre sie häufig in ihrer Praxis: „Die verschiedenen Anforderungen von Beruf, Kindererziehung, Haushalt und sozialem Netz überfordern viele Frauen", sagt die Therapeutin. „Nach so einem Hektiktag zwischen Schreibtisch, Kita und Supermarkt haben sie ein großes Bedürfnis nach Rückzug und Ruhe."

Es scheint, als zwinge Stress Deutschlands berufstätige Eltern allabendlich in die Löffelchenstellung.

Mit Sicherheit spielt auch das Schönheitsdiktat, dem sich Frauen unterwerfen, eine Rolle für die Häufigkeit des Beischlafs. Sie finden sich mit Schwabbelschenkeln grässlich unsexy, während der Trieb der Männer, so berichten zumindest viele Frauen, sich vom eigenen klatschenden Bauchspeck weniger hemmen lässt. Tatsächlich erleben Frauen, die ihre Figur nicht mögen, die körperliche Liebe laut einer Studie häufig als unbefriedigend, und sie geben zu, vor den Avancen ihres Partners zu flüchten.

Und dennoch – eine frischverliebte 60-Jährige hat öfter Sex als ihre Tochter, die seit 15 Jahren verheiratet ist. Die Ehe, stellte schon Gottfried Benn fest, sei „eine Institution zur Lähmung des Geschlechtstriebs". Nach langen gemeinsamen Jahren erstirbt offenbar die Lust auf das bis zum letzten Leberfleck kartierte erotische Terrain des anderen Körpers, auch bei Männern.

Dieses Phänomen trägt den Namen „Coolidge-Effekt". Er beruht auf einer hübschen Anekdote. Calvin Coolidge, in den zwanziger Jahren Präsident der Vereinigten Staaten, besuchte mit seiner Frau eine Farm. Grace Coolidge sah einen Hahn beim Besteigen einer Henne, und man erklärte ihr, dass das Tier sich den Spaß bis zu zwölfmal am Tag gönne. „Sagen Sie das meinem Mann", bat Frau Coolidge. Die Botschaft wurde ausgerichtet, prompt erkundigte sich der Präsident, ob der Hahn immer dieselbe Henne besteige. Nein, lautete die Antwort. Coolidge: „Sagen Sie das meiner Frau."

Die Frage ist: Welchen Anteil hat der Sex am Beziehungsglück?

Einen kleineren, als alle immer denken. „Die sexuelle Zufriedenheit scheint kein relevanter Faktor dafür zu sein, ob sich die Beziehung stabilisiert", sagt Pairfam-Forscherin Schmahl. Offenbar, so die Erkenntnis der Psychologen, wird das Liebesspiel als Jungbrunnen der Partnerschaft überbewertet. Das zeigt sich bei den Antworten jener Paare, mit deren Beziehung es in der ersten Befragungswelle nicht zum Besten stand, die sich ein Jahr später aber wieder vertragen hatten. Zwar geht es ihnen im Bett besser als den Leuten, die gleichbleibend unglücklich miteinander waren. Aber der wildere Sex ist wohl Folge, nicht Ursache des neuen Honeymoon.

Allerdings neigen unzufriedene Partner, wenig überraschend, eher zum Seitensprung. Fast 4 von 100 Pairfam-Befragten gaben zu, in ihrer aktuellen Beziehung fremdgegangen zu sein. Männer wie Frauen erliegen der aushäusigen Verführung, „die Untreue ist anscheinend kein männliches Exklusivrecht mehr", sagt

JEFF KOONS

Koons-Plastik „Dirty – Jeff On Top", 1991

Verführt

Die schönen Künste haben viele Möglichkeiten, die Liebe in ihren Tiefen und unzähligen Dimensionen auszuloten. Womöglich hat der amerikanische Objektkünstler Jeff Koons genau dies getan, als er sich selbst als lebensgroße Plastik schuf, beim Sex mit seiner damaligen Ehefrau der ungarisch-italienischen Pornodarstellerin und Politikerin Ilona Staller alias Cicciolina.

Psychologin, 63
Redakteur, 60

Umweltingenieurin, 31
Diplomingenieur, 29

Praxismanagerin, 45
Zahnarzt, 48

Walper. Auch die Frauen, zunehmend wirtschaftlich unabhängig, vergnügen sich gern in fremden Betten.

Carsten verzieh Géraldine zwar ihr Nordsee-Wochenende, aber danach war das Vertrauen dahin. Als sie sich wenig später in einen anderen Mann verknallte, beruhigte es Carsten auch nicht, dass der sich als schwul herausstellte. Géraldine kümmerte das nämlich nicht, sie verreiste mit dem Kerl, führte ein Parallelleben. „Inzwischen war ich so verletzt, dass ich auch nicht mehr bereit war zu kämpfen", sagt Carsten.

„Ich habe meine Grenzen bei ihm getestet", sagt Géraldine, „aber es gab gar keine." Für sie ist Carsten immer noch und vor allem „ein guter Vater, aber kein Partner auf Augenhöhe". Sie weiß, es klingt vernichtend, aber sie sagt es trotzdem, in ihrem exakten Deutsch, sie will ehrlich sein: „Als die Kinder dann geboren waren, hat er für mich als Seelenheimat, als Geliebter keine Rolle mehr gespielt." Im Rückblick, sagt sie, „war es vielleicht ein Fehler, dass wir uns nicht, wie ein Paar aus unserer Nachbarschaft, einmal in der Woche einen Babysitter genommen haben, um gemeinsam etwas zu unternehmen".

Kinder sind ein Liebeskiller. In sämtlichen Studien sackt die Zufriedenheit mit der Beziehung in ungeahnte Tiefen, sobald der erste Sprössling aus der Zweier- eine Dreierkiste macht.

Auch Herrmann musste sich daran gewöhnen, „dass man eine ganze Zeitlang nach den Kindern kommt". Er konnte diese Fixierung aber verstehen: „Ich hab das ja selber erlebt." Beim ersten Kind arbeitete Käthe nämlich bis zum Geburtstermin – und dann gleich weiter, ohne Pause. Herrmann, damals noch Student, blieb mit der Kleinen fast zwei Jahre zu Hause, erst nach der Geburt der zweiten Tochter, als er seinen ersten Job antrat, vollzogen die beiden den Rollentausch.

Cathy und Stefan dachten beide im Traum nicht daran, zurückzustecken im Job. Ein Powerpaar. Stefan ist 41 und in der Führungsriege eines großen norddeutschen Unternehmens gelandet (deswegen will auch er sein Privatleben nicht mit Foto für alle erkennbar machen). Mit Anzug, akkuratem Haarschnitt und feinem Leder an den Füßen gibt er das Bild des Topmanagers. Seine Welt ist die der Meetings, BlackBerrys und Powerpoint-Präsentationen.

Cathy ist Irin, drei Jahre jünger und mindestens zwei Köpfe kleiner als Stefan. Als Vorstandsmitglied der Hamburger Kommunikationsberatung English Business, die sie mitgegründet hat, beschäftigt sie 16 Angestellte und 80 freie Trainer und Übersetzer.

Seit elf Jahren sind Cathy und Stefan ein Paar, und natürlich wollen sie für immer zusammenbleiben. Dafür müssen sie allerdings noch die Zeit im Auge des Sturms überstehen, die gefährlichste Phase für Paare: Ihre beiden Kinder Keira und Conor sind sechs und zwei Jahre alt,

„Eine glückliche Ehe ist die Union zweier Menschen, die gut im Vergeben sind."

ihr Job beansprucht Stefan und Cathy oft bis in die Nacht hinein.

Es ist 7.20 Uhr, die Kaffeemaschine surrt und spratzt Espresso mit feiner Crema in die Tasse. Conor rollt das Tischset zu einer Wurst. „Leg das hin!", sagt Stefan. Und zu Cathy: „Mein letztes Meeting ist um fünf, ich müsste also um acht durch sein." Cathy nickt, lächelt, löffelt ihre Dinkel-Flakes und überlegt laut, ob sie Keira Schwimmzeug oder Ballettsachen mitgeben muss, dann fällt ihr ein, dass das Auto dringend in die Werkstatt gebracht werden muss, weil es schon seit Monaten keinen TÜV mehr hat.

Conor kippt sein Porridge aus. „Hose nass!", lispelt er. Stefan springt auf und wischt. „Also ich bin kein Schwein", bemerkt Keira spitz. Cathy erinnert Stefan, dass sie eine Einkaufsliste fürs Wochenende mit den Freunden im Ferienhaus am Warder See gestartet hat. „Würdest du's schaffen, Wein zu kaufen?" Keira singt, Conor schmeißt sein Schälchen Richtung Stefan. „Du frecher Kerl!", ruft der, und Cathy: „Entschuldige dich bei Daddy!"

So oder so ähnlich geht es jeden Morgen zu und jeden Abend, dazwischen müssen Cathy und Stefan in ihrem Job funktionieren. Wie schaffen die das bloß?

Cathy freut sich „wie Bolle auf heute Abend". Denn es ist Mittwoch, und da treffen sich Stefan und Cathy, das gehört zu ihrem Liebesprogramm, in einem Restaurant oder zum Kino. Um die Kleinen kümmert sich die Tagesmutter. „Damit haben wir schon angefangen, als Keira noch ganz klein war", erklärt Cathy. „Den Mittwoch lassen wir nicht ausfallen, außer für extrem wichtige Meetings."

Auch sonst ist das Leben der beiden penibel durchgetaktet: Montags ist Stefans Kinderabend, da kommt er so zeitig nach Hause, dass er Keira und Conor ins Bett bringen kann, während Cathy länger arbeitet und dann zum Sport geht. Dienstags läuft es genau andersherum. Donnerstagabends kümmert sich Cathy um die Kleinen, arbeitet noch ein bisschen von zu Hause aus. Freitags hat sie theoretisch frei und kauft ein, setzt sich aber trotzdem häufig an den heimischen Schreibtisch. Stefan kommt wieder „früh", wie er es nennt, um sieben nach Hause.

An einem der beiden Wochenendtage treffen sie sich mit Freunden, der jeweils andere Tag ist reserviert für die Familie. Und jeder der beiden geht einmal in der Woche morgens um 6.15 Uhr schwimmen. „Auch wenn das alles stressig ist", sagt Cathy, „ich bin zufrieden."

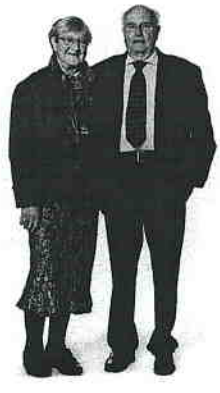
Stefan ist stolz darauf, dass sie ihren Alltag so gut hinkriegen. Cathy ist stolz darauf, dass er der einzige Manager in der Führungsspitze seiner Firma ist, dessen Frau eine eigene Karriere hat. So lässt Stress sich umwidmen: zum Powerpaar-Beziehungsstabilisator.

Auto zum TÜV, Wein einkaufen, den Liebsten treffen – das romantische Rendezvous als Pflichtpunkt auf der To-do-Liste? Manchen mag das befremden, aber die Forschung bestätigt Cathys und Stefans Primat des heiligen Abends zu zweit. Zeit miteinander zu verbringen – ohne Kinder, ohne Freunde – senkt das Scheidungsrisiko. Und hat noch einen Nebeneffekt: Wer würde so einen hart erkämpften und daher kostbaren Abend mit Streiten verbringen wollen?

„Mit mir kann man sich nicht streiten", behauptet Herrmann, der Mittelfranke. Erst nach langem Nachdenken fällt ihm die letzte Auseinandersetzung mit Käthe ein. Über Guttenbergs zusammengeschusterte Doktorarbeit hatten sie sich in die Wolle gekriegt, Käthe verteidigte den Freiherrn, Herrmann fand das empörend. „Aber irgendwann hab ich gemerkt", sagt er, „dass es, wenn ich jetzt noch einen Ton

Grafikdesignerin, 31
Grafikdesignerin, 31

Volontärin, 30
Fotograf, 37



Buchbinderin i. R., 81
Hafenarbeiter i. R., 83

FOTOS: NADINE PREISS UND DAMIAN ZIMMERMANN

sage, ernst wird. Da war ich ruhig. Wegen so 'nem Scheiß streite ich doch nicht."

Das Einzige, was die beiden nicht gut miteinander können: beim Restaurieren an derselben Sache werkeln. Käthe: „Er weiß alles besser, das ertrag ich nicht." Also beschäftigt sich jeder mit seinem Projekt, Käthe verwandelt die Ödnis hinterm Haus in einen Garten mit Schwimmteich, Herrmann baut im Dachgeschoss.

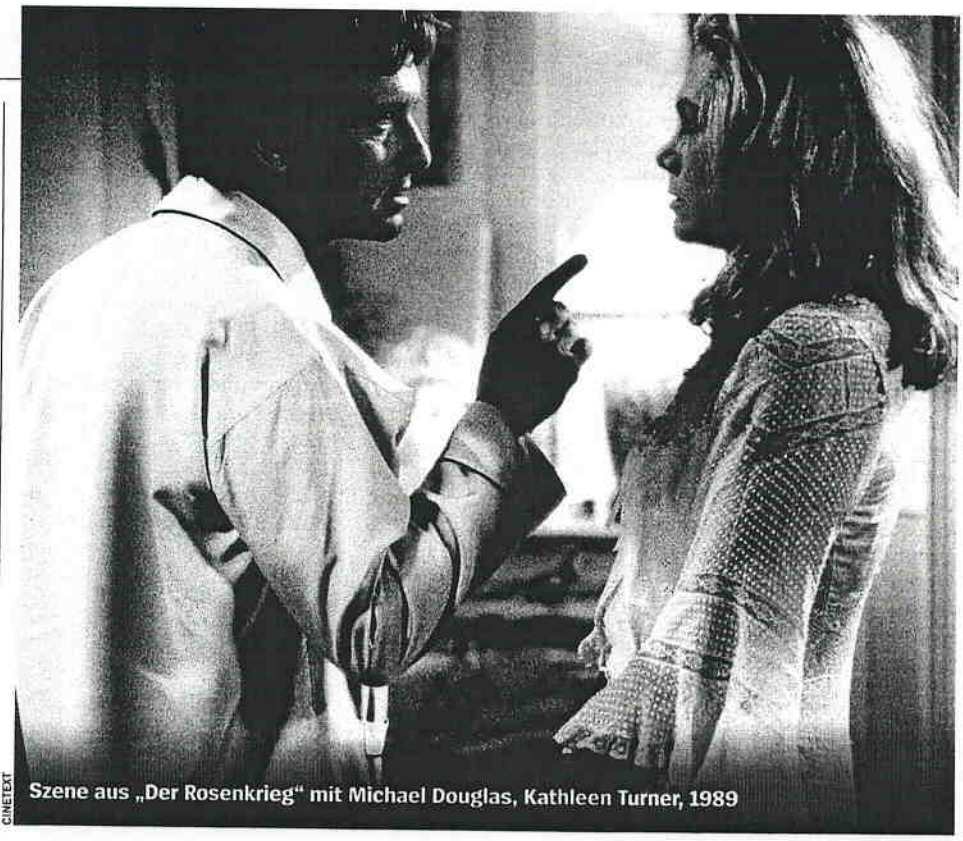
Als hätten die beiden ein Lehrbuch gelesen. John Gottman, amerikanischer Pionier der neueren Paarforschung, hat schon früh herausgefunden, dass Streiten niemals konstruktiv sein kann. Er begab sich in den neunziger Jahren tief in den Beziehungssumpf, 900 Paare zankten sich in seinem Labor. Gottman hat sie dabei gefilmt, beobachtet, physiologisch vermessen. Schnell war klar: Der Puls schnellt hoch auf 90, 95, der Blutdruck steigt, Stress verdunkelt das Hirn – Ratio ade. Am Ende waren die Kombattanten kein Stück vorangekommen. Das alte Spiel.

Wenn sich nicht der Achtziger-Jahre-Mythos des Wir-müssen-das-Ausdiskutieren so hartnäckig hielte, würden wohl mehr Liebende Herrmanns und Käthes Prämisse folgen: Streit vermeiden, Kritik einstellen.

Es hilft ungemein, den Mund zu halten, wenn die Liebste ihre Sandalen nicht ins Schuhregal räumt. Einen Stein schief in die Trockenmauer klopft. Wenn der Liebste dem Sechsjährigen tumbe Computerspiele beibringt. Es hilft, die vier „apokalyptischen Reiter" zu vermeiden, die Gottman identifiziert hat: Charakterkritik, ständige Rechtfertigung, Mauern, Geringschätzung. Sie seien, sagt der Psychologe, „die sichersten Vorboten einer Trennung". Vollends tödlich sei die Geringschätzung: „Wenn Sie zum Ausdruck bringen, dass Sie von Ihrer Partnerin angewidert sind, können Sie keinen Konflikt lösen."

Auch Beziehungsgespräche sind die Pest. Männer hassen das, hat Terri Orbuch von der Oakland University nachgewiesen, die zu jenen Psychologen gehört, die nach dem Geheimnis glücklicher Paare suchen. Käthe hat früh gelernt, dass man nicht dauernd reden muss: „Anfangs wollte ich immer hören, dass ich hübsch bin und er mich liebt." Irgendwann hat Herrmann dann genervt zu ihr gesagt: „Wenn ich nicht mit dir zusammen sein wollte, wär ich's nicht." Sie hat die Botschaft verstanden.

Klein beizugeben ist aber auch keine Lösung, sich wegzuducken vor den Konflikten macht unglücklich. Trotzdem tun es viele. So kitten sie die Ehe, töten aber die Liebe. Erschreckenderweise hängen nämlich, das hat die erste Pairfam-Befragung ergeben, Paarzufriedenheit und Partnerschaftsstabilität nur lose zusammen. Will heißen: Eine Menge Leute trennen sich nicht, obwohl es ihnen dreckig geht in der Beziehung.



CINETEXT

Szene aus „Der Rosenkrieg" mit Michael Douglas, Kathleen Turner, 1989

Verhasst

Nur wenige Filme widmen sich der Liebe, die ewig hält – ein langes, gemeinsames Leben mi all seinen Hürden lässt sich nur schwer in 90 Minuten inszenieren. Und: Der Ehekrieg gibt deutlich mehr Dramatik her. Wo hassen sich Mann und Frau inbrünstiger als im „Rosenkrieg'

Weil sich auch bei einem jungen Superpaar Elementares nicht totschweigen lässt, hat Cathy nach Keiras Geburt immer wieder das Thema „zweites Kind" aufgebracht, obwohl sie wusste, dass Stefan dagegen war. Sie versuchte, gute Argumente zu finden – er machte eines nach dem anderen platt. Für Cathy brach die Welt zusammen, sie war todtraurig, da sagte Stefan: „Hör doch auf mit diesen blöden Scheinargumenten. Wenn es so ist, sag einfach ehrlich, dass du es dir wahnsinnig wünschst."

Conor ist das Ergebnis dieses Disputs.

Im Psychologensprech beherrscht Stefan einen „funktionalen Kommunikationsstil". Männer und Frauen, die Konflikte so angehen, finden ihre Beziehung zwar zunächst unbefriedigender als die Feiglinge, die Blümchen um ihre Sprechblasen garnieren, nur um die Ehe zu retten. Drei Jahre später befragt, sind sie aber messbar glücklicher – bei den Wegduckern blieb alles beim Alten.

Zufriedene Paare, das stellte John Gottman schon fest, lösen Spannungen mit Humor, Zuneigung und Respekt. Den gelegentlichen Seitenhieb, der ihnen während eines Disputs herausrutscht, gleichen sie aus mit mindestens fünf Freundlichkeiten. Das Problem, an dem sich der Streit entzündete, lösen sie so allerdings nicht unbedingt. Na und?, fragt der Psychologe Arnold Retzer, Gründer und Lei-

Bauzeichner, 35
Friseurmeisterin, 30

Buchhalterin i. R., 72
Schreinermeister, 78

Tanzlehrerin, 40
Handelsvertreter, 47

ter des Systemischen Instituts Heidelberg. Probleme seien wie andauerndes Regenwetter, meint er, da könne man Sonnentänze vollführen, Tieropfer bringen, beten – nützt alles nichts. Die Zeit lasse sich besser nutzen: um Regenkleidung zu besorgen. Oder in den Süden zu fliegen.

„Es kommt also letztlich nicht darauf an", schließt Retzer, „sich zu vertragen, das heißt, Probleme zu lösen, sondern darauf, sich zu ertragen."

Ist die Glücksformel nicht so schon ziemlich perfekt? Einen ähnlich denkenden Partner suchen, heiraten, keine Kinder kriegen, und wenn doch, regelmäßig Zeit zu zweit verbringen, an die gemeinsame Zukunft glauben, Streit und Kritik vermeiden, Sex nicht so wichtig nehmen, freundlich und humorvoll Konflikte lösen und, laut einer nagelneuen Studie, dem anderen mit Großzügigkeit begegnen. Kurz: richtig gute Freunde sein.

„Vielleicht ist das das Geheimnis", sagt die Darmstädter Soziologin Cornelia Koppetsch, „dass die Liebe als Motiv nicht mehr so zentral ist."

Es heißt also Abschied nehmen vom Märchenprinzen, man vergesse die Supertraumfrau und die Sehnsucht nach Wiedervereinigung mit der verlorengegangenen Hälfte von Platons Kugelmenschen. Vielmehr gilt es, dem Ist ein paar nette Seiten abzugewinnen, anstatt ewig einem imaginären Soll hinterherzujagen.

Die Glücksformel lautet also, in Kürze: gut genug. Wer sich mit Unvollkommenheit zufriedengibt, hat eine echte Chance, die Liebe zu bewahren und ein Leben lang gemeinsam Weihnachten zu feiern.

Hört sich nicht gerade sexy an, ist aber der glasklare Extrakt aus all den Versuchen der Wissenschaftler, dem Geheimnis zufriedener Paare auf die Spur zu kommen. Von ihren Erkenntnissen inspiriert, plädiert auch Arnold Retzer, der Psychologe aus Heidelberg, für „mehr Realismus in der Liebe". Das ist der Untertitel seines Buchs „Lob der Vernunftehe".

Ein wichtiges Ingrediens des retzerschen Realismus: die Fähigkeit, einander zu vergeben. Er meint nicht verzeihen, nicht klein beigeben, sondern, ganz für sich, die Verletzung ad acta legen, als Akt der Freiheit.

Tatsächlich ist laut Frank Fincham, dem amerikanischen Pionier der Paar-Resilienzforschung, „eine glückliche Ehe die Union zweier Menschen, die gut im Vergeben sind". Die Daten, die dies zeigen, stammen von Befragungen sehr zufriedener Eheleute in den USA, die länger als 20 Jahre verheiratet sind.

Aber was ist, wenn stets nur einer dem anderen vergeben muss, damit die Liebe bleibt? Hier rutscht die Zuständigkeit innerhalb der Wissenschaft von der Liebe in die Domäne der Soziologen. Sie schauen weniger auf Gefühle, auf die Liebe aus der Innensicht; Forscher wie Cornelia Koppetsch oder Eva Illouz interessiert die Lebenswirklichkeit der Paare.

„Die Hausarbeit schleicht sich ins Leben der Frauen wie die Karriere ins Leben ihrer Männer."

Und da gibt es, kaum zu übersehen, dieses Grundproblem, das auf Dauer ein gewisses Ungleichgewicht in der Praxis des Vergebens erfordert: In Deutschland opfern Frauen noch immer doppelt bis dreimal so viel Zeit und Energie für die Familienarbeit. In der Regel sind sie es, die die Kindergeburtstage organisieren, Arzttermine absolvieren, die Kleinen zum Fußball und zum Klavierspielen karren, sich um Hausaufgaben und Lernschwächen kümmern, die kochen, aufräumen und einkaufen.

Selbst im urbanen Akademikermilieu ist die Hausarbeit weitgehend Weiberkram. Sogar in kinderlosen Partnerschaften spülen, waschen und putzen vor allem die Frauen.

Mütter nehmen die Ungerechtigkeit durchaus wahr: Befragt danach, warum ihr Partner sich nicht mehr um den Nachwuchs kümmert, sagt fast jede dritte Frau, dass ihr Gatte Kindererziehung und -betreuung für einen Mutterjob halte. Jede fünfte gibt zu Protokoll, dass dem Partner die Karriere wichtiger sei. Die „verbale Aufgeschlossenheit bei weitgehender Verhaltensstarre", die der Soziologe Ulrich Beck den Männern Mitte der achtziger Jahre attestierte, hat sich verfestigt.

„Die Hausarbeit schleicht sich ins Leben der Frauen wie die Karriere ins Leben ihrer Männer", sagt Koppetsch. Sie hat sich einst, zu Beginn ihrer Forscherlaufbahn, hoffnungsfroh auf die Suche nach wirklich gleichberechtigten Paaren gemacht, um zu beschreiben, wie die ihr Leben gestalten. Sie fand keine.

Stattdessen stieß sie auf Paare wie Michaela, 32, und Manfred, 42, aus Freiburg. Er arbeitete halbtags als Krankengymnast, sie Vollzeit als Lehrerin. Obwohl sie die Familie ernährte, übernahm Michaela den größeren Teil der Hausarbeit sowie die Kinderbetreuung. Der Grund: Manfreds Dissertation. Die brachte ihm beruflich zwar gar nichts, gleichwohl saß er schon seit Jahren daran.

Oder Brigitte, 37, und Heiko, 39, aus Berlin. Sie nahm beim ersten Kind Elternzeit, er beim zweiten. Beide waren überzeugt, alles gerecht geregelt zu haben. Doch bevor Heiko morgens aus dem Bett kroch, hatte seine Frau längst das Frühstück bereitet und sich und die beiden Kinder fertiggemacht. Nach der Arbeit und am Wochenende plagte sie sich weiter. Wohlwollend könnte man sagen, dass Heiko allenfalls halb so viel erledigte.

Rollentausch sieht anders aus.

Vielleicht sollen die Frauen deswegen jetzt Vergebung lernen.

Eva Illouz, die Soziologin aus Jerusalem und Autorin des vielbeachteten Werks „Warum Liebe weh tut", hat da eine andere, modernere Idee. Frauen, meint sie, täten gut daran, die leidenschaftliche Liebe von der Elternschaft zu entkoppeln. „Frauen, die Kinder haben wollen, sollten sich organisieren und Netzwerke aufbauen, um sie großzuziehen, mit oder ohne festen Partner", sagt Illouz. „Wir machen immer den Fehler zu denken, es bedürfe einer liebenden Paarbeziehung, um Eltern zu werden."

Es fiele weg: die Fracht der Erwartung an den Geliebten als Vater, an Vater-Mutter-Kind als Quell allen Glücks. Vielleicht bliebe sie, die Liebe.

Wenn nicht – gehen kann man immer noch. „Es ist grundfalsch, jemanden zu lieben, der einen nicht zurückliebt", sagt Illouz. „Das Herz sollte keine Fehler machen."

RAFAELA VON BREDOW

Betriebswirt, 42
Schneiderin, 33

Junioreinkäuferin, 26
Produktmanager, 29

Krankenschwester i. R., 72
Lehrer i. R., 72

FOTOS: NADINE PREISS UND DAMIAN ZIMMERMANN

Video: Liebe in Zahlen
Für Smartphone-Benutzer: Bildcode scannen, etwa mit der App „Scanlife".