

Zwischen Intimität und Autonomie: Distanzregulation in Paaren

Jens B. Asendorpf

Institut für Psychologie, Humboldt-Universität zu Berlin

jens.asendorpf@online.de

In Deutschland nehmen Partnerschaften mit getrennten Haushalten zu („living apart together“, LAT), und LAT etabliert sich im mittleren Erwachsenenalter zunehmend als eigenständige Partnerschaftsform. Hierdurch nimmt die Individualisierung der Partnerschaften weiter zu: Paare zeigen typische Formen der Distanzregulation. Wir haben in einem Projekt über 2000 Partnerschaften von zusammenwohnenden und LAT-Paaren untersucht.

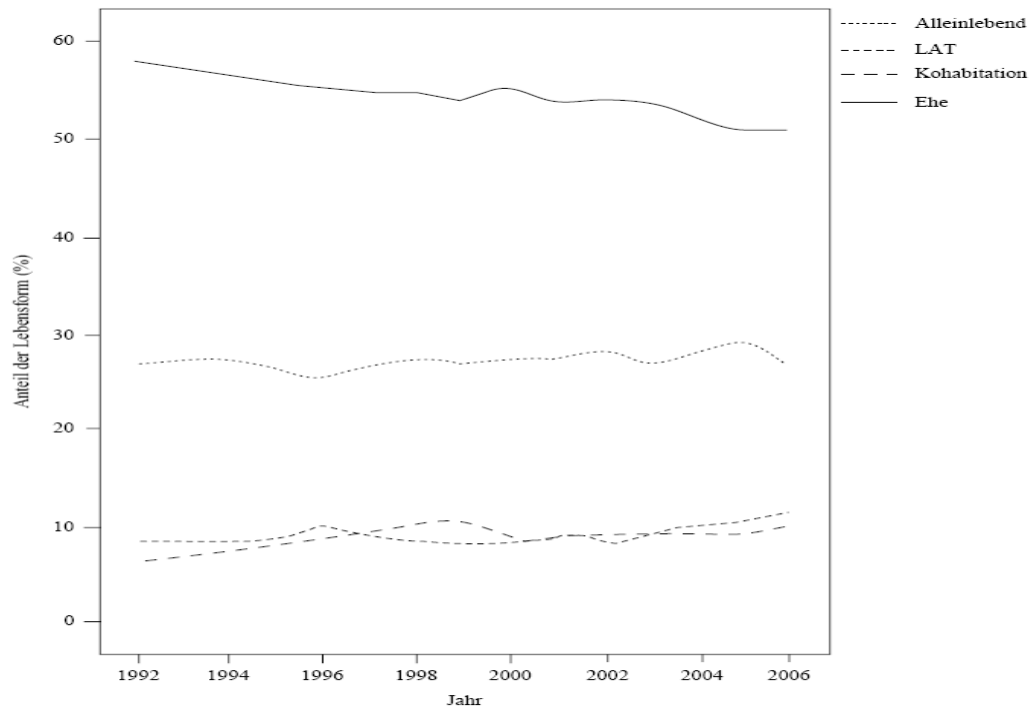
Vor diesem Hintergrund schlage ich vor, u.a. folgende Themen zu behandeln:

1. Unterscheiden sich LAT-Paare von zusammenwohnenden Paaren in Merkmalen ihrer Persönlichkeit und ihrer Partnerschaftsgeschichte?
2. Wie gehen LAT-Paare mit der räumlichen Distanz um?
3. Wie regeln sie ihre Kommunikation, wie ihre Sexualität?
4. Hat das Konsequenzen auf die Partnerschaftsqualität?
5. Welche Altersveränderungen gibt es?
6. Wieweit ist das alles geschlechtsspezifisch?

Weitere Themen sind willkommen!

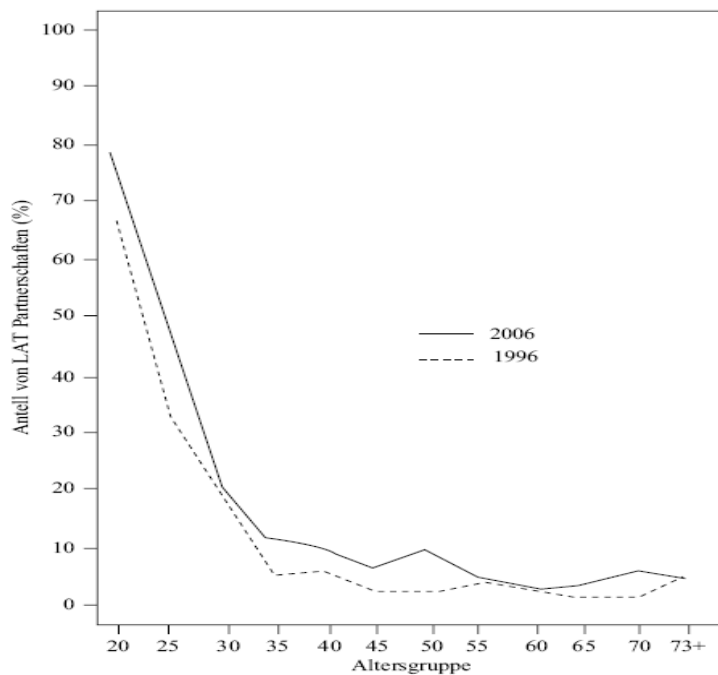
Einige Ergebnisse zu Lebensformen von Paaren in Deutschland

Verheiratet, Kohabitation (zusammenwohnend-unverheiratet), nicht zusammenwohnend (LAT) aus repräsentativen Längsschnittdaten des Sozio-oekonomischen Panels für die BRD (Asendorpf, J.B. (2009). Living Apart Together: Alters- und Kohortenabhängigkeit einer heterogenen Lebensform. *Kölner Zeitschrift für Soziologie und Sozialpsychologie*, 60, 749-764)



Quelle: Eigene Darstellung.

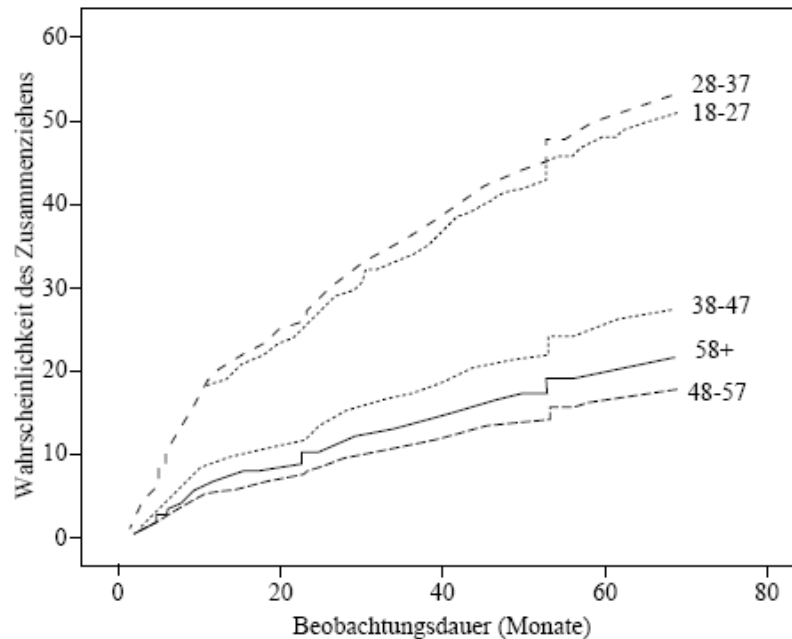
Abb. 1: Anteil der Lebensformen an deutschen Erwachsenen 1992 bis 2006.



Quelle: Eigene Darstellung.

Abb. 2: Altersabhängigkeit des Anteils von LAT an allen Partnerschaften.

Die Wahrscheinlichkeit für LAT nimmt also stark ab bis zum Alter von 40 Jahren und stabilisiert sich dann; eine historische Zunahme von LAT findet sich besonders ab 40 Jahren. Dann nimmt auch die Wahrscheinlichkeit des Zusammenziehens stark ab:



Quelle: Eigene Darstellung.

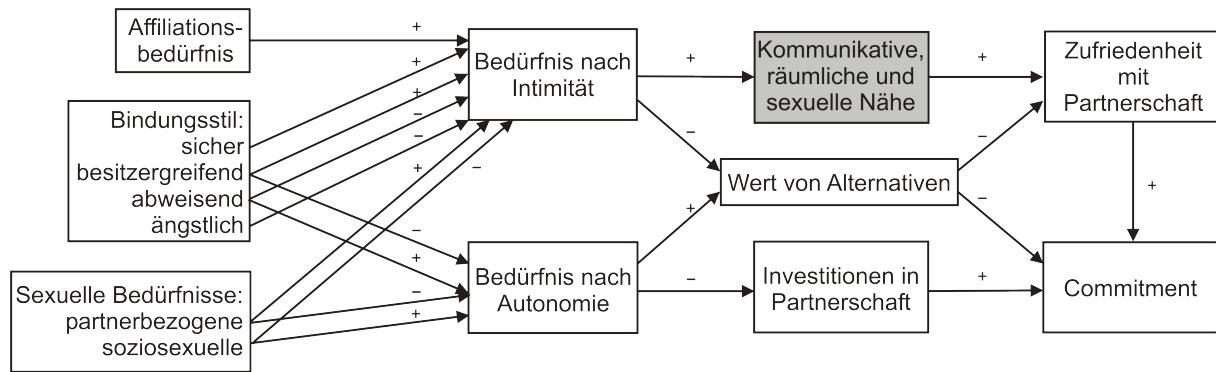
Abb. 4: Wahrscheinlichkeit des Zusammenziehens für LAT Partnerschaften.

Zusammengenommen besagt dies, dass sich nach Entscheidung der Kinderfrage für die Frauen LAT zunehmend als eigenständige Lebensform etabliert, während LAT vorher eher ein Übergangsphänomen auf dem Weg zu Kohabitation und Ehe ist (und in der Tat hinderlich für die Eltern-Kind-Beziehung ist). Die Stabilität der Beziehung ist aber bei LAT deutlich geringer in jedem Alter als bei Kohabitation oder Ehe: Freiheit hat ihre Kosten.

In diesen Daten des Sozio-oekonomischen Panels lassen sich nicht Fernbeziehungen zwischen verschiedenen Wohnorten von LAT-Beziehungen am selben Ort unterscheiden, in denen die Distanzregulation viel flexibler ist, und es gibt außer allgemeiner Lebenszufriedenheit kaum psychologischen Daten zu LAT-Beziehungen. Deshalb haben wir eigene Projekte initiiert:

DFG-Projekt Distanzregulation (Asendorpf & Neyer, 2007-2010)

Internetstudie. In einer Internetstudie, die 12 Monate lang über das online Portal www.psytests.de des Instituts für Psychologie der Humboldt-Universität erreichbar war, wurden 767 LAT- Partner/innen am selben Ort und 963 mit dem Partner zusammenwohnende Teilnehmer/innen (ZUS) untersucht, die in derselben Wohnung zusammenwohnten (Alter 18-71 Jahre, 80% weiblich). Diese Daten wurden genutzt, um ein Modell der Distanzregulation in Paaren zu entwickeln, wobei alle Pfade für beide Lebensformen bestätigt wurden und keine signifikanten Unterschiede in den Pfaden zwischen den Lebensformen auftraten, das Modell gilt also allgemein (der rechte Teil ist das etablierte Investment-Modell von Rusbult):



Als zentral erwiesen sich die (noch unveröffentlichten) Skalen zur Erfassung des Intimitäts- und des Autonomiebedürfnisses (Korrelation miteinander mäßig negativ, $-.36$), die verhaltensnahe Maße der kommunikativen, räumlichen und sexuellen Nähe bzw. geringe Investitionen in die Partnerschaft vorhersagten und selbst wiederum durch Affiliationsbedürfnis, Bindungsstil und sexuelle Bedürfnisse vorhergesagt wurden.

Beispielfragen für Intimitätsbedürfnis:

Ich mag es, meinem Partner ganz nahe zu sein
In Gegenwart meines Partners bin ich ganz entspannt

Beispielfragen für Autonomiebedürfnis:

Ich versuche, mir Freiraum für Eigenes zu schaffen
Ich bin gerne ganz allein

Vergleiche zwischen LAT und ZUS waren in dieser Studie dadurch schlecht möglich, dass die ZUS (aber nicht die LAT) im Vergleich zu den repräsentativen Daten des Sozio-oekonomischen Panels eine ungewöhnlich niedrige Lebenszufriedenheit zeigten und deshalb wohl auch eine "zu niedrige" Beziehungszufriedenheit (Selbstselektion unzufriedener Teilnehmer in dieser Internetstudie). Folge war, dass die LAT im Vergleich zu den ZUS "zu gut" abschnitten in Beziehungsqualität und diversen anderen Merkmalen der Beziehungsqualität. Auch waren Menschen ab 40 Jahren und Männer deutlich unterrepräsentiert und es nahm meist nur 1 Partner pro Paar an der Studie teil, so dass dyadische Analysen nicht möglich waren. Deshalb führten wir Studie 2 durch:

Paarstudie. Es wurden 595 heterosexuelle Paare mit mindestens 1 Jahr Beziehungsdauer im Alter (der Frau) von 18-67 Jahren befragt, wobei jeweils Mann und Frau teilnahmen und die Altersgruppen ähnlich häufig vorkamen. Da die Teilnehmer per Brief eingeladen wurden teilzunehmen, fand auch hier eine Selbstselektion statt. Sie betraf wieder nicht die LAT-, sondern die ZUS-Paare, die diesmal im Vergleich zum Sozio-oekonomischen Panel überdurchschnittlich mit ihrem Leben zufrieden waren und wohl auch eine überdurchschnittliche Beziehungsqualität aufwiesen. Um dies zu korrigieren, teilten wir die Paare zunächst nach ihrer Beziehungsqualität in zufriedene und unzufriedene ein und analysierten dann Effekte der Lebensform, der Zufriedenheit, des Geschlechts und ihrer Wechselwirkung:

Paare	Beziehungszufriedenheit	
	niedrig	hoch
Anzahl Living apart together (LAT)	47	47
Anzahl zusammenwohnend (ZUS)	56	149
Mittlere Beziehungsdauer LAT (Jahre) ^a	3,9	2,5
Mittlere Beziehungsdauer ZUS (Jahre) ^a	10,9	10,4

^a Berechnet auf der Basis logarithmierter Werte, da schief verteilt.

Erhoben wurden

- (a) Bildungsniveau, Persönlichkeit, Partnerschaftsgeschichte und Kinder im Haushalt als mögliche *Bedingungen* der Aufrechterhaltung von LAT,
 (b) die Beziehungsqualität als *Korrelat* der Lebensform und
 (c) Selbstwertgefühl und Lebenszufriedenheit als mögliche *Konsequenzen* der Lebensform.
 Die Variablen (a) korrelierten stärker mit dem Alter als mit der log-Beziehungsdauer, (b) und (c) stärker mit der log-Beziehungsdauer als mit dem Alter. Deswegen kontrollierten wir statistisch für die jeweils stärker korrelierende Variable, so dass sich die folgenden Ergebnisse auf das mittlere Alter (42 Jahre) bzw. auf die mittlere Beziehungsdauer (7 Jahre) beziehen.

Aufgelistet sind nur Paarmedkmale mit statistisch signifikantem Effekt der Lebensform (Vergleich LAT - ZUS) oder mit signifikanter Wechselwirkung Lebensform x Zufriedenheit (die Lebensform zeigte *keine* signifikanten Wechselwirkungen mit der Altersgruppe unter/über 40 Jahre):

Paarmedmerkmal	Skala	Zufriedenheit niedrig		Zufriedenheit hoch	
		LAT	ZUS	LAT	ZUS
<i>Bedingungen (kontrolliert für Alter):</i>					
Autonomiebedürfnis ^a	1-7	4,4	4,3	4,2	3,8
Sexualtrieb ^a	1-5	3,0	2,9	3,2	3,0
Anzahl früherer Partnerschaften ^a		2,8	2,6	2,2	2,0
Kind im Haushalt (zumindest zeitweise) ^a		44%	63%	50%	67%
<i>Beziehungsqualität (kontrolliert für logarithmierte Beziehungsdauer):</i>					
Zufriedenheit mit Sex in Partnerschaft ^a	0-10	5,4	4,4	8,2	8,0
Abweisende Bindung an den Partner ^a	1-7	4,2	3,7	2,9	2,4
Kommunikation mit Mediennutzung ^a	1-5	4,0	3,6	4,0	3,3
Einbezug des Partners in Entscheidungen ^a	1-5	3,0	3,4	3,9	4,3
Potenzielle Unterstützung durch Partner ^a	1-5	3,7	4,0	4,7	4,8
Verbindlichkeit der Partnerschaft ^{ab}	1-5	3,6	4,0	4,6	4,7
Partner für den Rest des Lebens ^{ab}	1-5	3,5	3,9	4,8	4,9
Trennung im nächsten Jahr ^{ab}		36%	5%	5%	1%
Zusammenziehen im nächsten Jahr ^c		14%	-	38%	-

^a Effekt Lebensform ($p < .05$)

^b Effekt Lebensform x Zufriedenheit ($p < .05$)

^c Effekt Zufriedenheit ($p < .05$)

Geschlechtsunterschiede in den Effekten der Lebensform wurden durch Interaktionen Lebensform x Geschlecht getestet, wobei das Geschlecht innerhalb der Paare verglichen wurde. Die geringere Kinderquote im Haushalt bei den LAT-Paaren ging (natürlich) vor allem auf die Männer zurück (wenig alleinerziehende Männer mit LAT-Partnerin). Ansonsten gab es lediglich Geschlechtsunterschiede in der Kommunikation: LAT-Frauen berichteten über mehr Mediennutzung zur Kommunikation mit ihrem Partner (Telefon, e-Mail, Briefe) als ihr Partner, und LAT-Männer gaben an, ihre Partnerin weniger in Entscheidungen einzubeziehen als ihre Partnerin (jeweils relativiert an zusammenwohnenden Frauen bzw. Männern).

Lebensform und Lebensform x Zufriedenheit zeigten *keine* Effekte für:

- Bildungsniveau
- Anzahl früherer Partnerschaften
- "Big Five" Faktoren der Persönlichkeit (Neurotizismus, Extraversion, Offenheit, Verträglichkeit, Gewissenhaftigkeit)
- Affiliations- und Intimitätsbedürfnis
- Investment in die Partnerschaft und Alternativen zur Partnerschaft
- sichere, ängstliche und besitzergreifende Bindung an den Partner
- Häufigkeit des Geschlechtsverkehrs mit Partner, Anzahl der Seitensprünge in der aktuellen Partnerschaft
- Lebenszufriedenheit und Selbstwertgefühl

Insgesamt lassen sich damit wegen der geringen Interaktionen der Lebensform mit Beziehungszufriedenheit, Geschlecht und Altersgruppe LAT-Paare wie folgt von zusammenwohnenden *allgemein* unterscheiden:

LAT wird bei höherem Autonomiebedürfnis und mehr Erfahrung mit unterschiedlichen Partnern (also mehr Trennungserfahrung), stärkerem Sexualtrieb und weniger Kindern im Haushalt aufrechterhalten (wobei der stärkere Sexualtrieb und weniger Kinder im Haushalt auch eine Konsequenz der räumlichen Trennung bei LAT sein können – das ließe sich nur durch eine längerfristige Längsschnittstudie unterscheiden).

In Bezug auf die Partnerschaft geht LAT mit höherer sexueller Zufriedenheit (wegen der selteneren Gelegenheiten?), mehr Mediennutzung zur Kommunikation (wegen des selteneren face-to-face Kontaktes), aber mit abweisenderer Bindung (aufgrund des höheren Autonomiebedürfnisses), weniger Einbezug des Partners in Alltagsentscheidungen, dem geringer ausgeprägten Gefühl, bei Problemen beim Partner Unterstützung zu finden, geringerer Verbindlichkeit der Partnerschaft, geringerer Erwartung, einen Partner für den Rest des Lebens gefunden zu haben und höherem Trennungsrisiko einher. Zufriedenheit mit der LAT-Beziehung reduziert das Trennungsrisiko aber fördert gleichzeitig das Zusammenziehen, so dass sie sich nicht verlängernd auf den LAT-Status auswirkt. LAT ist von daher eher ein Transitionsphänomen auf dem Weg zum Zusammenwohnen; LAT als dauerhafte eigenständige Lebensform (vgl. z.B. Jean Paul Sartre und Simone de Beauvoir) ist selten.

Da die Lebenszufriedenheit und der Selbstwert bei LAT-Partnern nicht beeinträchtigt sind, könnten längerdauernde LAT-Phasen als erfolgreiche Anpassung an eigene Autonomiebedürfnisse und/oder viele schlechte Erfahrungen mit dem Zusammenwohnen interpretiert werden.