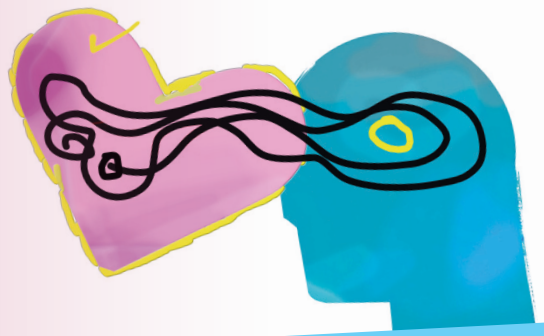




Johanna L. Degen · Jo Reichertz ·
Andrea Kleeberg-Niepage

Liebe ohne Ende

Liebesbiografische
Erzählungen vom Leben

2. Auflage

 Springer VS

Liebe ohne Ende

Johanna L. Degen • Jo Reichertz •
Andrea Kleeberg-Niepage

Liebe ohne Ende

Liebesbiografische Erzählungen
vom Leben

2. Auflage

 Springer VS

Johanna L. Degen
Abteilung Psychologie
Europa-Universität Flensburg
Flensburg, Deutschland

Jo Reichertz
Soziologie und Kulturwissenschaften
Kulturwissenschaftliches Institut Essen
Essen, Deutschland

Andrea Kleeberg-Niepage
Abteilung Psychologie
Europa Universität Flensburg
Flensburg, Deutschland

ISBN 978-3-658-46367-0

ISBN 978-3-658-46368-7 (eBook)

<https://doi.org/10.1007/978-3-658-46368-7>

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <https://portal.dnb.de> abrufbar.

© Der/die Herausgeber bzw. der/die Autor(en), exklusiv lizenziert an Springer Fachmedien Wiesbaden GmbH, ein Teil von Springer Nature 2024, 2025

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung, die nicht ausdrücklich vom Urheberrechtsgesetz zugelassen ist, bedarf der vorherigen Zustimmung des Verlags. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Bearbeitungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Die Wiedergabe von allgemein beschreibenden Bezeichnungen, Marken, Unternehmensnamen etc. in diesem Werk bedeutet nicht, dass diese frei durch jede Person benutzt werden dürfen. Die Berechtigung zur Benutzung unterliegt, auch ohne gesonderten Hinweis hierzu, den Regeln des Markenrechts. Die Rechte des/der jeweiligen Zeicheninhaber*in sind zu beachten.

Der Verlag, die Autor*innen und die Herausgeber*innen gehen davon aus, dass die Angaben und Informationen in diesem Werk zum Zeitpunkt der Veröffentlichung vollständig und korrekt sind. Weder der Verlag noch die Autor*innen oder die Herausgeber*innen übernehmen, ausdrücklich oder implizit, Gewähr für den Inhalt des Werkes, etwaige Fehler oder Äußerungen. Der Verlag bleibt im Hinblick auf geografische Zuordnungen und Gebietsbezeichnungen in veröffentlichten Karten und Institutionsadressen neutral.

Das Bild wurde mit dem KI-System DALL·E 2 generiert.

Springer VS ist ein Imprint der eingetragenen Gesellschaft Springer Fachmedien Wiesbaden GmbH und ist ein Teil von Springer Nature.

Die Anschrift der Gesellschaft ist: Abraham-Lincoln-Str. 46, 65189 Wiesbaden, Germany

Wenn Sie dieses Produkt entsorgen, geben Sie das Papier bitte zum Recycling.

Widmung/Danksagung

Ohne die vielen Menschen, die bereit waren, mit uns über ihr Leben mit der Liebe zu sprechen, wäre dieses Buch nicht möglich gewesen. Bei ihnen möchten wir uns von Herzen dafür bedanken, dass sie frohe, bewegende, berührende, verletzliche und aufregende Momente mit uns geteilt haben und bereit waren, ihre Erfahrungen über dieses Buch mit anderen zu teilen.

Inhaltsverzeichnis

Teil I Theorie und Methode

1	Einleitung: Leben Totgesagte länger?	3
2	„It was almost Love“: Liebe und intime Beziehungen aus wissenschaftlicher Perspektive	7
3	Die Erforschung der Liebe in biografischer Perspektive – zur Methodik	17

Teil II Liebebiografien

4	„Wenn ich jetzt nicht aufstehe, dann bin ich verloren“	23
5	Sehnsucht nach Berührung	43
6	„Ich bin der Fels in der Brandung.“	57
7	Jetzt bin ich glücklich.	67
8	Geschwisterliebe, Sex und Haustiere	77
9	Ende ohne Ende	87
10	When you know, you know	105
11	Liebe ist Vertrauen und Freiraum	111
12	Liebe auf unbestimmte Zeit.	115
13	Liebe als Aufbruch	125
14	Am Ende bleibt das Hadern	133

15	Die Vielen und der Eine	153
16	Ich will rausschwimmen und geborgen sein	167
17	Liebe als Entscheidung zur Hinwendung	177
 Teil III Diskussion		
18	Liebe und Sinn oder: Was die Erzählungen gemeinsam haben	191
Literatur.		199

Teil I

Theorie und Methode

Einleitung: Leben Totgesagte länger?

1

In Kinofilmen und Serien, in Magazinen und auf Social Media, aber auch in politischen Debatten sind die Fragen „Was bedeutet Liebe?“, „Wie können Liebesbeziehungen glücken“ und „Wen liebst du und warum (nicht)?“ omnipräsent. So finden sich medial vermittelte Inszenierungen von Liebe u. a. in Dating- oder Hochzeitsformaten oder minutiöse Dokumentationen auf Instagram-Kanälen, die romantische Motive zelebrieren und der Liebe glücks-, erfüllungs- und sinnstiftende Kraft zuschreiben. Es gibt aber auch vermehrt düstere Szenarien, die das Ende der Liebe ausrufen, die potenzielle Toxizität von Liebesbeziehungen betonen oder Checklisten liefern, mit denen sich das Ende von Paarbeziehungen prognostizieren lassen soll.

Liebe ist auch Forschungsgegenstand. In der Biologie wird Liebe in neurochemische Prozesse übersetzt und evolutionstheoretische Ansätze halten Monogamie vor allem im Rahmen der gemeinsamen Sorge für den Nachwuchs für relevant. Aus soziologischer Perspektive wird mitunter schon seit Jahren das Ende von Liebe und Intimität im Kontext ökonomischer Einverleibung nach kapitalistischer Logik proklamiert. Die Psychologie macht das Belohnungszentrum im Gehirn für die mit Liebe verbundenen Glücksgefühle verantwortlich oder begründet die Paarbildung mit der angestrebten Erweiterung des Selbst. Sozialwissenschaftliche Forschungsansätze beschäftigen sich auch mit den Rahmenbedingungen für die Liebe. Relevant sind hier beispielsweise die gestiegenen Anforderungen an Mobilität, Flexibilität und resultierende Lebensstile, die dauerhafte Bindungen an eine Person erschweren können.

Auch die Beschleunigung vieler gesellschaftlicher Prozesse, die sich in Liebesbeziehungen einschreiben, wie z. B. mobiles Onlinedating oder die Entgrenzung

von Arbeitszeit, stellt Liebende und die, die nach Liebe suchen, vor neue Herausforderungen. Neben dem Onlinedating gewinnen auch digitale „Liebesbeziehungen“ an Bedeutung, zum Beispiel, wenn wir unseren Alltag mit dem Endgerät in der Hand und der Influencerin verbringen. Mitunter wird dem digitalen Gerät und den dort auftauchenden Figuren mehr Aufmerksamkeit und Zeit geschenkt als dem konkreten Gegenüber. Auf der anderen Seite erlaubt es die Digitalisierung, mit den Liebsten über Raum und Zeit hinweg in Kontakt zu bleiben.

Ebenfalls bedeutsam für die Vorstellungen und das Leben von Liebe sind die Bemühungen von sozialen Gruppen um Sichtbarkeit und Anerkennung, welche die heteronormative Zweisamkeit als Standardfall von Liebe erweitern wollen. Ähnlich wie bereits in den 1960er- und 70er-Jahren werden Liebesbeziehungen sowie Elternschaft und Familien dabei neu gedacht und gelebt. Im Gegensatz dazu sind die medialen Repräsentationen von Liebe weiterhin oder erneut geprägt von romantischen Bildern inklusive der klassischen Kernfamilie und typischer Geschlechterrollen. Letztere erwecken mitunter den Eindruck einer Re-Traditionalisierung; so entsteht ein spürbares Spannungsfeld zwischen visionärer Liberalität und traditionellen Modellen sowohl in den Medien als auch im gelebten Leben.

Im Kontext dieser dynamischen und teilweise widersprüchlichen Entwicklungen fragen wir: Was bedeutet Liebe im Leben und wie formt sie sich aus? Und hat sich die Liebe oder genauer, die Vorstellung von Liebe im Laufe der letzten Jahrzehnte wesentlich geändert?

Diesen Fragen sind wir aus erzählender Perspektive mit der Sammlung von Liebesbiografien von Menschen aus verschiedenen Generationen nachgegangen. Als Dreierteam aus Psychologie und Soziologie haben wir über ein Jahr mit 41 Menschen zwischen 20 und 85 Jahren gesprochen. In narrativen Interviews haben sie mit uns ihre Erinnerungen an die Liebe(n) ihres Lebens geteilt – therapeutische Effekte und Tränen waren dabei nicht ausgeschlossen. Entstanden sind vielfältige und bewegende Geschichten über die Liebe und das Leben.

Und was erzählen die Geschichten? Liebe ohne Ende!

Erzählt wird von gelebter Liebe in (W)Irrungen, als Begehren und Erfüllung oder Verlust und Tragik. Von Romantik und Alltag, von Leidenschaft und Tristesse. Von Ende und Aufbruch, von Hoffnung und Verzweiflung. Wir hören von ersten und von letzten Malen, von schweren, richtigen, (zu) späten und nie getroffenen Entscheidungen; von tiefen Berührungen und jahrelang ausbleibenden Berührungen. Geschichten von Irrtümern und nicht enden wollenden Erinnerungen an vermeintlich Richtige.

Alle Liebesbiografien sind einzigartig, berichten von Glück und Leid und erzählen immer wieder von der Sehnsucht nach der großen Liebe, von der niemand

wirklich abzulassen scheint. Das gilt generationsübergreifend. Auch wenn die jeweils konkrete Liebe zu einer bestimmten Person endet, so endet damit doch nicht die Sehnsucht nach der Liebe. Auch nicht in Zeiten, in denen Dating-Apps mit unendlich scheinenden Alternativen locken. Unüberhörbar ist auch das Begehren nach dem Menschen, von dem man auf einmal und manchmal auf den ersten Blick ganz sicher weiß, dass er oder sie der bzw. die Richtige ist. Auch in Zeiten der Mobilität, Beschleunigung, Krise und Digitalisierung endet die Liebe also nicht, vielleicht erlebt sie gerade deswegen eine Renaissance: Liebe zeigt sich in den Geschichten als zentrale Kraft im Leben, welche die Menschen suchen, finden, scheitern und unentwegt hoffen lässt.

„It was almost Love“: Liebe und intime Beziehungen aus wissenschaftlicher Perspektive

2

Schon die schiere Menge an Sachbüchern und Ratgebern zum Thema verweist auf die soziale Bedeutung, die Liebe auch im 21. Jahrhundert hat. Dieser populäre Diskurs bezieht sich auf unterschiedliche wissenschaftliche Konzepte und nimmt je nach auto-ethnografischer Perspektive den einen oder anderen theoretischen Standpunkt ein. Als Ausgangspunkt dienen den AutorInnen in der Regel die eigene Erfahrung, daran werden dann verschiedene Großtheorien abgehandelt und daraus Ratschläge abgeleitet. Gemeinsam ist diesen Werken die Überzeugung, dass sich mit (mehr) Wissen, Einsatz und Fähigkeiten Liebe bzw. gelungene Liebesbeziehungen gleichsam herstellen lassen. So sollen sich beispielsweise über die Arbeit am Selbst – durch das Ergründen und Überwinden eigener Handlungsmuster und deren Ursachen (z. B. bestimmte Dispositionen oder den Bindungsstil) – die Beziehungskompetenzen verbessern und die Liebe (auch längerfristig) gelingen. Oder Liebe wird als kommunikativer Akt, als eine Art Sprache dargestellt, die wir in unterschiedlicher Weise erlernen, ausdrücken und verstehen (z. B. als Zweisamkeit, körperliche Berührung, Hilfsbereitschaft, als zugewandte Tat, mit Geschenken oder über das gesprochene Wort). Die eigene und die (Liebes-)Sprache des Anderen erkennen und verstehen zu lernen und sie bewusst einzusetzen ermöglichen uns – so die geweckte Hoffnung – Liebe und erfüllte Beziehungen.

Auch die paartherapeutische Praxis ist weiterhin gut ausgelastet mit der Bearbeitung der Liebe, ihrem (Nicht-)Gelingen in Beziehungen und dem damit oft verbundenen Leid. Auf der Basis psychologischer Modelle und Ansätze geht es ebenfalls darum, die Beziehungs- und damit Liebeskompetenz der Menschen zu verbessern. Die PartnerInnen sollen nicht nur sich selbst und das Gegenüber besser verstehen lernen, sondern auch die eigenen Bedürfnisse kommunizieren (z. B. in Bezug auf Nähe und Distanz oder Intimität und Sexualität) und sich darüber klar

werden, was Beziehungskonstellationen leisten können und was nicht (Clement, 2006; Eck, 2018; Perel, 2017b; Roesler & Bröning, 2024; Schnarch, 2022).

In welcher Weise wird nun aber die Liebe wissenschaftlich verhandelt? Zunächst ist festzustellen, dass sich diverse Disziplinen mit der Liebe befassen. Von der Bedeutung kleinster Einheiten im Inneren des Menschen, mit der sich die Biochemie und auch die Neurowissenschaften befassen, über biologische Funktionen und evolutionstheoretische Überlegungen, die das Individuum als Organismus in den Blick nehmen, hin zu psychologischen, soziologischen und philosophischen Zugängen, die den Menschen in seiner (lebens-)geschichtlichen Gewordenheit, als sozial und kulturell eingebundenes Wesen verstehen, das nach Sinn, Bedeutung, Erfüllung und vielleicht auch Transzendenz strebt.

Biochemische und neurowissenschaftliche Ansätze versuchen, Liebe als einen chemischen Prozess oder als Plastizität von neuronalen Strukturen darzustellen und sie letztlich messbar zu machen (Fisher et al., 2005). Die komplexen physiologischen Prozesse und die in bildgebenden Verfahren sichtbaren Gehirnaktivitäten rund um Liebe und Verliebtheit sind in der Tat faszinierend und verweisen auf die Bedeutung dieser grundlegenden Vorgänge für das menschliche Erleben. Allerdings bergen sie auch ein Kausalitätsproblem, denn die Frage, ob wir Liebe empfinden, weil diese chemischen und neuronalen Prozesse ablaufen oder diese erst gestartet werden, wenn wir glauben zu lieben, ist noch nicht abschließend geklärt. Zudem sagen uns diese Befunde (noch) wenig über die Bedeutung der Liebe für die Person und auch wenig über die Qualität der Liebesbeziehung. Aus medizinischer Perspektive lässt sich immerhin festhalten, dass es uns gesundheitlich besser geht, wenn wir nicht einsam sind (West et al., 1986) – ein Hinweis darauf, dass Liebe auch einen wichtigen Gesundheitsfaktor darstellen könnte.

Evolutionbiologische Zugänge betrachten Liebe und Paarbeziehungen als funktional für Fortpflanzung und die Versorgung von Kindern und damit als elementar für die Erhaltung der Spezies (Fisher, 2004). Verliebtheitsgefühle und die damit einhergehende Ausschüttung von Hormonen und Botenstoffen signalisieren dem – genetisch passenden – Gegenüber die Bereitschaft zur Sexualität und Zeugung von Nachwuchs. In diesem Kontext werden gesellschaftliche Moralvorstellungen zur Monogamie oder auch die Kleinfamilienstrukturen moderner Gesellschaften jenseits der Zeit der Versorgung kleiner Kinder infrage gestellt, da eine hohe sexuelle Aktivität die beständige Mischung des genetischen Pools sichert (Brandon, 2011). Doch stehen auch solche Ansätze nicht jenseits gesellschaftlicher Normative, teilweise werden Männern deutlich mehr Freiheiten bei ihren sexuellen Aktivitäten eingeräumt als Frauen (Perel, 2017a, b), und auch die BefürworterInnen moderner, z. B. polyamorer oder offener Beziehungskonstellationen sehen sich

in ihrer Ablehnung von Monogamie und klassischen Paarbeziehungen bestätigt (Barker & Langdridge, 2010).

Warum Menschen sich aber überhaupt auf Liebe einlassen und nach ihr streben, wie sie Verliebtheit empfinden und was Liebe in unterschiedlichen Formen und Lebensphasen für sie bedeutet, wird verstärkt in den Sozialwissenschaften, Psychologie und Soziologie adressiert. Erstere will Liebe anhand des Erlebens und Verhaltens von Menschen und letztere mittels der Analyse sozio-kultureller und gesellschaftlicher Bedingungen verstehen.

Psychologische Untersuchungen fokussieren sowohl das subjektive Erleben von Liebe als auch das damit zusammenhängende Verhalten der Menschen. Liebe wird einerseits als individuelle Wahrnehmung und Empfindung konzipiert und andererseits als Voraussetzung für (intime) Beziehungen. Gefragt wird nach den Formen und Phasen von Liebe (über die Lebensspanne oder im Verlauf einer Beziehung), den individuellen und sozialen Voraussetzungen für gelingende intime Beziehungen und den subjektiven Begründungen bei der Entscheidung für oder gegen eine Partnerschaft.

Als eine zentrale Voraussetzung für die mit Liebe und gelingenden intimen Beziehungen verbundenen Einstellungen und Fähigkeiten gilt die Bindungsfähigkeit, welche stark durch frühkindliche Erfahrungen beeinflusst wird. So postuliert die Bindungstheorie (Ainsworth et al., 2015; Bowlby, 1987), dass nur verlässliche, empathische Beziehungen zu den Bezugspersonen zu einer sicheren Bindung im Kindesalter führen. Längsschnittliche Studien konnten zeigen, dass eine solche sichere Bindung im weiteren Lebensverlauf vermehrt in Zuversicht und Vertrauen in das Gelingen intimer Beziehungen resultiert. Sind die Bindungserfahrungen im Kindesalter hingegen unsicher (vermeidend oder ambivalent), steigt die Wahrscheinlichkeit, dass auch die späteren Beziehungen von Unsicherheit im Sinne von Ängsten (vor Verlust oder Verletzung) und Schwierigkeiten, Nähe aufzubauen oder zuzulassen, gekennzeichnet und von Nichtgelingen bedroht sind (Collins & Feeney, 2000, 2004; Rholes et al., 2006).

Sozialpsychologische Untersuchungen zu den Faktoren, die zwischenmenschliche Anziehung und letztlich Liebe begünstigen, zeigen, dass Nähe (wem begegnen wir im Alltag?), Ähnlichkeit (bezogen auf Persönlichkeitsmerkmale, sozialen Status, Einstellungen, Werte, Interessen und äußere Erscheinung), gegenseitige Sympathie (wir mögen diejenigen, die uns mögen) sowie physische Attraktivität ausschlaggebend sind (Festinger et al., 1950; Berscheid & Reis, 1998; Koranyi & Rothermund, 2012; Walster et al., 1966). Für die Zufriedenheit in Liebesbeziehungen und damit deren Stabilität werden Investment- oder Austausch-theorien diskutiert, nach denen wir eine Art Kosten-Nutzen-Rechnung bei der Bewertung unserer Beziehungen vornehmen, aus der sich – auch mit Blick auf even-

tuelle Alternativen – die Intensität der Verpflichtung dem Partner gegenüber ergibt (Felmlee et al., 1990; Rusbult, 1983). Entgegen dem reinen Kalkül argumentieren Theorien der Ausgewogenheit, dass das eigene Investment nicht per se, sondern immer in Relation zum Investment des Anderen betrachtet wird: Haben wir den Eindruck, dass beide ähnlich in die Beziehung investieren (was auch zeitverzögert geschehen kann), führt dies zu einer Stabilisierung (Stafford & Kuiper, 2021; Walster et al., 1978). Weitere bedeutsame Aspekte für den Aufbau und Erhalt intimer Liebesbeziehungen sind Bereitschaft zur Selbstoffenbarung (wir mögen Menschen mehr, die etwas von sich preisgeben) und die Reziprozität dieser Selbstoffenbarungen sowie Verhaltensweisen wie Versöhnlichkeit, Opferbereitschaft und die Überzeugung, dass die eigene Beziehung besser als andere ist (Bierhoff, 2003; Collins & Miller, 1994; Cunningham et al., 1986; Johnson & Rusbult, 1989).

Noch stärker auf die Bedeutung der individuellen Motivlage für das Erleben und Führen intimer Liebesbeziehungen hebt beispielsweise die Self-Expansion-Theorie (Aron & Aron, 1996; Aron et al., 1991) ab. Um unser Selbst zu erweitern (z. B. das Selbstwertgefühl oder Selbstbewusstsein zu erhöhen), was als grundlegendes menschliches Bedürfnis verstanden wird, nutzen und inkorporieren wir die Perspektiven, Denkweisen, Erfahrungen und Ressourcen des Partners oder der Partnerin, was wiederum der Beziehung selbst zugutekommt, da es die Nähe (closeness) zwischen den PartnerInnen erhöht.

Berücksichtigt werden muss bei den vorstehenden Überlegungen, dass Liebe je nach Phase, Dauer oder kulturellem Hintergrund eine andere Bedeutung haben kann: unterschieden werden beispielsweise eher kurzfristige, leidenschaftliche Gefühle (passion) von langfristiger, tiefer Zuneigung oder auch von kameradschaftlicher (companionship) Liebe, wobei die leidenschaftliche Liebe im westlichen Kulturkreis höher bewertet wird (Gao, 1996; Hatfield, 1988).

Um Liebe besser definieren und vielleicht auch – ihre Intensität, Qualität oder Stabilität – messen zu können, wurde von Sternberg (1998) ein Dreiecksmodell entwickelt, das aus den Komponenten Leidenschaft (Verliebtheit, körperliche Anziehung), Intimität (Vertrautheit, Verbindung, Verstehen) und Verpflichtung (Bereitschaft zu einer längerfristigen Festlegung) besteht. Ihre jeweilige Ausprägung lässt sich mit einem Fragebogen erfassen (der Triangular Love Skala) und resultiert in acht unterschiedlichen Liebestypen. Damit lässt sich beispielsweise beobachten, dass sich Liebe über ihre Dauer verändert (oft nimmt die Leidenschaft ab, zugleich steigt aber die Intimität) und es werden Aussagen über den Zustand und die Stabilität von Beziehungen möglich, die auch in der (paar)therapeutischen Arbeit bedeutsam sein können.

Psychoanalytische Perspektiven diskutieren die Liebe auch bindungstheoretisch (s. o.) sowie im Kontext des Selbsterhaltungs- bzw. Sexualtriebs, der als eine der

zentralen Lebensenergien gilt, die den Menschen antreiben. Aber auch im Kontext psychoanalytischer Praxis ist die Liebe von Bedeutung, die beispielsweise in der therapeutischen Beziehung (Übertragungsliebe) genutzt werden oder in Erscheinungsformen wie Idealisierung, Fixierung und übersteigter Selbstliebe (Narzissmus) bearbeitet wird (Sadjiroen et al., 2022).

Subjektwissenschaftliche Ansätze in der Psychologie, die sich u. a. auf den sozialen Konstruktivismus und die Kritische Theorie beziehen, betonen die historische, soziale und kulturelle Dimension von Emotionen und Liebe. Mit Blick auf die wissenschaftlichen Diskurse um die menschliche Vernunft und Moral in der westlichen Welt lässt sich zeigen, dass die heutige Trennung zwischen Emotionen und Rationalität (und die damit noch immer häufig verbundenen geschlechtsstereotypen Zuweisungen und Wertungen) aus Diskursverschiebungen und nicht etwa aus objektiven Befunden resultieren (Danziger, 1997). Zugleich ist unser heutiges Sprechen über und vermutlich auch das Erleben von Emotionen und Liebe zwar vielseitiger als in den Jahrzehnten oder auch Jahrhunderten zuvor, zugleich sind frühere Einflüsse weiterhin und zuweilen parallel vorhanden und konfligieren mit den veränderten Lebenswelten in zunehmend postmodernen Gesellschaften (Gergen & Gergen, 1995; Gergen, 1996). Beispielsweise hat die weiterhin präsenste Vorstellung von der zentralen Rolle der romantischen Liebe im eigenen Leben, ohne die das Leben fast nicht lebenswert erscheint, ihre Wurzeln in der Romantik, während die Idee, dass wir uns Liebe erarbeiten können, indem wir an uns selbst und unserer Beziehung arbeiten, der frühen Moderne entstammt. Dieses Erbe, das sich in unserem Sprechen über die Liebe unschwer erkennen lässt, trifft in der Postmoderne auf veränderte – beschleunigte und technologisierte – Lebensweisen und eine zunehmende Multiplizität von Lebensentwürfen und setzt Menschen unter Druck, Gegensätzliches zu vereinen (z. B. räumliche und zeitliche Mobilität und Flexibilität einerseits und Kontinuität und Tiefe einer Liebesbeziehung andererseits).

Liebe ist demnach vor allem auch ein mächtiger Diskurs, in den normative Vorstellungen (z. B. von der wahren oder der großen Liebe) und Vorgaben (z. B., dass sich erwachsene Liebe in Paarbeziehungen realisiert) eingeschrieben sind. Dieser Diskurs begleitet uns von Kindesbeinen an und ist medial äußerst präsent – ob in Filmen und Serien, in der Werbung oder via Social Media, wo mehr oder weniger bekannte Personen ihr Liebesglück in spezifischer Weise (z. B. in Form opulenter Hochzeitsfeiern) zur Schau stellen (Kabah, 2020). Ob wir uns dem gängigen Liebesdiskurs anschließen oder uns an Gegenentwürfen versuchen – er beeinflusst unser Handeln, Denken und Fühlen. Aus diesem Umstand lässt sich auch immer wieder Kapital schlagen, wenn beispielsweise Onlinedating-Applikationen einen raschen Weg zur großen Liebe versprechen, zugleich aber Logiken implementieren

(z. B. Beschleunigung und Marktförmigkeit), die diesem Ziel entgegenstehen (Degen, 2024; Degen & Kleeberg-Niepage, 2022; 2025).

Versteht man Liebe als Diskurs, kann sich der Blick auch auf die Konstitution der propagierten Normative richten. In den letzten Jahren sind diesbezüglich nicht nur die Vorherrschaft heterosexueller Liebe – oft entlang traditioneller Geschlechtsstereotype – oder die bevorzugte Realisierung von Liebe in heteronormativen Partnerschaften und Kleinfamilien hinterfragt worden (Jenkins, 2017). Es wurde zudem darauf hingewiesen, dass das spezifische Bild von Liebe für soziale Gruppen jenseits der (weißen) Mittelschicht nicht zutreffend ist (Brooks, 2017).

Und wenn die Annahmen und Normative des Liebesdiskurses historisch und sozial spezifisch sind, müssen wir auch davon ausgehen, dass Liebe im globalen Kontext anders konzipiert werden kann, als in westlichen Gesellschaften und sich die Definition, aber auch das Erleben von Liebe zwischen Kulturen unterscheidet (Beall & Sternberg, 1995; Moore, 1998; Zhang & Kline, 2009).

Wechselt die wissenschaftliche Analyse vom Erleben und Verhalten der Menschen zu den historischen, sozialen, kulturellen und politischen Rahmenbedingungen und Funktionen von Liebe, werden soziologische Perspektiven auf Liebe relevant.

Bereits zu Beginn des 20. Jahrhunderts befassten sich bekannte Soziologen wie Max Weber oder Georg Simmel mit der gesellschaftlichen Bedeutung von Liebe. Bei Weber findet sich eine Überhöhung der Liebe ins Mystische und Sakramentale, die Parallelen zur religiösen Liebe aufweist: Für ihn schafft Liebe die Möglichkeit der Einswerdung zweier Menschen, als direkten Durchbruch der Seelen von Mensch zu Mensch. Allem Sachlichen, Rationalen, Allgemeinen wird Liebe radikal entgegengesetzt. Der Sinn liegt in der Möglichkeit einer Gemeinschaft, eines „wir“, welche als volle Einswerdung, als ein Schwinden des „Du“ gefühlt wird und die so überwältigend ist, dass sie sakramental gedeutet wird. Mithilfe der Liebe überschreitet der Einzelne eigene Grenzen, die Liebe wird zur Transzendenz, zur Selbstauflösung und Verschmelzung mit dem Anderen (Weber, 1988). Simmel löste die Verbindung von Liebe und Sexualität: Beides könne auch ohne einander stattfinden, Liebe hat sich für ihn „vom Dienst des Lebens befreit“ (Simmel, 1985, S. 268, original 1906) – mit Blick auf die gesellschaftlichen Moralvorstellungen seiner Zeit, eine bemerkenswerte Überlegung.

Spätere soziologische Betrachtungen fokussieren die Rolle der Gesellschaftsordnung, insbesondere des Kapitalismus, auf die Entstehung von Liebe bzw. Liebesvorstellungen. Dabei ist die Behauptung, dass der Kapitalismus die Liebe erst ermöglicht habe (Sigusch, 2019) insofern zutreffend, als die Liebesbeziehung als freie Übereinkunft autonomer Individuen erst mit der Konstitution des bürgerlichen Individuums im Kapitalismus möglich wurde. Allerdings lassen sich

Bewegungen hin zu einem selbstbestimmten, autonomen Subjekt als Voraussetzung dieser Form von Liebe schon deutlich früher, im antiken Griechenland, finden (Aries, 1986; Duby, 1995; Métral, 1981; Pott, 1997). Dennoch haben die Spezifika der kapitalistischen Ordnung der modernen Gesellschaft, wie Individualisierung, Marktförmigkeit und Säkularisierung, entscheidend zum Durchbruch der Idee der romantischen Liebe als schichtübergreifendes Ideal – zumindest in westlichen Gesellschaften – beigetragen. Eva Illouz rekonstruiert in diesem Zusammenhang beispielsweise die Bedeutung der Werbung für die Etablierung bestimmter, exklusiver (Konsum-)Normen sowohl für die Phase des Kennenlernens (Dating) als auch für die daran anschließende Liebesbeziehung und markiert die These, dass in den zunehmend säkularen westlichen Gesellschaften die Liebe, die Religion als Ort der Transzendenz, der Selbstüberschreitung, ablöste. Hierbei spielt auch die Medialisierung von Liebe (zunächst in Film und Fernsehen, in jüngerer Zeit durch Social Media und Onlinedatingapps) eine Rolle, über die das Deutungsmuster der romantischen Liebe beständig reproduziert wird und die auch dazu beiträgt, dass reale Liebesbeziehungen nicht gelingen, die Liebe also endet (Illouz, 2007a, b, 2020; vgl. auch die Arbeiten von Reichertz, 1999 zur Medialisierung von Liebe in Fernsehformaten wie der „Traumhochzeit“).

Illouz' zentrale These, dass Liebe und Intimität durch den Einzug marktförmiger Logiken verändert, wenn nicht korrumpiert werden, und dass sich Liebe und Ökonomie eigentlich ausschließen sollten, bleibt – obwohl vielfach aufgegriffen – nicht unwidersprochen. Für Vivian Zelitzer (2007) beispielsweise vollziehen sich soziale und damit auch Liebes-Beziehungen schon immer in verschiedenen Märkten und nicht in getrennten Welten. Ökonomisierung, Monetarisierung und Politisierung waren schon vor dem Kapitalismus Bestandteil von Beziehungen, möglicherweise nicht explizit, aber dennoch wirksam. Die Vermischung von Liebe und Markt sei also keine Neuerung, die mit der kapitalistischen Wirtschaftsform, der Globalisierung oder der Digitalisierung in die Welt kam und die Liebe dann korrumpierte. Vielmehr seien Intimität und Ökonomie „connected lives“ (Zelitzer, S. 29), die in verschiedenen Zeiten jedoch auf unterschiedliche Weise miteinander verbunden gewesen seien (siehe hierzu auch schon die Arbeit von Simmel, 1985).

Ein weiterer Gegenstand aktueller soziologischer Diskurse sind die Kennzeichen postmoderner, kapitalistischer Gesellschaften wie die Beschleunigung sozialer und technologischer Veränderungen sowie des Alltagslebens, die Digitalisierung fast jeglicher Kontakte und ihre geografische Entgrenzung und die daraus resultierenden Konsequenzen für zwischenmenschliche und besonders intime Beziehungen. Der optimistischen Auffassung von Giddens (2016), dass Partnerschaften in Zukunft demokratischer und Sexualität verhandelbarer werden, Liebe also rationaler wird und somit eine (neue) Zukunft hat, steht hier die skeptische

Sicht von u. a. Baumann (2003) gegenüber, der im postmodernen Dogma möglichst flexibler Bindungen und aufschubloser Bedürfnisbefriedigung eine Gefahr für die Liebe aber auch für zwischenmenschliche Beziehungen generell sieht. Die zunehmende Technologisierung trägt für ihn nicht zu einer Verbesserung der Verständigung zwischen Menschen bei, sondern erzeugt Fragmentierung und Bindungslosigkeit. Liebe, die bei Baumann auch durch Verpflichtung und Festlegung gekennzeichnet ist, steht diesen postmodernen Entwicklungen konträr entgegen und wird zunehmend unmöglich. Für Rosa (2021a, b) schreiben sich zudem die Logiken der Beschleunigungsprozesse postmoderner Gesellschaften in die zwischenmenschlichen Beziehungen ein. Die verbreitete Wahrnehmung von Zeit als knapper Ressource macht auch vor Liebesbeziehungen nicht Halt: Onlinedating soll beispielsweise die Partnersuche möglichst effizient gestalten, d. h. die zeitlichen Ressourcen minimieren und zugleich die Reichweite erhöhen, um das bestmögliche Ergebnis zu generieren (vgl. auch Degen & Kleeberg-Niepage, 2022). Die Kehrseite dieser Steigerungslogik ist die Angst, etwas zu verpassen und sich auf etwas Ungewisses (wie eine Liebesbeziehung) einzulassen. Alles Bemühen aber, das Verlieben aus dem Bereich des Ungewissen, des Zufalls und des Risikos herauszuholen, ist nach Rosa (2019, 2021b) letztlich zum Scheitern verurteilt, da sich etwas Unverfügbares wie die Liebe gerade nicht erzwingen, kontrollieren oder besitzen lässt.

Ob das Bedingungsgefüge westlicher Gesellschaften konstitutiv für die Liebe, vor allem die romantische Liebe¹ ist und diese sich daher in nicht-westlichen Kulturen und Gesellschaften anders oder gar nicht zeigt, wird in der Soziologie ebenfalls diskutiert. Kulturvergleichende Untersuchungen sollen zeigen, dass sich nicht nur Liebe, sondern auch die mit der romantischen Liebe verbundenen Vorstellungen kulturübergreifend finden lassen (Jankowiak, 2008).² Morikawa (2014, 2019) weist in diesem Zusammenhang allerdings darauf hin, dass sich die Symbole und Deutungsmuster romantischer Liebe durchaus zwischen den Kulturen unterscheiden und somit nicht universell gültig sind. Unterschiede gibt es beispielsweise

¹ Verbunden mit der romantischen Liebe werden bis heute ein „willenloses Ergriffensein und krankheitsähnliche Besessenheit, der man ausgeliefert ist, Zufälligkeit der Begegnung und schicksalhafte Bestimmung füreinander, unerwartbares (und doch sehnlichst erwartetes) Wunder, das einem irgendwann im Leben widerfährt, Unerklärlichkeit des Geschehens, Impulsivität und ewige Dauer, Zwangsläufigkeit und höchste Freiheit der Selbstverwirklichung“ (Luhmann, 2014, S. 78 – vgl. auch Luhman, 1994).

² Dieser These widersprechen Kuchler/Behr 2014. Für sie ist „das heute für selbstverständlich geltende Syndrom romantischer Liebe im historischen Vergleich absolut ungewöhnlich oder sogar singulär“ (...) Romantische Liebe ist keineswegs ein menschliches oder gesellschaftliches Universal“ (Kuchler & Behr, 2014, S. 11).