

Marilyn und Kevin Ryan

## Selbstverständnis und Ehe

(Dieser Beitrag wurde ursprünglich für einzelne geschrieben, die sich mit dem Gedanken an die Ehe trugen und, womöglich, auch für Eheleute. Wir betrachten diesen Beitrag als eine Art Einleitungskapitel für ein kurzes Buch, das sich mit den verschiedenen Bereichen des Ehelebens befaßt: Arbeit und Beruf, Familie, Finanzen, der spirituellen Seite, Kommunikation und Lösung damit zusammenhängender Probleme. Um die einzelnen Passagen kenntlich zu machen, werden sie mit folgenden Zeichen eingeleitet: wenn Kevin zu Worte kommt ■; wenn Marilyn zu Worte kommt ●; wenn beide gemeinsam sprechen ▶. K.R.)

■ Vor zwanzig Jahren war ich graduierter Student an der Columbia University. Ich belegte eine Vorlesung des großen Lehrers und Literarkritikers Mark Van Doran. Da er anschließend in den Ruhestand treten wollte, war es seine letzte Vorlesung, die er zu halten gedachte. An die 250 Studenten saßen in versunkenem Schweigen und kritzelten die Worte des großen alten Mannes in ihre Kolleghefte. Nachdem er mit den griechischen Dichtern begonnen und uns in einem großen Überblick bis zu den modernen amerikanischen Bühnenschriftstellern geführt hatte, war schließlich das Ende seiner Schlußvorlesung gekommen. Nach einer Pause sagte er dann: «Die Frage, die alle diese großen Kunstwerke auf einen Nenner bringt und sich durch jede große Literatur zieht, lautet nicht: <Gibt es einen Gott?> oder <Was ist das wahre Wesen des Menschen?> oder <Was ist Wirklichkeit?> Die wirkliche Frage lautet» – und hier machte Van Doran eine Pause, blickte auf sein Auditorium und fuhr dann fort: «Wie handle ich? Das ist die Frage, die der Mensch zu beantworten sucht.» Und man spürte, wenn man diesem ausgezeichneten Wissenschaftler zuhörte, daß auch er in diesem Augenblick, gleichsam wie ein eigenes inneres Bedürfnis und Interesse, an dieser Frage teilhatte und wissen wollte, wie er handelte.

Bis dahin dachte ich, Beschäftigung mit dem eigenen Ich sei ein Zeichen von Schwäche. Ich hielt es nicht für möglich, daß starke erwachsene Persönlichkeiten eine Bestätigung brauchten oder ein irgendwie geartetes Zeichen von außen, daß ihr Handeln «in Ordnung» sei. Bis dahin war das einzige ernsthafte Buch über dieses Thema, das mir in die Hände gekommen war, David Reisman's *Lonely Crowd*, in dem der Autor den Untergang des von innen her gelenkten Menschen be-

klagte, der gewissermaßen nach eigenem Rhythmus marschiert, und auf der anderen Seite die Eigenschaften des von außen gelenkten Menschen darstellt, zu dem nach seiner Meinung so viele von uns heutzutage werden. Bis zu diesem Zeitpunkt war der herrschende Stil an den mir bekannten Universitäten rein philosophisch und literarisch. Man legte relativ wenig Wert auf das Studium des Menschen mit Hilfe von Psychologie, Soziologie oder Anthropologie. Vermutlich bestand der eigentliche Grund, weshalb Reisman überhaupt gelesen wurde, darin, daß er mehr spekulativ und Theoretiker war als Empiriker, als jemand, der Experimente sorgfältig erarbeitete und überwachte.

In den frühen fünfziger Jahren war der wahrhaftig große Mann auf dem Campus der Individualist, der Joyce las oder seine eigene Theorie über *Finnegan's Wake* hatte, oder der Mann mit Philosophie als Hauptfach, der mit Begriffen wie «ontologisch gesprochen» oder «unselbstbewußt (unself-consciously)» hantieren konnte. Während wir alle ziemlich unsicher und selbstbewußt waren, bestand wenig Berechtigung und noch weniger sprachliche Ausdrucksfähigkeit, das zu umreißen, was wir heute als Selbstverständnis (self-concept) ansprechen.

▶ Für den Begriff des Selbstverständnisses haben wir keine exakte Definition. In jüngster Zeit ist er in die Alltagssprache eingegangen. Und wenn wir versuchen, ihn zu definieren, dann in dem Sinne, wie er uns von seiner konkreten Verwendung her geläufig ist. So ist für uns das Selbstverständnis eines Menschen sein Sinn dafür, wer er ist; die allgemeine Grundrichtung seines Denkens von und über sich selbst; die Summe der Bilder, Meinungen und Einstellungen, die er von seiner eigenen Person und im Verhältnis zu dieser hat; alle die wechselnden Plus und Minus in seinem Leben, die geheimen Zweifel und der geheime Stolz, die Registrierung der offen zutage tretenden Makel und ästhetischen Vorzüge, – kurzum: der wesentliche Gehalt dessen, was jeder einzelne über sich denkt.

Im Unterschied zur mathematischen Summe von Plus und Minus ist das Selbstverständnis keine konstante, feststehende Größe. In unserer Erfahrung sind zwei Dinge am Werk: als erstes die Gewohnheit, als zweites die Fluktuation. Unter Gewohnheit verstehen wir die Regelmäßigkeiten, die übliche Weise, von uns selbst zu denken; das, was uns unter normalen Voraussetzungen in den Sinn kommt, wenn wir an uns denken, wie zum Beispiel: «ein - sich - viel - Mühe - gebendes, - aber - allzuvielen - Fehler - begehendes, - grundehrliches, - aber - ach - so - ungeordnetes - Ich»; oder «ein - heftig - vorandrängendes, - ungeduldiges, - sehr - einsames - Ich -, - das - kein - Mensch - versteht». Der habituelle Teil des Selbstverständnisses ist



der regelmäßig wiederkehrende Aspekt, unter dem wir uns selbst darstellen.

Daneben gibt es aber noch den fluktuierenden Teil unseres Selbstverständnisses. Das meiste an uns variiert weitgehend. Das heißt: *Wir* tun es gewiß. Einmal erhalten wir, wenn wir Plus und Minus gegeneinander aufrechnen, ein Plus. Das nächstemal ein Minus. Hier liegt ein situations- und zeitgebundener Faktor, der schwerlich vorzuberechnen ist. Doch haben wir herausgefunden, daß unser Selbstverständnis in einer vorhersehbaren Form sowohl vom Wetter beeinflusst wird als auch davon, was wir getan oder nicht getan haben, oder davon, ob wir viel körperliche Betätigung hatten oder nicht. Das mag uns seltsam vorkommen, doch wie wir uns selbst gegenüber fühlen, scheint sehr eng damit zusammenzuhängen, ob wir irgendeine angestrenzte Tätigkeit ausgeübt haben oder nicht. In einem bestimmten Augenblick ist unser Selbstverständnis somit das Zusammenspiel zwischen unserer gewöhnlichen Selbstdarstellung und dem Ergebnis des Augenblickes.

Während unserer College-Jahre hatten wir natürlich auch das, was wir heute als Selbstverständnis bezeichnen, doch sprachen wir davon nicht als von einem solchen. Wir setzten uns damit in einer weniger direkten Weise auseinander, als wir es heute tun. Eine Wendung, die wir immer wieder gebrauchten, war «Minderwertigkeitskomplex». Dieses Schlagwort gehört zu denen, die aus der Mode gekommen sind, vielleicht weil es so allgemein ist. Bei zurückhaltenden Menschen, Introvertierten oder Spätentwicklern sagte man oft, sie hätten einen «Minderwertigkeitskomplex». Unter engen Freunden war es nicht ungewöhnlich, in Augenblicken besonderer Aufrichtigkeit mit der Feststellung herauszuplatzen, man leide unter schrecklichen «Minderwertigkeitskomplexen». Doch wenn auch das Wort selbst aus der Mode gekommen ist, – der Gedanke, der dahintersteht, keineswegs.

● Ein wesentlicher Unterschied zwischen damals und heute besteht indessen darin, daß «einen Minderwertigkeitskomplex» oder was auch immer zu haben, kein für das ganze Leben gültiges Urteil mehr ist. Wir erkennen ferner heute die Begleitsymptome des «Minderwertigkeitskomplexes» als situationsbedingt und bei vielen Menschen immer wieder kommend und gehend. Heute sagen wir von einem Menschen, er habe ein dürrtiges oder negatives Selbstbild. Außerdem haben wir heute ein bedeutend größeres Vertrauen zur Wandlungsfähigkeit und Entwicklung des Menschen. Und das, obgleich der Gedanke des Spielens mit der eigenen Persönlichkeit noch relativ neu ist. Als Studenten bekamen wir noch keine größeren oder geringeren Dosen von Carl Rogers auf uns selbst angewandt, noch

hatten wir ein «human potential movement», das uns zu höheren Ebenen der Selbstverwirklichung und -entwicklung anspornte. Wir waren weder damit beschäftigt, uns selbst zu finden, noch «mit unseren Gefühlen in Kontakt zu kommen». Mit unserer Körperlichkeit und unserem Fühlen verfuhr wir sehr privat. Es gab noch wenig Verständnis und noch weniger direktes Gespräch über Sex. Die intimste Anspielung, die wir uns erlaubten, war vielleicht die Bemerkung, daß zwischen einem bestimmten Mann und einer bestimmten Frau «Chemie» im Spiele war. Und wir dachten, daß die richtige chemische Attraktion ein notwendiges Element einer guten Ehe sei. Tatsächlich aber bedeutete es, wenn man von einer Frau sagte, «hier ist die richtige Chemie vorhanden», ganz genau dasselbe, als sagte man: «Sie macht mich scharf.»

Doch wir sprachen über diese Bereiche nicht allzuviel. Wir unterdrückten geradezu viele von diesen Gefühlen und konzentrierten uns darauf, unsern Geist zu entwickeln – weithin mit Hilfe von Literatur und Philosophie. Und natürlich richtete sich das verbreitetste Interesse darauf, eine Stellung und eine Frau beziehungsweise einen Mann zu bekommen. Manche unserer Freunde aus den College-Jahren lernten so gut, Ehegatten oder -gattinnen zu finden, daß es scheint, als hätten sie daraus eine Gewohnheit gemacht.

■ Wir sprachen viel über Persönlichkeit. «Er ist keine Persönlichkeit», «Sie hat eine tolle Persönlichkeit», worauf dann das unvermeidliche «Aber» folgte mit der Schilderung irgendwelcher körperlichen Mängel, die charakterisiert wurden – etwa als «Pizzateint» oder «Elefantenbeine». Jedenfalls betrachteten wir Persönlichkeit als eine feste Größe. Sie war für uns eine Zusammensetzung aus dem, was geworden war und nicht eine Richtung, in der sich ein im Werden befindliches Selbst bewegt. Unsere Persönlichkeiten waren etwas Beständiges und nur in ganz geringem Maß einem Wandel unterworfen. Heute leben wir offenbar in einer völlig andersartigen psychologischen Landschaft. Wir haben unsere Gefühlswelt zu entdecken und uns mit dem Prozeß der Selbstentwicklung und ständigem Wandel auseinanderzusetzen. In Anpassung an Mobilität und immer neue Eindrücke und Ereignisse sowie aus dem Bedürfnis nach Anreizen denken wir nicht so sehr an Persönlichkeit (und deren Manifestation nach außen), sondern eher an Selbstverständnis und inneren Zustand.

● Wir meinen, daß wir uns gewandelt haben in unserem Denken und Fühlen. Es war für mich ein großer Schock, als ich in meine Heimatstadt Bellingham (Washington) zurückkehrte und eine alte Freundin von der High school traf, die mir sagte: «Du hast dich kein bißchen geändert.» Ich war verblüfft. Ich meinte,



ich hätte völlig verändert gewirkt. Ich hatte ein ganz anderes Gefühl. Ich dachte, ich hätte die ganze Zeit Erkenntnisse über mich selbst, über mein physisches Wohlergehen, über geistige Dinge und Zusammenhänge gewonnen, und all diese Erkenntnisse würden sichtbar sein. Meine ehemalige Klassenkameradin wollte mir vermutlich ein Kompliment machen. Aber ich war enttäuscht. Gleich der Dame in der Geritol-Reklame war ich nicht älter geworden, ich war besser geworden. Jedenfalls dachte ich so. Was ich wußte von Übergangsphasen im Leben, von Verhaltensforschung und von chinesischer Kunst, kam nicht zum Zuge. Daß ich in Kontakt mit mir selbst gekommen war, daß ich ein respektables Tennisspiel zustande gebracht hatte, war nicht gesehen worden. Daß ich Frau, Mutter, graduierte Studentin geworden und daß nichts davon sichtbar geworden war, wirkte niederschmetternd.

► Heutzutage sind wir alle uns unseres Selbst stärker bewußt. Ein Teil dieses neuen Selbst-Bewußtseins ist gesund und hat eine positive Bedeutung. Die jungen Leute, mit denen wir zusammenkommen, erscheinen uns weniger verträumt und viel realistischer, als meine Freunde und ich im gleichen Alter waren. Sie wirken aufgeschlossener und weltgewandter. Sie machen den Eindruck, als wüßten sie ihren Weg überallhin und verständen sehr wohl für sich zu sorgen. Und doch ist das alles kein reiner Segen gewesen. In den letzten zehn oder fünfzehn Jahren hat sich in unserm Land eine stille, aber entschiedene Verschiebung der Werte von der Loyalität der Familie und Gruppe gegenüber zu einem neuen Bewußtsein und Interesse für das eigene Selbst vollzogen. Heute ist der Superstar mehr der Individualist als der Spieler in der Mannschaft. Die Leute scheinen darauf aus zu sein, den außerordentlichen Alleingänger zu erleben und nicht die Koordinierung einer Vielzahl unterschiedlicher Talente. Unsrere Baseball-Helden haben sich vom Typ Jackie Robinson auf den Typ Reggie Jacksons verlagert.

Vor zehn Jahren sahen wir uns gedrängt, unsre eigene Angelegenheit zu bewältigen. Wir begannen herauszufinden, wozu wir gut waren. Seitdem haben wir erlebt, wie die Schlagworte mit dem Tenor «Kümmere dich um dich selbst» sich zunächst zu Lebensweisen und dann zu Buchtiteln weiterentwickelt haben. So hat man uns immer wieder Dinge erzählt wie: «We're only going around once. Make the most of it.» «Nice guys finish last.» «Winning isn't everything, it's the only thing.» (Wir gehen nur im Kreis; Mach daraus soviel wie möglich; Nette Kerle sind zuletzt fertig; Gewinnen ist nicht die Hauptsache, es ist das einzige überhaupt.) Während wir dies hier schreiben, macht gerade *Looking Out For Number One* seinen Weg auf die Bestsellerlisten, doch weiß nur, um durch ein anderes

Buch abgelöst zu werden, das wieder das Selbst in den Brennpunkt stellt. Doch was manche die «Ich-Generation» nennen, ist nicht auf eine besondere Altersgruppe beschränkt. Die Ich-Bespiegelung oder der «neue Narzißmus» ist wie ein Virus, von dem viele von uns befallen sind. Wir haben das Gefühl – und unsere wichtigen Leute und Gurus bestärken uns darin –, daß, wenn wir uns nicht um uns kümmern, niemand anderer es tun wird.

■ Ich fühle den Druck dieses Alltags bei meiner Arbeit. Ich sehe die, die sichtlich Karriere machen, sowohl finanziell wie gesellschaftlich; dahinter steht für gewöhnlich ein bißchen Kompetenz und ein hoch entwickelter Eigennutz. Die Leute mit Kompetenz, die sich zugleich für Studenten einsetzen oder dem institutionellen Gemeinwohl dienen, werden allzuoft übergangen, wenn es an die Ausgabe der Anerkennungen geht. Gewiß, solche Männer und Frauen mit einer großmütigen und menschlich hochstehenden Einstellung genießen die Achtung ihrer Studenten und Kollegen; aber die Bonbons gehen an die andern. Ich bin sicher, daß jeder von uns dasselbe Phänomen in seinem Bereich beobachtet. Und jeder von uns hat Tag für Tag zu kämpfen um Entscheidungen zwischen «Ich» und «die anderen». Doch scheint es, daß die heutige Zeit charakterisiert ist durch eine Haltung, die mehr und mehr zu einer rückhaltlosen Selbstverliebtheit wird, wobei jeder sich so geschäftig um seine eigene »Nummer eins« kümmert, daß uns wenig Zeit, Kraft oder Offenheit bleibt, uns um unsren Ehepartner, unsren Freund, Bruder, Verwandten, Nachbarn und Weggefährten auf dem großen blauen Planeten zu kümmern.

► Vermutlich spiegeln unsre Gedanken letztlich nur die eigenen berechtigten Sorgen um uns selbst wider. Doch wir erblicken diese gesteigerte Beschäftigung mit sich selbst in so vielen modernen Trends: bei dem Ehepaar, das keine Kinder hat, weil es die Verantwortung nicht auf sich nehmen will; die beiden wollen lieber einen neuen Sportwagen haben als einen gebrauchten gekauften Kombi; sie wollen lieber ihren Urlaub mit dem Club Mediterrané genießen als ihr Geld für Umstandskleidung und Kinderwagen ausgeben. Der gleiche Trend zeigt sich in den außergewöhnlichen Opfern, die Männer für ihre berufliche Karriere und ihren finanziellen Erfolg bringen, wenn sie die Erziehung der Kinder ihren Frauen überlassen und schließlich ihre Kinder überhaupt kaum noch kennen; in den ausgeklügelten Methoden, mit denen sie kontrollieren, daß ihr Frauen ans Haus gebunden bleiben und in ihrer persönlichen Entfaltung verkümmern. Er ist zu beobachten bei den Grundsätzen, nach denen wir uns unsre Freunde aussuchen: weitgehend unter dem Gesichtspunkt, ob sie uns helfen und unsere Ambitionen be-



friedigen können, und nicht wieweit ein persönlicher Austausch möglich ist oder wir ihnen etwas bieten können.

Für uns bedeutet dies alles das eine: Den Nächsten zu lieben wie sich selbst, wird immer schwieriger. Es wird tatsächlich zu einer kulturwidrigen Verhaltensweise. Doch bleiben wir bei der Überzeugung, daß unsre Erlösung – und die der Menschheit – davon abhängt, daß wir einen Ausgleich finden zwischen den Fragen: «Was tue ich?» und «Was tust du?»

Doch ist die Frage: «Was tue ich?» von zentraler und ganz wesentlicher Bedeutung. Denn unser Selbstverständnis beruht zum guten Teil darauf, wie die Antwort auf die Frage: «Was tue ich?» für uns ausfällt. Lebe ich meinen Idealen entsprechend? Lebe ich, wie meine Angehörigen und meine Freunde es von mir erwarten? Lebe ich den christlichen Idealen gemäß? Bin ich ein Mensch, wie ich mir vorgenommen habe zu werden? Viele Leute geben uns vielerlei Antwort auf diese Fragen, und das mehr oder weniger beiläufig. Man hört uns an oder nicht. Man macht uns Komplimente oder ignoriert uns. Die einen lassen uns erkennen, daß wir für ihr Leben eine Bedeutung haben, die andern tun dies nicht. Wir werden nicht eingeladen zu einem gesellschaftlichen Ereignis. Ein Essen, um das wir uns besondere Sorge gemacht haben, erntet überschwängliche Komplimente. Unsre Kinder werden gelobt wegen ihres guten Benehmens. Aus einem solchen Gemisch von uns erreichenden Botschaften ist ein Selbstverständnis grundgelegt worden und entwickelt sich weiter.

■ Vielleicht handelt es sich hier um lauter Dinge, die klar auf der Hand liegen, doch der eine Mensch, mit dem wir nach unsrer eigenen Entscheidung unser Leben verbringen wollten, unser Ehepartner, wird zu einem Hauptfaktor in der Entwicklung unsres Selbstverständnisses. Unser Ehepartner läßt uns vielleicht mehr als jeder andere erkennen, «wie wir handeln». Und er verrät uns jedes «Besser oder Schlechter». Nicht nur, daß wir mit ihm einen Großteil unsrer Zeit verbringen und einen besonders weitgehenden Austausch miteinander pflegen, – das Urteil des Ehegatten besitzt auch einen besonderen Wert, eine besondere Qualität. Diesem einen «anderen Menschen» liegt genug an mir, daß er sein Leben mit mir verbringt, ja vielleicht sogar das größte Wagnis des eigenen Lebens dabei eingeht. Im Laufe unsrer Ehe hat er mich besser kennengelernt als irgendein anderer Mensch außer meinen Eltern. So gesehen, verfügt er über die besten Voraussetzungen, mir die Frage: «Wie handle ich?» zu beantworten. Wenn ich Marylins Augen anschau und sehe darin Enttäuschung, Ärger oder Indifferenz, so ist mein Selbstverständnis davon betroffen. Wenn sie mir sagt, ich lasse

sie im Stich oder helfe ihr nicht weiter in der Weise, wie sie es gehofft habe, oder ich sei, wenn man es näher betrachtet, doch keine Qualitätsware, dann erhält mein Selbstverständnis einen schweren Stoß. Sagt sie mir dagegen: «Ach ja, ich merke, daß ich mit dir doch ein gutes Geschäft gemacht habe», so hilft das meinem Selbstverständnis auf die Beine. Sagt sie mir, was ich in einer Ehe für ein ganz normales Verhalten ansehe, was ich im Falle A, B und C mache, sei in Ordnung, doch verlange X, Y und Z doch noch etwas mehr Aufmerksamkeit, dann hilft das ebenfalls meinem Selbstverständnis auf, und ich weiß die Richtung, in der zumindest meine besorgte Haus-Kritikerin wünscht, daß ich mich bewegen soll.

● Wir dachten, wir hätten viel gemeinsam, als wir jung verheiratet waren. Das war der hauptsächliche Grund, aus dem wir geheiratet haben. Wir hatten umfassende, ausgedehnte Gespräche, taten gern dieselben Dinge und reagierten in der gleichen Weise auf Kunst und Theater. Wir trieben gern Sport, sprachen mit Vorliebe über Bücher und Politik. Wir hatten die gleichen Wertvorstellungen. Wir wünschten uns Familie, aber nicht gleich. Wir wollten erst unser Studium bis zur Graduierung hinter uns bringen und einiges leisten. Wir kamen aus einer guten Familienatmosphäre und liebten unsre Eltern. Zwar stammten wir aus verschiedenen Gegenden unsres Landes und hatten ganz unterschiedliche Erziehung genossen, doch konnten wir einander viel mitgeben. Wir wußten, was wir wollten und wie wir es anstellen sollten, es zu erreichen – wenn auch nur ungefähr und annähernd. Wir lasen Mary McCarthy, J.D. Salinger und J.F. Powers; wir verfolgten aufmerksam, wie Barbara Streisand und Bob Dylan Stars wurden, und mit wachsendem Grauen den Vietnam-Krieg. Wir lernten ohne die Kennedys zu leben. Wir paßten uns dem großstädtischen Leben an. Das alles waren miteinander geteilte Erfahrungen, die uns formten.

Wir haben inzwischen herausbekommen, daß es in einer Ehe mehr zu gestalten und in Form zu bringen gibt, als wir geglaubt und früher miteinander erlebt hatten. Unser beider voneinander unabhängiges Selbstverständnis ist aufeinanderzugewachsen. Wir sind wie zwei Bäume, die nebeneinander gepflanzt wurden, die sich im gleichen Wind biegen und beugen, von den gleichen Wintern knorrig werden und gemeinsam sich nach der gleichen Sonne und dem gleichen Himmel recken. Wir glauben nun, daß wir verschieden sind, weil wir zusammen gelebt haben. Was einmal Affinität war, ist nun, wie manche sagen möchten, bisweilen ein schlechtes Karma. Was einmal Magie gewesen ist, ist heute manchmal zur Funktion geworden. Anstatt uns auf der Grundlage unserer eigenen Nei-



gung und unsres eigenen Vorteils zu etwas zu entschließen, entscheiden wir uns gemeinsam nach vorausgehender Diskussion und Abstimmung aufeinander. Das Endergebnis des Gestaltens und Formens ist, daß wir andere Menschen sind, als wir waren. Wir haben uns aufeinander zu gewandelt und uns nach neuen Mustern geformt. Der Inhalt dieser Muster hat sich aber auch gewandelt. Ich bin früher den ganzen Sommer über geschwommen; nun verbringe ich ihn auf dem Tennisplatz; mein Mann, der einst nächtliche Schmausereien mit ungewaschenen Löffeln liebte, schwärmt heute für französische Küche. Die Leute, die früher an Wochenenden spät zu Bett gingen und spät aufstanden, stehen heute zusammen auf, um loszufahren oder ein wenig morgendliche Ruhe gemeinsam zu genießen. Ich bin, was Kevin in mir sieht. Ich bin auf dem Wege zu werden, was ich nach seinem Wunsch sein sollte. Kevin ist auf dem Weg zu werden, was ich wünsche, daß er es wird. Wenn das narzißtisch klingt, so ist es doch auch etwas Respektgebietendes. Wenn ich die Monate und Jahre überblicke, kann ich sehen, was von dem Ich, das ich einmal war, vorangekommen und was in den Hintergrund getreten ist. Ich erkenne ein Spiegelbild meines Selbst in dem, was ich geworden bin, und in den Wandlungen, die ich bei Kevin sehe. Ich meine, ich bin ein besserer Mensch, wenn ich mit ihm zusammen bin, als wenn ich ohne ihn bin. Daheim bei meinen Eltern war ich verträumt, unordentlich und richtungslos. In der Zeit, die ich verheiratet bin, bin ich, wie mir scheint, geworden, was ich wollte. Das mag nach einer Selbstaufgabe und völligen Unterwerfung dem andern gegenüber klingen, ist es aber nicht. Wir haben es beide um einer Sache willen getan. Tatsächlich haben wir, als wir beschlossen zu heiraten, uns vorher schon entschieden gehabt, zu sein, was der Partner wünschte und brauchte. Ich glaube nicht, daß wir dabei uns selbst, unsere je eigene Identität verloren haben, wir haben uns vielmehr ganz unbewußt auf das hin bewegt, was der andere wünscht.

► Unsre Erfahrung lehrt uns ferner, daß es von unserm Partner abhängt, wie wir über uns selbst denken und welches Gefühl wir uns selbst gegenüber haben. Aus dieser Perspektive betrachtet, ist unser Ehepartner ein ganz wesentlicher Faktor für unsre eigene geistige Gesundheit. Wenn er an uns glaubt und uns mit trägt und uns Hilfe leisten kann, wenn wir das Ziel nicht erreichen, oder wenn er uns einen freundschaftlichen Rippenstoß gibt, wenn wir vom Weg abkommen, so gibt uns das Kraft und Vertrauen. Unser Selbstverständnis wird in positivem Sinne gestärkt. Wenn wir dagegen durch ständige Nörgelei, Uninteressiertheit oder Spott des andern zu der Überzeugung gelangen,

der andere kenne uns zwar, halte uns aber für einen Versager, so können wir kaum ein günstiges Selbstbild bekommen. Gelegentlich ist unser Ehepartner unser schlimmster Feind. Bei manchen Männern weiß man, daß sie sich über ihre Frauen lustig machen, sie gern in Verlegenheit bringen; ein Gesellschaftsspiel, das nichts zu tun hat mit echtem Schmerz. Oder es gibt Frauen, die irgendeinem Ärger Luft machen, indem sie ihren Mann in Anwesenheit anderer Ehepaare herabsetzen. Ein Freund erzählt, daß ein ihm von der Universität Chicago her bekanntes Ehepaar auf diese Weise schließlich zur Scheidung kam. Die beiden waren 20 Jahre verheiratet gewesen, und für viele, die sie kannten, kam der Bruch wie ein Schock. Unser Freund dagegen war keineswegs überrascht. «Frau S.», erklärte er, «hat mir bei mehr als einer Gelegenheit gesagt: Wissen Sie, mit Nelson ist im Bett nicht viel los!» Sicher konnte Frau S. selbst nicht zu den Überraschten gehört haben, als der alte Nelson schließlich mit einer jüngeren Frau davonging.

● Unser Selbstverständnis ist etwas recht Schwankendes, Unsicheres. Selbst wenn wir uns ein Selbstbild entworfen haben, das gegen kleinere Angriffe gefeit ist, oder wenn wir nur wenig auf Bemerkungen reagieren, die die Leute über uns machen mögen, so bewahren sich die meisten von uns solche Bemerkungen auf für Augenblicke des Zweifels an sich selbst. Mein Mann ist für mich keine große Hilfe, wenn er sich über die Innenausstattung unsres Hauses beklagt oder mich auf schlechtes Essen aufmerksam macht. Jeder hat Tage, an denen aus dem Essen nichts wird oder die häuslichen Arbeiten schief gehen. Tage, an denen der Absatz nicht klappt und bei der Forschungsarbeit nichts herauskommt. Wenn unser Verhältnis zueinander als Partner so ist, daß wir Verständnis aufbringen für solche schlechten Tage und bemüht sind, daran mitzutragen und einen Ausgleich zustande zu bringen, dann geht auch weiter alles gut.

■ Wir haben entdeckt, daß es zwei Aspekte des Selbstverständnisses gibt, die in einer Ehe regelmäßig eine Rolle spielen. Sie stellen passive und aktive Aspekte des Ich dar. Der passive Aspekt ist das verwundbare Ich, das Ich, das Urteilen, Abwertungen und Zurückweisungen ausgesetzt ist. Daneben steht das aktive Ich oder das Ich, das «um Hilfe ruft». Beide werden in unsrer Ehe sozusagen auf der alltäglichen Ebene wirksam. Ich möchte veranschaulichen, was ich hier meine: Komme ich nach Hause vom Unterricht in einer schlechten Klasse oder mit dem Gefühl, ich hätte nichts zuwege gebracht, fühle ich mich niedergeschlagen. In dieser Stimmung mache ich alle Dinge kompliziert, indem ich meinem Ziel nicht gerecht werde, «gute Stimmung mitzubringen, wenn wir heimkom-



men». Alter Zweifel an mir selbst wird wieder wach. Die konstruktiven Ideen gehen mir aus. Das Ich, das ich mir erhofft hatte, hat nie Gestalt gewonnen. Marilyn ihrerseits hat einen Tag voll Desinfektionsmittel, Erdnußbutter, Sandwiches und schmutziger Wäsche hinter sich. Ihr ist bewußt, daß sie keine Zeit aufbringt zum Lesen und daß ihr Gehirn langsam einrostet, daß sie eingespannt ist in den immer gleichbleibenden Tageslauf einer Hausfrau in der Vorstadt. Es wird langsam Abend, und anstatt uns dieses Tages zu erfreuen, gewinnen wir den Eindruck, daß er uns überfahren hat. Alle beide wünschen wir uns nur dies: Trost, Ermutigung und unkritische Liebe. Was wir wünschen und was wir bekommen, ist nicht immer dasselbe. Einen Teil des Problems bildet der Umstand, daß wir nicht immer wissen, wie wir dem andern verständlich machen sollen, was sich in Worten etwa so ausdrücken ließe: «Du, ich bin einigermaßen angeschlagen. Kannst du mir helfen?» Der andere Teil desselben Problems besteht darin, daß wir oft so mit unsern eigenen seelischen Verletzungen beschäftigt sind, daß wir gar nicht daran denken, wie sehr der andere unsre Hilfe braucht. Diese Konstellation ist geradezu in vollendeter Weise geeignet für einen Streit. Wenn dann noch ein paar Kleinigkeiten dazu kommen, wie Kindergeschrei oder eine Zahlungsaufforderung für eine übersehene Rechnung, dann bewegt sich alles auf einen kritischen Punkt zu. In diesem Augenblick bekommt das Verständnis für die aktiven und passiven Aspekte des Selbstverständnisses gesteigerte Bedeutung. Wenn Marilyn sagen kann: «Ich hab einen schrecklich eintönigen Tag hinter mir und bin reif für die Klappsmühle. Bitte erzähl mir etwas Interessantes von der wirklichen Welt da draußen», dann ist das ein Anfang. Und wenn ich sagen kann: «Ich verzweifle an mir selbst. Bei mir ist heute der Wurm drin», dann ist das auch ein Anfang. Wenn wir unsere verwundbaren Stellen einander offenlegen und um Hilfe bitten können, dann ist die halbe Arbeit getan. Wir sind vor uns selbst ehrlich gewesen und vor unserm Partner, und keiner von beiden hat in einer heftigen Reaktion aufgelacht oder die Augen gerollt. Wenn man das tun kann, bedeutet dies eine Hilfe. Wenn man in der Lage ist zu sagen, wie man sich im gegebenen Augenblick fühlt, so erleichtert uns dies.

► Der zweite, mehr aktive Teil ist der, ein tröstender Freund zu sein. Das ist der schöpferischere und anspruchsvollere Teil. Er bedeutet: den eigenen Alltagskram, die eigene Bilanz von Gewinn und Verlust vergessen und sehen, wie man dem andern helfen kann.

Unendlich viel ist geschrieben worden zu dem Thema, daß Mann und Frau einander helfen sollten, zu wachsen an Geist und Herz. Aber nur sehr wenig davon sagt uns, wie man das anstellen soll. Als wir jung

verheiratet waren, fanden wir bei uns selbst das Ziel, das Verlangen, einander zu helfen. Doch wußten wir nicht, wie wir dieses Ziel erreichen sollten. Uns fehlte gewissermaßen die Übung. Tatsächlich wollten wir gut zueinander, eins dem andern ein guter Mann, eine gute Frau sein, doch hatten wir keine Vorstellung, wie wir zu einer entsprechenden Persönlichkeit werden sollten. Vor langer Zeit hat Aristoteles einmal zu der Frage gesprochen, wie man Tugenden, wie etwa Mut, erwerben könne. Er sagte: Ein Mann wird tugendhaft, indem er tugendhaft handelt. Er wird tapfer, indem er tapfere Taten vollbringt. Er wird freundlich, indem er freundlich handelt. Gewiß war diese Botschaft des Aristoteles an die Nachwelt hilfreich. Aber uns ging sie nicht weit genug. Wir hätten konkretere Hinweise gebraucht.

Im Lauf der Zeit haben wir den einen oder anderen Hinweis aufgeschnappt, die uns halfen, einander bessere verständnisvolle Freunde zu werden. Einige davon hatten wir mit in die Ehe gebracht. Andere hatten wir bei unseren Freunden entdeckt oder von ihnen gelernt. Hier verdanken wir Father Tom Ryan und Dr. Naomi Meara einiges. Zehn solcher Hinweise, die wir als besonders hilfreich empfunden haben, möchten wir im folgenden aufzählen:

1. Ehrliches Lob. – Menschen haben es nötig, daß man ihnen sagt, wenn sie etwas gut gemacht haben. Angesichts der vielen negativen Urteile, die wir von ihnen und von außen her bekommen, ist es wichtig, daß wir an unsre guten Seiten erinnert werden. Bisweilen erfordert es Überlegung und Vorstellungskraft, jemandem, der von einem aktuellen Problem bedrängt oder aus der Fassung gebracht ist, eine solche ehrliche Anerkennung zu geben. Er hat vielleicht eine Stelle, die er gern haben wollte, nicht bekommen oder mit einem Plan Schiffbruch erlitten. Das letzte, das ihm helfen kann, ist leere Lobhudelei. Das Wichtigste dagegen, was er braucht, ist, wieder zu den eigenen Stärken zurückzufinden. Und da können wir ihm helfen, indem wir ihn daran erinnern.

2. Rechtzeitige und häufige Anerkennung. – Niemals sind wir einem Menschen begegnet, der unter einem Zuviel an Anerkennung, Lob oder Hilfe von seiten seiner Umgebung gelitten hätte. Eigene Erfahrung sowie Erfahrungen, an denen wir teilnehmen konnten, zeigen uns dagegen, daß die meisten Menschen sich chronisch unterschätzt, gelegentlich von Angehörigen und Freunden abgelehnt und nicht selten völlig im Stich gelassen und ohne jede Hilfe dahintreiben fühlen. Wir sind beide schon überrascht gewesen, daß einfache Komplimente dem andern viel bedeutet haben. Wir hatten gedacht, der andere sei sich völlig klar darüber, wie sehr wir dieses oder jenes an ihm schätzten. Wir



sind inzwischen zu der Überzeugung gelangt, daß wir alle in einer unpersönlichen Welt unsern täglichen Kampf ausfechten und von Zweifeln an uns selbst geplagt sind. Wir haben es nötig, daß man uns von unsern Stärken spricht und von den Dingen, die wir gut machen. Ja wir brauchen es, daß man uns das rechtzeitig und nicht zu selten sagt.

3. Mach dich abkömmlich! – Wenn es zwischen uns Spannungen gibt, dann nicht selten, weil wir dem andern nicht die Zeit geschenkt haben, die eine Ehe verlangt. Wir schlüpfen unbekümmert in unser eigenes Leben hinein und sperren den andern aus. Wir müssen uns ganz bewußt machen, daß etwas so schwer Faßbares und Veränderliches aufzubauen wie eine gute Ehe, Zeit erfordert, und zwar Zeit auf der Grundlage einer gewissen Regelmäßigkeit.

4. Kein Herumwühlen in alter Schuld. – Während viele anderer Ansicht sind, glauben wir, daß ein wenig Schuldgefühl nichts Schlechtes ist. Unglücklicherweise haben die meisten von uns viel zu viel davon. Manchmal offenbar wegen ganz lächerlicher Dinge: etwa weil wir den Boden schrubben, weil unsre Mütter es taten; oder weil wir an Schulfesten teilnehmen, Jahre nachdem wir die Schule verlassen haben. Es ist sehr leicht für den Partner, an unser Schuldrepertoire zu rühren. Wenn uns ein besseres Argument fehlt, besteht für uns alle die große Versuchung, Bemerkungen zu machen wie die: «Ich wünschte, deine Mutter könnte dich jetzt hören.»

5. Dem andern helfen, «nein» zu sagen. – Wir begegnen vielen Menschen, denen es schwerfällt, nein zu sagen. In bestimmten Situationen gehören wir alle dazu. Vielleicht gehört das in den Bereich des Schuldbewußtseins, von dem wir oben gesprochen haben. Viele von uns haben das Empfinden, daß wir irgendwie nicht «das Unsere» tun. So antworten wir, wenn wir gefragt werden, fast automatisch mit «ja». Und dann sind wir böse auf uns selbst. Wir fühlen uns schwach. Wir fühlen uns übertölpelt und werden ärgerlich. Wenn er das bemerkt, kann der Partner uns helfen, indem er uns bestärkt in dem Entschluß, «nein» zu sagen.

6. Die Fähigkeit, sich einzufühlen in den andern. – Wenn einer von uns über den andern ärgerlich wird, so ist er normalerweise versucht zu sagen: «Ich habe nicht gern, was er oder sie mir gegenüber tut», oder irgendein negatives Urteil abzugeben über das, was der andere tut. Wir fanden, daß es besser und hilfreicher ist, an sich zu halten und zu versuchen, uns mit den Gedanken des anderen in dessen Erleben hineinzudenken. Was steckt hinter seinem/ihrem Ärger? Was für einen Tag hat sie/er hinter sich? Was könnte ich, was könnten die Kinder getan haben, daß es dazu kommen

mußte? Und vor allem: «Was möchte sie/er wohl jetzt im Augenblick gern? Was geht in ihr/ihm vor?» Dieses Verfahren haben wir als besonders hilfreich empfunden. Doch um es sich zu eigen zu machen, braucht es seine Zeit. Es ist eine geistige Haltung, um die man sich redlich mühen muß.

7. Antwort auf Hilferufe. – Viele Leute haben die Angewohnheit, ständig sich selbst herabzusetzen. Sie erinnern unaufhörlich daran, daß sie dies oder jenes nicht so gut können wie andere. Dann wollen sie in einem Ton der Mutlosigkeit davon sprechen, wie unfähig und wirr sie sind. Uns kommt das vor wie ein Hilferuf in die Welt hinaus. Viele von uns machen sich zwar dieses Verfahren nicht gerade zur Gewohnheit, rufen aber doch um Hilfe. Wir können uns nach einer Enttäuschung zurückziehen. Wir können empfindlich und reizbar werden. Wir können sogar den Wunsch verspüren, mehr und mehr zu schlafen. Wir können – und das geschieht, wie wir meinen, nur allzu häufig – anfangen, uns über uns selbst zu beklagen. Vermutlich hat jeder von uns seine eigene Art und Weise zu zeigen, daß er Hilfe braucht. Der Ehepartner, bei dem ich Ärger auslöse, kann eben dadurch meine Hilfe erbitten; er kann Bestätigung suchen oder von mir erwarten, daß ich ihm helfe, seine Zweifel an sich selbst zu überwinden. Wir müssen lernen, auf solche Signale zu hören, solche Hilferufe wahrzunehmen und bereit zu sein zu einer Antwort.

8. Sag, daß dein Ehepartner dir etwas bedeutet, und sag es durch konkrete Handlungen. – Oft ist das Beste, was wir unserem Partner tun können, daß wir ihm das Leben leichter machen. Dabei kann dies durch ganz einfache Dinge geschehen: Rasenmähen, einmal das Essen bereiten, ein paar Telefonanrufe übernehmen, die ihr/ihm unangenehm sind, das Scheckbuch ausgleichen. Worauf es dabei ankommt, ist, daß man genügend fürsorgliches Interesse aufbringt, um dem andern ein wenig Ellenbogenfreiheit zu schaffen oder irgendeinen lästigen Stein aus dem Weg zu räumen. Das wirkt besonders wohltuend, wenn es gerade nicht erwartet wird und als Überraschung geschieht.

9. Tretet nicht in ein Konkurrenzverhältnis zueinander, sondern arbeitet loyal zusammen. – Wir leben in einer Welt voll von Konkurrenzsituationen. Die meisten von uns sind dazu gedrängt worden, individuell Hervorragendes zu leisten, haben aber wenig gelernt, wie man mit anderen zusammenarbeitet. Es ist daher schwierig, hier seine Gewohnheiten zu ändern, wenn man in die Ehe eintritt. So geschieht es dann nicht selten, daß Ehepartner plötzlich, fast unbewußt, zueinander in Konkurrenz stehen: um die Liebe und Zuneigung ihrer Kinder, oder im sozialen Bereich um die Aufmerksamkeit und Hochschätzung ihrer Freun-



de. Wir wissen keine leichte Lösung für diese Fehlentwicklung außer, die Gewohnheit zu erkennen und mit ihr zu brechen.

10. Unannehmbare Gefühle. – Bei vielen, gewiß auch bei uns beiden, hat die Ehe starke Gefühlsregungen und emotionale Zustände geweckt und gefördert, die wir beide als überraschend und verwirrend empfunden haben. Wir fühlen uns abgestoßen von Menschen, zu denen wir in verwandtschaftliche Beziehungen getreten sind und die wir lieben sollten. Wir merken, wie eins unserer Kinder uns überdurchschnittlich auf die Nerven fällt. Ja, wir verspüren einen Groll auf unsern Ehepartner. Nicht selten folgen, wenn wir uns dessen bewußt geworden sind, Schuldgefühle und Niedergeschlagenheit. Wenn unser Ehepartner nicht mit solchen Gefühlen zu uns kommen und bei uns Annahme finden kann, so haben wir ihm gegenüber versagt und das Problem komplizierter gemacht. Akzeptieren wir solche Unannehmlichkeiten, so stärken wir das Vertrauen zueinander und schaffen einen Weg, daß die Gefühle selbst sich totlaufen können.

Das sind also einige Fertigkeiten und Wege, dem andern seine Selbstbestätigung zu geben, die wir bei Freunden bewundert und von ihnen übernommen haben. Einigen wachsen sie von selbst zu. Die weitaus meisten von uns müssen sie erlernen. Wir müssen sie ganz einfach als einen integrierenden Teil in unser tägliches Miteinander einbauen. Hinter der unter Eheleuten sehr verbreiteten Klage, man werde «als etwas völlig Selbstverständliches verschlissen», stehen letztlich gewohnheitsgemäße Verstöße gegen diese den andern behandelnden und bestätigenden Verhaltensweisen, die wir eben entwickelt haben. Ein Teil unserer Gewöhnung an Menschen besteht im Grunde in einer Abstumpfung ihren guten und schlechten Eigenschaften gegenüber. Wir gewöhnen uns an ihr strahlendes Lä-

cheln oder ihre Großzügigkeit. Oder wir denken, weil sie irgendeine Unvollkommenheit oder störende Angewohnheit haben, sie seien unfähig, sich zu ändern.

Ein weiterer Teil dieses «Für-selbstverständlich-verschlissen-Werden» ist, was wir in unserer eigenen Ehe entdeckten: die Fähigkeit, an dem anderen «vorbei zu leben». Wir deichseln es so, daß wir seine empfindlichen Stellen vermeiden. Wir gehen Konfrontationen aus dem Weg. Wir werden, wie oben gesagt, dem andern gegenüber abgestumpft. Das Miteinander wird ein mechanischer Vorgang. Zwei Dinge dürften eine solche Entwicklung korrigieren: entweder die bewußte Anwendung einer der oben geschilderten Verhaltensweisen zur Bestätigung des andern, oder ein ordentlicher Streit. Die erste der beiden Alternativen ist einfacher.

In scheinbarem Widerspruch zu dem, was wir eben ausgeführt haben, sehen wir die Ehe nicht primär als eine Therapie. Nach unsrer Auffassung wäre es ein Mißverständnis zu heiraten, um selbst besser zu werden oder einen rohen Diamanten zu schleifen. Und doch brauchen wir alle Hilfe, um in unserer Ehe zu wachsen als Menschen. Keiner von uns ist als Einzelpersonlichkeit ein Endprodukt. Keine von allen uns bekannten Ehen ist vollendet. Unsre eigene ganz gewiß auch nicht. Unsere Ehe ist, gleich unsrem beiderseitigen Selbstverständnis, ständig in einem Werdeprozeß begriffen. Wir können nicht stehenbleiben. Wir können nicht anhalten. Uns ergeht es wie dem existenzialistischen Philosophen Søren Kierkegaard, der erklärte: «Ich bin kein Christ. Ich bin ein Mensch, der darum kämpft, ein Christ zu sein.» So steht es auch mit uns. Wir sind zwei Menschen, die darum kämpfen, eine christliche Ehe zu führen.

Aus dem Englischen übersetzt von Karlhermann Bergner

#### KEVIN RYAN

Professor für Curriculum-Fragen und mit Forschungsaufträgen innerhalb verschiedener Stiftungen im College of Education an der Ohio State University (seit 1975). Vorher Englischlehrer und Dozent an den Fakultäten für Erziehung der Universitäten Stanford, Harvard und Chicago. Während des Akademischen Jahres 1970–1971 Alfred North Whitehead Fellow an der Harvard-Universität. Autor bzw. Herausgeber von sieben Büchern und zahlreichen Zeitschriftenartikeln. 1976 Mitarbeit beim Aspen Institute Seminar über Fernsehkritik. Aus dieser Arbeit erwuchs ein Papier zum Thema «Television as a Moral Educator», veröffentlicht 1976 vom Aspen Institute for Humanistic Studies (Praeger Publishers, Inc.). Letzte Veröffentlichung (zus. mit David Purpel): *Moral Education: It Comes With the Territory* (McCutchan Publishing Corporation, Berkeley, 1976).

#### MARILYN RYAN

Mutter zweier Töchter. Graduiert an den Universitäten Washington und Chicago. Derzeit arbeitet sie zusammen mit ihrem Mann an einem Buch über die moderne Ehe.

Anschrift der beiden Autoren: College of Education, Ohio State University, 1945 North High Street, Columbus, Ohio 43210, USA.