

Zeitschrift: FRAZ : Frauenzeitung
Band: - (1999-2000)
Heft: 2

Artikel: Das Salz in der Suppe : zwei Gespräche über Liebesbeziehungen
Autor: Schroff, Sibylle / Behringer, Jeanette / Petrelli Steffen, Silvia
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1053949>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 27.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Was ist wichtig in einer Liebesbeziehung? Diskutiert haben je drei Frauen miteinander: die einen leben in lesbischen, die andern in Liebesbeziehungen zu Männern. Ob sie verschieden sind, die Bedürfnisse und Auseinandersetzungen, wollten wir wissen, und wie sehr allenfalls, zeigen die beiden Gespräche.

Das Salz

Sibylle Schroff

Judith (48)*, Anna (52)* und Sofie (39)* kennen sich seit ein paar Jahren. In ihren Begegnungen tauschen sie dann und wann persönliche Befindlichkeiten aus (meist zu zweit) oder diskutieren über verschiedene Themen, die ihnen wichtig sind. Zu einem Gespräch in der folgenden Art kam es zum ersten Mal.

Welches sind eure wichtigsten Bedürfnisse in einer Liebesbeziehung?

Sofie: Mir ist ganz wichtig, dass einerseits jede ihr Leben lebt und andererseits wir zusammen etwas leben und dass daraus etwas Gemeinsames entsteht. Im Zusammensein soll eine emotionale Nähe, eine körperliche und eine sexuelle möglich sein. Im Auseinandersein, in der Distanz, geht jede ihrem Leben nach. Und mir ist ein Austausch wichtig, ein Teilnehmen und Teilnehmen lassen.

Anna: Ich kann dir im Prinzip zustimmen. Für mich ist eines total wichtig, was ich in keiner andern Beziehung lebe: die Sexualität. Die mag ich nicht mit mehreren teilen. Dann ist wichtig, dass eine vergleichbare Haltung da ist, zum Beispiel in politischer und moralischer Hinsicht. Wichtig sind mir ein Gleichgewicht im Geben und Nehmen und bestimmte Selbstverständlichkeiten, die gar nicht diskutiert werden müssen, als Voraussetzung, um überhaupt miteinander kommunizieren zu können, oder auch Umgangsformen miteinander. Und ganz wichtig ist mir auch ein vergleichbares Selbstverständnis von Schönheit und Genuss.

Judith: Für mich ganz wichtig ist ein Gefühl der Verbundenheit, das ich stetig haben möchte. Also, dass ich mich akzeptiert fühle von der anderen, in welcher Situation auch immer. Wenn das immer unterbrochen würde, ginge das Vertrauen ziemlich schnell kaputt. Und das mit den Selbstverständlichkeiten kenne ich auch: über ganz viele Dinge möchte ich nicht immer wieder reden müssen, die sollten gegeben sein. Das gibt mir das Gefühl, zuhause zu sein.

In welchen Bereichen sind euch Selbstverständlichkeiten wichtig?

Anna: Die brauche ich in allen Bereichen. Zum einen in der Alltäglichkeit. Selbstverständlichkeiten sind etwas zum Ausruhen und haben mit Akzeptanz und Vertrauen zu tun. Ich brauche sie auch im Freizeitbereich. Nicht überall, aber dass es überall so Punkte gibt, wo es möglich ist, sich auszuruhen. Wo ich nicht diskutieren muss, weil ich einfach weiss, da habe ich Rückendeckung oder da brauche ich nicht zu überlegen, geht das oder nicht, da weiss ich einfach, es geht. Auf diesem Boden kann ich schauen, was weiter gehen kann. Also zum Beispiel bei einer Veranstaltung, wenn ich weiss, dass die politische Haltung die gleiche ist, kann ich davon ausgehen, dass wir da eventuell zusammen hingehen und nachher darüber diskutieren können. Selbstverständlichkeiten geben Erleichterungen im Umgang miteinander. Das heisst, dass ich um eine Grundhaltung weiss und damit, was in etwa möglich ist.

Judith: Bei mir läuft das ganz anders. Ich habe zwar öfters das Bedürfnis, gemeinsam irgendwo hinzugehen, aber oft kommt es anders. Dabei wichtig ist mir, dass akzeptiert wird oder selbstverständlich ist, dass ich meine Welt habe und sie ihre, und dass beide gleichberechtigt sind. Ich brauche nicht immer wieder zu begründen, warum mir etwas wichtig ist. Die Selbstverständlichkeit ist für mich nicht, dass wir etwas teilen, sondern dass etwas akzeptiert wird. Ich finde es schön, wenn das Verschiedensein nebeneinander Platz hat. Im gemeinsamen Haushalt erlebe ich allerdings dieses

Verschiedensein als nicht immer ganz einfach. Aber es ist grundsätzlich wohlwollend, und das gibt einen Spielraum.

Anna: Wohlwollen, das finde ich auch eine ganz wichtige Voraussetzung: eine prinzipiell wohlwollende Haltung, was nicht heisst, dass nicht auch die Fetzen fliegen können, aber das Wohlwollen als eine Grundhaltung muss da sein.

Mir ist noch eingefallen, dass mir wichtig ist, einfach so sein zu können, wie ich bin. Und ich brauche ein Grundgefühl, dass ich mich auf die andere verlassen kann, dass sie da ist, wenn ich sie dringend brauche. Das muss nicht heissen, dass sie dann immer da ist, aber grundsätzlich.

Sofie: Ich verstehe unter Selbstverständlichkeiten die Art, wie eine ist, wie sie handelt oder welche Bedürfnisse sie hat. In Bereichen, wo Selbstverständlichkeiten zu verschieden sind, ist mir das Gemeinsame weniger wichtig. Etwa beim Wohnen. Ich vermeide das Zusammenwohnen, wenn nicht ähnliche Selbstverständlichkeiten da sind.

«Gleich und gleich gesellt sich gern» oder «Gegensätze ziehen sich an»?

Anna: Ich brauche beides und auch alles dazwischen. Ich brauche Bereiche, in denen die andere völlig anders ist und dann solche, die übereinstimmen. Und umgekehrt, dass ich Dinge alleine oder mit andern unternehmen kann.

Sofie: Mir geht es auch so. Doch etwas muss gleich sein, eine Art gemeinsame Sprache. Mir ist ein Austausch sehr wichtig und ich möchte mich verständigen können, ohne mich immer wieder von neuem erklären zu müssen. Ansonsten finde ich Gegensätze sehr spannend, gegensätzliche Reaktionen etwa: da entstehen spannende Diskussionen, und da werde ich auch mit meinen eigenen Unmöglichkeiten konfrontiert. Mir tut sich etwas auf, wenn ich mit dem Gegenteil dessen konfrontiert bin, wie ich etwas mache oder wie ich bin. Und das gefällt mir.

Judith: Gegensätze können aber auch sehr bedrohlich sein. Im Gespräch finde ich sie wun-

in der Suppe

derbar, da lerne ich viel und mir werden Dinge bewusster.

Sofie: Ich finde Gegensätze nicht nur im Gespräch spannend. Doch sicher kommt es darauf an, in welchem Mass ich mit ihnen konfrontiert werde. Und wenn ein dauerndes Seilziehen daraus wird, dann ist das sicher nicht spannend.

Anna: Das sehe ich in meiner Arbeit: Wenn du an deine Grenze kommst, da passiert das Neue und die Veränderung.

Sofie: Genau. Doch ich denke, es spielt wirklich eine Rolle, in welcher Häufung ich an die Grenze komme und was für ein Umgang dann möglich ist. Und da geht es wieder um Selbstverständlichkeiten, also meine und ihre. Einerseits brauche ich gemeinsame Selbstverständlichkeiten und dann auch wieder völlig unterschiedliche in bezug auf die Art, etwas zu tun, zu wollen oder in bezug auf Bedürfnisse. Da, wo sie verschieden sind, muss ich meine eigenen überprüfen und mich mit ihren auseinandersetzen. Und das ist eine Herausforderung. Doch wie gesagt, ich möchte die nicht zu oft und nicht überall, und es sollte irgendwo hinführen.

Judith: Da kommt mir noch etwas in den Sinn: Ich bin eine, die sich ganz schnell anpasst, ohne es zu merken. Ich möchte, dass das als Thema Platz hat, dass schwierige Themen Platz haben. So kann ich auch wachsen in einer Beziehung. Wenn es in ihren Augen völlig daneben wäre, dass ich so bin, würde ich es nicht mehr benennen. In meiner jetzigen Beziehung ist das sehr schön. Manchmal passiert mir etwas, dann wieder ihr. Wir können reden, teilen und wir lernen etwas an diesen schwierigen Themen.

Sofie: Ich möchte nicht nur alles ansprechen können, sondern auch, dass es die andere genauso tut. Ich habe gern viel ausgesprochen. Mich stört es, wenn etwas im Raum steht, das zwar wahrnehmbar, aber sehr diffus ist. Mir ist es sogar lieber, wenn Dinge zu einem Zeitpunkt angesprochen werden, in dem eine noch gar nicht recht weiss, warum es eigentlich geht.

Vielleicht einfach sagen, wie die Befindlichkeit ist, damit Klarheit da ist. Dann sind auch klare Begegnungen möglich.

Klarheit ist mir sehr wichtig. Sie ist für mich ein Boden, auf dem vieles möglich ist, wie Verständnis, aufeinander eingehen – einander auch sein lassen. Das Diffuse macht mich sprachlos. Vor allem in den Begegnungen. Wenn sich eine verbal zurückzieht, dann ist mir lieber, sie zieht sich ganz zurück oder sagt, dass etwas los ist, sie aber im Moment nicht darüber reden will.

Anna: Das ist ja auch ein gutes Stück Ehrlichkeit.

In welchen Bereichen sind Gemeinsamkeiten wichtig?

Anna: In verschiedenen Bereichen irgend etwas, zum Beispiel im politischen: Ich kann nicht mit einer rassistischen Freundin zusammen sein. Ein bestimmtes Mass an Gemeinsamkeiten brauche ich, dann kann es auch unterschiedliche Meinungen geben, aber etwas Grundsätzliches sollte klar sein.

Sofie: Also ich weiss es wirklich nicht mehr. Ich dachte einmal, dieses und jenes sei wichtig, aber im Moment kann ich grundsätzlich nicht sagen, wieviel und was ich gemeinsam möchte oder brauche.

Judith: Ich finde es auch überhaupt nicht einfach.

Anna: Es kann situativ sehr unterschiedlich sein. Aber ich glaube, eine gemeinsame Sprache ist unerlässlich. Sich wirklich verständigen können. Wenn das nicht geht, dann weiss ich gar nicht, wie es gehen könnte.

Judith: Ich denke oft, es ist ein Wunschbild vieler Frauen, dass ganz vieles gemeinsam sein soll. Und ich kann bei mir oft nicht unterscheiden, will ich das nun wirklich oder glaube ich, das müsse so sein. Es ist manchmal eine richtige Gratwanderung. Es ist sehr einfach für mich, eine ganze Menge Dinge zusammen zu tun, dann plötzlich wird mir unwohl und ich realisiere, dass ich nun viel Zeit für mich alleine brauche. Das ist oft ein Zeichen dafür, dass ich

es übertrieben habe mit dem Gemeinsamen. Es ist dann ein langer Weg zurück zu mir, um zu spüren, was ich wirklich will. Im Moment ist es für mich eine Art Lebensaufgabe, beim Zusammenwohnen ist die Zeit für mich allein ja auch nicht einfach gegeben.

Anna: Es ist ein energetisches Problem, das sich stellt beim Zusammenwohnen. Und wahrscheinlich haben wir da etwas Vergleichbares, dieses Aufnehmen von der andern, wenn du immer zusammen bist. Dann kannst du irgendwann nicht mehr unterscheiden – also mir geht es so –, was ist jetzt eigentlich meines und was gehört der andern. Und dann gehe ich unter und weiss nicht mehr, wo ich bin. Ich brauche einfach meinen Freiraum, um mich wieder zu finden.

Sofie: Ich möchte, dass es für beide ein Bedürfnis ist, Raum für sich zu haben. Um den möchte ich nicht kämpfen müssen. – Soeben realisiere ich, dass mir Gemeinsamkeiten weniger in gleichen Aktivitäten als in gleichen Bedürfnissen wichtig sind.

Anna: Dazu fällt mir ein, wie wichtig es für mich ist, dass ich Freundinnen treffen kann, dass das intensiv sein darf und dass die andere dieses Bedürfnis auch hat. Dass beide noch andere Aktivitäten und Beziehungen haben. Damit es nicht so eine Engspurigkeit gibt. Wenn das Bedürfnis nur bei einer vorhanden ist, kann es ganz schnell ganz schwierig werden. Ich kenne das. Wenn beide das gleiche Bedürfnis haben, ergibt sich daraus eine Grosszügigkeit für die andere.

Sofie: Da ist mir einfach wichtig, dass jede mit sich selbst etwas anzufangen weiss. Mir ist egal was, ob das im Freundinnenkreis ist, beim Sport oder für sich allein.

Anna: Ich möchte es aber doch. Wenn ich die einzige Bezugsperson bin – das ist nicht abdeckbar.

Welche Rolle spielt das Zusammenleben für euch?

Anna: Von meiner Erfahrung her weiss ich, dass ich beim Zusammenleben psychisch ster-

be. Und dass ich mir das Zusammenleben nur vorstellen kann in einer schön grossen Wohnung – in der Mitte wäre die Küche, ansonsten hätte jede eigene Räume. Und das müsste ganz klar sein. Ideal wäre je eine Wohnung im gleichen Haus.

Sofie: Für mich hängt es davon ab, welche Wichtigkeiten die andere beim Wohnen hat und ob diese sich mit meinen vereinbaren lassen. Heute bin ich soweit, dass ich mir trotz grösserer Unterschiede ein Zusammenleben vorstellen kann. Aber je grösser die Unterschiede sind, desto grösser müsste die Wohnung sein. Für mich ist das Zusammenwohnen kein Ziel in einer Liebesbeziehung. Es ist etwas, das sich ergibt oder nicht.

Judith: Es war mir kein absolutes Bedürfnis zusammenzuwohnen, weil ich weiss, wie schwierig es für mich ist, mich da abzugrenzen. Doch nun habe ich es so gewählt, und es ist für mich eine Herausforderung. Manchmal verzweifle ich schier, dann ist es auch wieder total schön, wenn jemand da ist, wenn ich nach Hause komme. Ich möchte wirklich lernen, mich ausbreiten zu können, wenn eine andere da ist. Ich sehe es als Manko an, dass ich das nicht kann.

Von der Nähe in die Distanz: wie geht das bei euch?

Anna: Wenn ich nach Hause komme, dann spüre ich vorerst noch eine ziemliche Nähe. Und nach einer Weile denke ich: was haben wir eigentlich miteinander? Dann weiss ich das Gemeinsame nicht mehr. Ich bin mit mir allein, mit Nähe hat das überhaupt nichts zu tun, und ich weiss nicht, wann ich jemals wieder Nähe will. Das Bedürfnis ist weit weg, dort lasse ich es auch und wende mich meinen Dingen zu. Irgendwann regt sich dann wieder etwas in mir: Sehnsucht zum Beispiel, und mir fällt die Nähe wieder ein und wie schön wir es haben. Als ich die Distanz das erste Mal so deutlich wahrgenommen habe, bin ich erschrocken. Doch dann ist das Bedürfnis nach Nähe wieder gekommen. Es ist genau so, wie ich das theoretisch kenne, dass ich mich abgrenzen und entfernen kann, um wieder eine neue Begegnung zu haben.

Sofie: So extrem kenne ich das nicht. Selbst dann, wenn ich meinen Dingen nachgehe, ist irgend etwas vorhanden in mir. Und ich weiss nicht, ob ich das missen möchte. Braucht es diese totale Distanz?

Anna: Ich brauche sie. Doch es gibt wohl verschiedene Grade. Für mich ist es heilsam, die Trennung so zu spüren, dass da wirklich nur ich bin. Und das ist neu. Ein Moment, in dem das Gefühl von absoluter Unabhängigkeit kommt, die es zwar nicht gibt, aber das Gefühl gibt es. Und das ist mir wichtig.

Sofie: Wenn ich meinen Dingen nachgehe, dann bin ich zwar ganz und gar bei dem, was ich mache oder zum Beispiel auch beim Zusammensein mit jemand anderem. Und doch ist eine emotionale Verbundenheit da, die ich spüre.

Anna: Die habe ich früher immer hergestellt und gemeint, ich bräuchte die, aber ich brauche sie nicht mehr. Und ich glaube das haben auch die letzten Jahre bewirkt, wo ich das Alleinleben entdeckt habe, früher habe ich ja immer zusammenleben wollen, unbedingt. Ich betrachtete es so, wie es jetzt ist, als einen Gewinn.

Sofie: In letzter Zeit frage ich mich manchmal, ob in der emotionalen Nähe, die ich spüre und auch spüren möchte, Abhängigkeiten sind und welche?

Judith: Es könnten ja auch Unsicherheiten sein. Ich hatte schon Beziehungen, da habe ich die Verbundenheit als belastend empfunden. Jetzt nicht. Jetzt weiss ich einfach, F. ist irgendwo, und ich empfinde das nicht als bindend, ich meine energiebindend. Aber ich kenne auch das andere, das immer Darandenken und Damit-Beschäftigtsein, die Präsenz immer.

Sofie: Ich meine es so, wie du es mit F. beschrieben hast. Bei mir ergab es sich immer irgendwie automatisch, dass ich mir von der anderen ein Bild machen konnte in ihrem Alltag, bei dem, was sie machte und auch umgekehrt, sie sich von mir. Und das war für mich etwas Schönes. Ich habe mich dadurch nie eingeengt gefühlt.

Anna: Für mich verliert das an Wichtigkeit, genau das. Ich weiss zwar ganz viel, und wenn ich

es weiss, finde ich es okay, aber wichtig ist es nicht.

Sofie: Irgend etwas verändert sich für mich in dem auch. Aber ich glaube, so automatisch es sich ergab, es war mir auch wichtig. Ob es momentan noch so ist, weiss ich nicht.

Anna: Das Wissen darum, wie Judith sagte, die andere ist irgendwo, ist mir als Basis wichtig, und dann ist es egal, wo sie ist.

Was heisst für euch Treue und inwiefern ist sie euch wichtig?

Anna: Für mich spielt die Treue nur im sexuellen Bereich eine Rolle.

Sofie: Ich finde es immer noch spannend, warum Treue nur in der Sexualität ein Thema ist.

Anna: Für mich ist das eine energetische Sache. In der Sexualität gibt es eine Kernberührung, die es sonst nicht in der Art gibt. Sie ist von einer ganz speziellen Qualität. Ich halte Untreue energetisch nicht aus.

Judith: Ich habe beides schon gelebt. Seit einiger Zeit aber ertrage ich es nicht mehr. Ich weiss nur, früher ging es. Allerdings war meist ich diejenige, welche Seitensprünge machte. Und das habe ich gut ertragen. Umgekehrt allerdings nicht. Und mit dem Widerspruch musste ich leben.

Sofie: Das ist etwas, was ich nicht kann. Ich kann die Sexualität nur mit einer Frau leben. Und umgekehrt? Ich habe immer noch das Gefühl, es müsste gehen, obschon ich es noch nie erlebt habe. Weil auch die andere letztlich die Sexualität nicht teilen konnte. Für mich ist es nicht so absolut unmöglich, aber ich möchte es nicht.

Welchen Stellenwert hat die Sexualität in einer Liebesbeziehung?

Anna: Eigentlich wollte ich mit dem anfangen, traute mich dann aber nicht, dass die Sexualität den höchsten Stellenwert in einer Liebesbeziehung hat. Eben wegen dieser Ausschlüsslichkeit.

Sofie: Bei mir hat es sich verändert. Im Moment hat die Sexualität auch einen wichtigen Stellenwert, das war nicht immer so in meinem Leben. Sie ist mir aber nicht wichtiger als anderes. Sie bedeutet mir gleich viel, und es gab Zeiten, da war sie vergleichsweise weniger wichtig als anderes.

Anna: Für mich war sie immer wichtig, ich konnte sie nur lange nicht so leben, wie ich das gern wollte.

Judith: Und für mich war sie immer das wichtigste. Und jetzt nicht mehr. Das zeigt mir, wie sich Wichtigkeiten verschieben können. Ich empfinde es als sehr schön und bereichernd, dass die Sexualität nicht mehr an oberster Stelle steht. Denn das hiess ja früher immer, wenn es in der Sexualität nicht gerade ging, dass die Beziehung nicht mehr stimmte.

Jeannette Behringer
und
Silvia Petrelli Steffen

Maja (28)*, Sara (30)* und Irene (30)* haben alle drei eine feste Liebesbeziehung. Saras und Irene Partner leben nicht in der Schweiz, wobei Irene ihren Partner regelmässig am Wochenende sieht. Sara und Irene kennen sich seit drei Jahren, Irene und Maja wohnen zusammen in einer Wohngemeinschaft. Maja wird demnächst mit ihrem Freund zusammenziehen.

Was heisst für euch Treue und welche Bedeutung hat sie?

Sara: Treue heisst für mich körperliche Treue. Ich finde es selbstverständlich, dass der Partner nicht fremdgeht.

Maja: Treue hat auch mit Vertrauen zu tun: Körperliches, aber auch geistiges Vertrauen. So, dass ich mich öffnen und zeigen kann, wie ich bin.

Sara: Ich könnte mir vorstellen, dass man sich betrogen fühlt, wenn der Partner vertrauliche Sachen mit anderen bespricht. Ähnlich, wie wenn er körperlich untreu wäre.

Maja: Mein Freund muss mir nicht alles sagen, das bedeutet Freiheit. Aber es würde mich verletzen, wenn er seine innersten Gefühle und Gedanken öfters anderen als mir anvertraut. Wir sind erst acht Monate zusammen. Da ist noch ein gewisses Abschätzen, auch ein Lernen zu offenbaren und zu vertrauen. Am Anfang konnte ich nicht alles sagen, aus Angst, ihn dadurch wieder zu verlieren.

Irene: Wir sind jetzt acht Jahre zusammen. Paradoxerweise habe ich das Gefühl, je länger wir zusammen sind, desto eher müsste es irgendwann einmal eine Krise geben, obwohl ich wirklich vertraue. Das ist seltsam.

Maja: So ein Kribbeln und Abschätzen, wieviel ich vertrauen kann, finde ich auch schön. Eine absolute Vertrautheit macht vielleicht nachlässig.

Irene: Treue ist mir im traditionellen, körperlichen Sinne total wichtig. Komisch, denn ich flirte sehr gern. Das ist einfach «fun», für den Moment. Wenn aber mein Partner dasselbe macht, dann reagiere ich sehr eifersüchtig. Das ist ein völliges Ungleichgewicht, denke ich mir.

Sara: Da ist doch Besitzdenken mit dabei. Woher kommt das? Die Vorstellung, dass er mich körperlich betrügt, geht mir total gegen den Strich. Dabei denke ich, er kann mit anderen Leuten durchaus eine Vertrautheit haben. Vielleicht hat er mit seinem besten Freund eine Vertrautheit, die er mit mir nicht hat. Warum machen wir bei der körperlichen Vertrautheit einen derartigen Unterschied?

Irene: Zur Treue im geistigen Sinne: Wenn man sich auf einer Party umschaute und denkt, mit dem würde ich jetzt gerne etwas anfangen, ist das dann Untreue?

Maja: Denken, mit dem könnte ich mir das vorstellen ist eines; der Ernstfall ist etwas ganz anderes.

Irene: Geistige Untreue ist bei weitem nicht so schlimm. Es geht ja nicht soweit, dass ich mir vorstelle, mit jemandem ins Bett zu gehen. Es ist einfach eine momentane Anziehung.

Maja: Das muss unbedingt Platz haben. Im Rahmen meiner Ausbildung hatte ich viele intensive Gespräche mit Männern, wie ich sie mit meinem Freund nicht hatte. Das will ich nicht missen. Umgekehrt soll er diese Freiheit auch haben, sonst kommt wieder ein Besitzdenken dazu.

Sara: Aber da fängt es schon an, schwierig zu werden. Bei Dir kannst Du einschätzen, wie weit es geht, aber bei ihm nicht. Dabei entsteht das Gefühl, dass da Gefahren lauern.

Irene: Die eigene Untreue und die des anderen wird also unterschiedlich bewertet?

Wo macht ihr bei euch Abhängigkeiten aus und wo ist euch Unabhängigkeit besonders wichtig?

Sara: In erster Linie ist da die gefühlsmässige Abhängigkeit. Finanziell bin ich nicht von ihm abhängig, das ist mir wichtig. Ich habe eine eigene Wohnung, ein eigenbestimmtes Leben hier. Das finde ich gut so.

Himmelhochjauchzend...



Maja: Momentan ist es mir sehr wichtig, eine Stelle zu finden, mit der ich mich finanzieren kann. Das hat etwas mit Freiheit zu tun. Dass ich zu meinem Freund ziehen werde, hat andererseits vielleicht mit Abhängigkeit zu tun. Wir werden uns aber wie eine Wohngemeinschaft organisieren, und ich werde Miete bezahlen.

Irene: Ich sehe die Gefühlsbindung, die eine Beziehung mit ausmacht, auch als eher negativ. Wenn wir Streit hatten, beeinflusst mich das mehr als wenn ich mich mit einer Freundin gestritten habe. Auch der Gedanke an eine spätere mögliche finanzielle Abhängigkeit aus beruflichen Gründen macht mir zu schaffen.

Maja: Abhängigkeiten spüre ich im Zusammenhang mit dem Terminkalender. Am Anfang war es immer eine Erholung, ihn zu treffen. Ich wollte es so haben und mit niemandem sonst etwas unternehmen. Plötzlich merkte ich, dass ich nichts mehr vorausplante, weil er erste Priorität hatte. Andere Sachen hatten zum Teil keinen Platz mehr. Ich habe lange allein gelebt, habe mein Leben selbst organisiert, habe es ausgefüllt und genossen. Jetzt lernen wir das zu zweit. Wir müssen uns absprechen und herausfinden, was wir wollen.

Sara: Der Terminkalender ist für mich auch ein schwieriges Thema. Zum Beispiel: An Ostern laufen hier eine Menge «Tango-Sachen». Da frage ich mich schon, soll ich mich anmelden oder fahre ich zu meinem Partner oder kommt er zu mir.

Irene: Manchmal fühle ich mich sehr eingeschränkt. Wenn am Wochenende eine interessante Tagung stattfindet, melde ich mich nicht einfach an, sondern schaue zuerst im Terminkalender nach, ob ich überhaupt da bin. Ihn zu treffen, ist eine klare Priorität, die ich gesetzt habe, aber es fällt mir trotzdem schwer, damit umzugehen. Ich könnte ja eine Ausnahme machen: Dann würden wir uns ein Wochenende eben nicht sehen. Das wiederum würde mir schwerfallen. Ich bin unzufrieden mit diesem Rhythmus. Gleichzeitig ist es schwierig, diese Routine zu durchbrechen, und eine gefühlsmässige Abhängigkeit kommt hoch.

Sara: Bei mir ist das Problem, dass es wie «Ferien» ist, wenn wir uns sehen. Zurück im Alltag, manage ich mein Leben. Konflikte gehen so eher unter, weil man diese nicht in den «Ferien» austragen will. Ich bin gerne allein, habe das Bedürfnis, Dinge allein zu machen, meinen Freiraum zu haben. Wenn man zusammenlebt und nur mit einer Person etwas unternimmt, gehen viele eigene Interessen verloren.

Maja: Für mich hängt viel davon ab, wie ich mich fühle. Im letzten Monat zum Beispiel, da ist bei mir nichts richtig «gelaufen». Da habe ich sehr viel an das Zusammenziehen gedacht. Diese Woche bin ich total gut gestartet, da war das Bedürfnis nach Nähe nicht mehr so stark. Es ist gefährlich, wenn ich mir sage, die Beziehung ist meine Rettung. Denn ich will wirklich auf eigenen Beinen stehen. Darüber, wer welche Bedürfnisse hat, muss man auch in der Beziehung sprechen.

Inwiefern sind Nähe und Distanz für euch ein Thema?

Irene: Diese Frage haben wir eigentlich schon beantwortet. Also: Nähe kann Abhängigkeit schaffen und Distanz muss man sich bewahren.

Sara: Es ist ähnlich wie bei der Treue. Wenn ich das Bedürfnis nach Distanz habe und sie mir nehme, ist das eine Sache. Wenn der andere

sich distanziert, da frage ich schon nach dem «Warum». Da kann auch ein Gefühl von Angst aufkommen.

Irene: Ich verstehe die Frage räumlich und geistig. Also Übereinstimmung auch in Meinungen und Haltungen...

Maja: Ähnliche Denkweisen sind mir wichtig. Zu wissen wie man etwas empfindet, wo man verletztlich ist. Wir haben beide vergleichbare Situationen erlebt. Das gibt ein gegenseitiges Verständnis. Dieses schafft viel Nähe und ist die Basis unserer Beziehung. In der Freizeit gehen wir unterschiedliche Wege. Sport zum Beispiel ist für ihn kein Thema, das genieße ich für mich allein.

Sara: Bei den Hobbies zum Beispiel, ertrage ich es gut, wenn er sich mit anderen Sachen beschäftigt.

Maja: Die geistige Haltung gegenüber dem Leben und der Welt, muss nicht genau die gleiche sein, aber ein Grundkonsens ist von Bedeutung.

Irene: Ja, dass man sich überhaupt versteht, wenn man miteinander redet. Wenn man völlig gegensätzlicher Meinung ist, gibt es nur einen Schlagabtausch. Will man sich austauschen, muss eine Übereinstimmung vorhanden sein.

Maja: Dass man sich einbringen und entwickeln kann. Entwicklung muss auch in der Beziehung stattfinden, auch geistige Entwicklung, sonst bleibt die Beziehung stehen.

«Gleich und gleich gesellt sich gern» oder «Gegensätze ziehen sich an»?

Irene: Was die Grundhaltung anbelangt, bedeutet es mir viel, dass wir beide VegetarierInnen sind. Aus dem gleichen Motiv heraus. Das verbindet uns und war eigentlich auch der Anfang unserer Gespräche, noch bevor wir überhaupt zusammen waren. Gegensätze in Sachen Freizeitbeschäftigungen machen mir manchmal Mühe, aber ich kann sie akzeptieren. Grundsätzlich muss es Dinge geben, die man gemeinsam machen kann. Die gemeinsame geistige Haltung reicht nicht.

Sara: An den paar Wochenenden, die wir zusammen verbringen, gehen wir Tanzen, ins Museum, in die Kirche oder Wandern. An

INSERAT



**HÜSLER
NEST®**
Das Schweizer Naturbett




SCHLAFEN WIE IM PARADIES

Bei MOSAIK finden Sie alles für Ihren guten, erholsamen Schlaf: Massivholzbetten, Naturmatratzen, Futon und Tatami, Bettsofas, Decken und Kissen und eine reichhaltige Palette hochwertiger Bettwäsche. Ausserdem modische Naturtextilien und traumhaft schöne Bequemenschuhe führender Hersteller, von ARCHE bis VA BENE!



MOSAİK

IHR NATURPARADIES

Rapperswil, Schmiedgasse 44, 055 211 01 60 • St. Gallen,
Webergasse 21, 071 223 68 69 •
• Winterthur, Ob. Graben 28, 052 213 68 60

einem Wochenende in Rom fallen die üblichen Aktivitäten weg. Das ist in dem Sinne nicht Alltag.

Irene: Messen sich die Gemeinsamkeiten am «Alltag» oder am «Wochenende» oder an allem? Vielleicht ist es gar nicht so wichtig, im Alltag Gemeinsamkeiten zu haben.

Maja: Doch. Gemeinsamkeiten bestimmen ja auch das Gespräch. Ich möchte erzählen können, was ich den Tag über erlebt habe und dabei verstanden werden. Nicht dass er alles verstehen muss, aber Verständnis haben und nachvollziehen können, wie es mir geht, sollte er. In einer Beziehung kann es Gegensätze und Gleiches geben. Gerade deswegen zieht man sich an.

Irene: Es braucht beides. Sonst wird jeder Konflikt zur Katastrophe oder es wird langweilig. Die gute Mischung macht es aus. Wie würdet ihr eure Beziehung charakterisieren, eher «gleich und gleich» oder «gegensätzlich»?

Maja: Der grössere Teil ist «gleich und gleich».

Irene: Halb-halb.

Sara: Bei mir eher «gleich und gleich».

Maja: Es ist auch ein Einleben in die Interessen des anderen: Warum interessiere ich mich für seine Sachen? Geht es mir darum, ein bisschen «reinzuschauen» oder will ich mich wirklich damit auseinandersetzen?

Irene: Das hat für mich Grenzen, das Sich-Einleben in den anderen. Manche Sachen interessieren ihn, mich aber überhaupt nicht. Wenn er ein neues Computerprogramm geschrieben hat und es mir zeigen will, verdrehe ich die Augen, weil es mich nicht interessiert. Er aber freut sich wie ein kleines Kind, und das freut mich dann wieder. Dann denke ich mir, okay, ich guck' es mir an. Aber es interessiert mich nur, weil er Freude daran hat.

Maja: Das reicht ja vielleicht schon, dass jemand mit ihm seine Freude teilt.

Irene: Er ist ein typischer Mann: Computer, Autos, Fussball. Aber Vegetarier. Ich bin Stier, er ist Löwe. Das passt eigentlich überhaupt nicht zusammen.

Maja: Wir sind beide Fische und passen auch nicht zusammen. Wir ertrinken in Romantik. Fische sind grosse TräumerInnen. Wenn zwei zusammenkommen, können die so fest träumen, dass die Realität fernbleibt.

Irene: Muss man so etwas ernst nehmen?

Maja, Sara: Nein, nein.

Welches sind die wichtigsten Bedürfnisse in einer Liebesbeziehung: Was macht für euch eine gute Liebesbeziehung aus?

Maja: Eine wichtige Bedingung ist für mich körperliche Treue.

Sara: Dem würde ich als einziges den Namen «Bedingung» geben. Bei allem anderen würde ich nicht «Bedingung», sondern eher «Wünsche» sagen.

Maja: Vieles hängt zusammen. Dadurch dass ich ihn interessant finde, finde ich ihn auch schön. Dadurch dass ich ihn schön finde, bin ich auf ihn aufmerksam geworden.

Foto: T. Bauer



Irene: Es gibt schon auch körperliche Unzulänglichkeiten – aber die sind für mich nicht wichtig. Ich sehe die Person als Ganzes. Warum er interessant ist, das kann ich nicht auseinanderdividieren. Als Bedingung für eine Beziehung, neben der körperlichen Treue, betrachte ich grundsätzlich das Gefühl, respektiert zu werden, so wie ich bin. Also: Achtung und Respekt.

Maja: Und Vertrauen. Wenn mich jemand respektiert, wie ich bin, muss dem Vertrauen vorausgehen, dass ich mich überhaupt geben kann, wie ich bin.

Irene: Man muss sich schon langfristig einigen können, was man für einen Lebensstil führt.

Maja: Mein starker Wunsch ist es, dass ich mich leben kann, dass ich von mir ausgehe und nicht das Gefühl habe, etwas nur dem anderen zuliebe zu tun. Dies sollte auch das Verlangen des anderen sein. Dass er diesen gewissen Egoismus hat und für sich lebt.

Sara: Das ist wichtig, aber auch schwierig. Das setzt ein grosses Mass an Vertrauen voraus, dass du im Bewusstsein handeln kannst, ich «muss ihm nicht gefallen». Es hat aber auch etwas mit Grenzen zu tun. Wenn dem anderen etwas überaus wichtig ist, willst du ihm dies nicht gleich «niedermachen».

Irene: Das meine ich mit Respekt. Ich respektiere ihn und schaue mir sein neues Computerprogramm an. Aber nach 10 Minuten sage ich ihm, dass es mir reicht. Ich zeige ihm jedoch, dass ich offen bin für das, was er macht.

Maja: Genau das übe ich, nicht nur in der Beziehung. Ich teste mein Verhalten: Bin ich ehrlich genug zu mir? Manchmal ist das schwierig, weil viele Bedürfnisse abgedeckt werden wollen, ich aber in keine Abhängigkeit geraten möchte. Ich will mein Verhalten immer wieder reflektieren, um herauszufinden, was meine ureigensten Bedürfnisse sind. Dadurch entwickle ich mich weiter.

Irene: Das glaube ich auch, dass man sich nur dann weiterentwickelt, wenn man sich in einer konkreten Situation zu irgend etwas oder irgend jemand verhalten muss. Und das wiederum überdenkt. Nur so kommt man weiter.

Sara: Das finde ich manchmal schwierig: Abzuwägen, wie ich den anderen respektiere und trotzdem meine eigenen Ansprüche durchsetze. Dadurch dass man in einer Beziehung eine bestimmte Nähe zueinander hat, wird man auch besonders verletzlich. Jemand, der mir nicht so nahe steht, kann mir eher sagen, dass er meine Meinung «beschissen» findet. Wenn mir mein Partner dasselbe sagen würde, würde mich das viel mehr treffen. Das wird oft unterschätzt. Der Umgang miteinander erfordert deshalb ein hohes Mass an Vorsicht, Respekt oder Höflichkeit.

Irene: Es kommt schon darauf an, wie man etwas sagt. Aber trotzdem finde ich, man muss nicht alles sagen. Aus einem Idealismus heraus alles zu sagen «bis zum letzten Komma», finde ich sinnlos.

Maja: Ich muss nicht jedes Ding aufwerfen, das ist klar. Das hat mit Akzeptanz zu tun. Wenn ich in Freiheit leben möchte und mich verwirklichen will, bedeutet das nicht, dass der andere in mein Leben hineinpassen muss. Es heisst, dass ich den anderen so leben lasse, wie er lebt. Ich möchte herausfinden, wieviel gehört zu ihm und wann fängt es an, mich zu stören. Die Grenzen zu erkennen und das auch zu sagen. Nicht erst, wenn das Fass überläuft.

Sara: Das, was Du so beschreibst, habe ich nicht in meinem Erfahrungsschatz. Dafür müssten mein Partner und ich über längere Zeit zusammensein. Es gibt sicher Dinge, die mich im Alltag stören würden. Aber wenn man sich nur am Wochenende sieht, erträgt man sie. Es ist schwierig, Grenzen zu ziehen.

Irene: Ich kann mich nicht erinnern, dass ich mir jemals überlegt habe, wie ich was wann sage. Ich habe es einfach getan, meistens ziemlich undiplomatisch, wie ich halt so bin. Ich glaube, ich nehme jetzt ein bisschen mehr Rücksicht.

*Alle Namen wurden von der Redaktion geändert.

Liebe – na ja, im Prinzip
gern, eigentlich doch,
warum nicht, schon,
nur ...

Rössli – sicher!
Ausserdem geht erstere
in letzteren durch den
Magen.
Mit Erfolgsgarantie!



Restaurant Rössli,
Bahnhofstrasse 1, 8712 Stäfa
Telefon 01 926 57 67
montags geschlossen

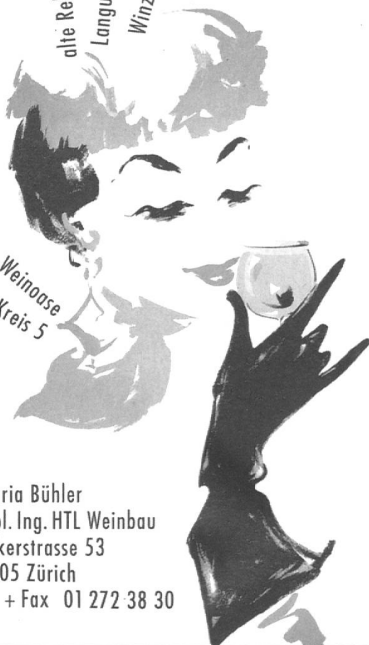
Weinhandlung

Maria Bühler

alte Rebsorten
Languedoc-Roussillon
Winzerinnenweine
Bioweine

Die Weinoase
im Kreis 5

Maria Bühler
dipl. Ing. HTL Weinbau
Ackerstrasse 53
8005 Zürich
Tel + Fax 01 272 38 30



femintim

RAPPERSWIL
GUTENBERGSTRASSE 14

der erste
schweizer
frauenerotikshop

wir wissen
was frauen gefällt-
prospekt bestellt?

Tel. 055 210 66 56
Fax 055 210 06 03
Postfach 2215 ♥ 8645 Jona

Blumen

KATHARINA ZAMBONI

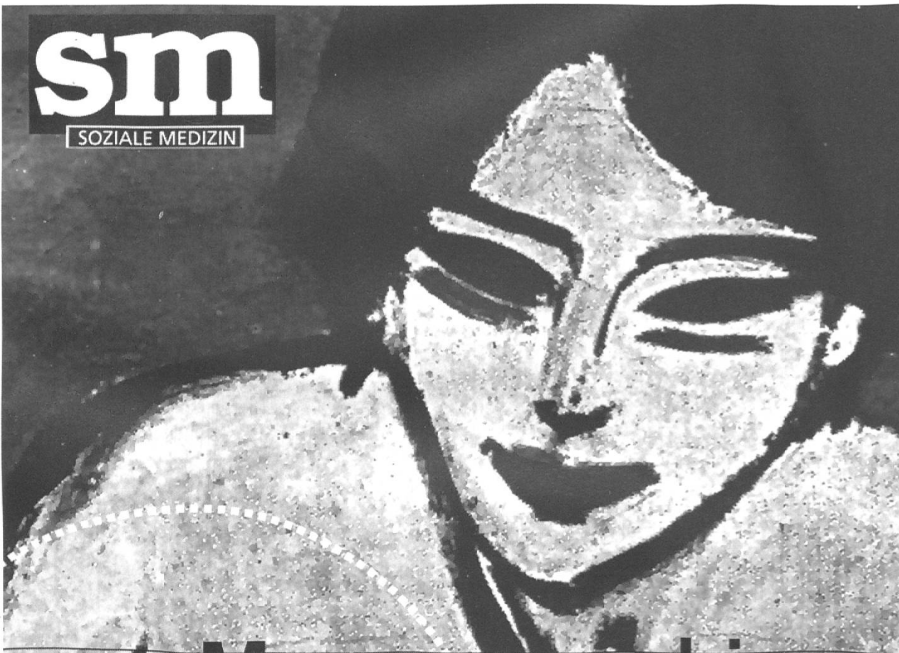
EVA BACHMANN

Dienerstrasse 72, 8004 Zürich
Telefon 01 241 48 45

Öffnungszeiten:

Mo	geschlossen
Di – Fr	9.30 – 12.30
	14.30 – 18.30
Sa	9.30 – 16.00

sm
[SOZIALE MEDIZIN]



Mammographie

SM Soziale Medizin: Das kritische Magazin im Gesundheits- und Sozialwesen.

Werbeabo 30.– bis Ende 99

Erscheint seit 25 Jahren, 6 mal pro Jahr mit Analysen, Recherchen, Informationen, Kommentaren usw.. **Mammographie**

ist z.B. der Inhalt vom Heft 1/99: Kritische Fragen. Sowie Beschneidung – Gewalt gegen die Frauen; Körper im Wandel. Dazu: Komplementärmedizin – Kontroverse zur Sommer-Studie. – Heft 2/99: AIDS – Silberstreifen am Horizont? Frauen – Gesundheit über 40, usw.

Name

Vorname

Strasse/Nr.

PLZ/Ort

Einsenden an: **SM Soziale Medizin, Postfach, 4007 Basel. Telef./F. 061 691 13 32**

Feministische Arbeitshefte zur Politik

Olympe

?

Lies Olympe!

Zu bestellen bei:

Olympe, Gemeindestrasse 62
8032 Zürich, Fax 01 252 86 30

Einzelheft: Fr 19.–, zzgl. Versand
Abo: Fr 36.– inkl. Versand