

3 Forschungsteil

Zur Beantwortung der Forschungsfrage wurde die qualitative Inhaltsanalyse von narrativen Interviews gewählt. Diese Interviews, die die freie Gestaltung durch die Interviewten ermöglichen, wurden von der Autorin selbst vorgenommen und entsprechend den wissenschaftlichen Grundsätzen zur qualitativen Inhaltsanalyse ausgewertet.

Im Folgenden wird zunächst das Konzept der qualitativen Sozialforschung erläutert, welches davon ausgeht, dass auch nicht standardisierte Daten wissenschaftlich auf Muster hin untersucht werden können, um daraus verallgemeinernde Aussagen und Interpretationen treffen zu können. Darauf aufbauend werden die spezielle Methodik der Datenanalyse und die Daten, die in Form von narrativen Interviews erhoben wurden, vorgestellt. Sie bilden die Grundlage für die Methode, mit der das Forschungsvorhaben durchgeführt wurde.

3.1 Methode

Die qualitative Forschung ist ein Bereich der empirischen Sozialforschung, bei der die Inhaltsanalyse eine der möglichen Methoden ist, zu neuen Erkenntnissen zu gelangen. Das Erkennen solcher Muster, die zu allgemeinen Aussagen führen, ist das Ziel der qualitativen Sozialforschung, wobei die Grundlagen im Beschreibenden und Dokumentierenden liegen (Reichertz, 2014).

Die qualitative Sozialforschung beschäftigt sich mit der Erhebung und Analyse von nicht-standardisierten Daten, indem spezielle nicht statistische Verfahren angewendet werden. Die Merkmale qualitativer Methoden bestehen in der Gegenstandsbezogenheit. Die Realität ist in ihrer Komplexität nicht statisch modellierbar. Die in ihr lebenden Menschen nehmen sie als besondere Sinnstruktur wahr, die von den Forscher_innen erst erfasst und Analysen unterzogen werden muss, um Interpretationen möglich zu machen. Damit kann ein Zugang zu subjektiven Sichtweisen erreicht werden (Flick, 2009). Die qualitative Sozialforschung sieht im Menschen kein Untersuchungsobjekt, sondern ein erkenntnisfähiges Subjekt. Eine Objektivierung im naturwissenschaftlichen Sinn kann demnach nicht vorgenommen werden, da weder die untersuchte noch die forschende Person außerhalb der Kultur und Gesellschaft eingeordnet werden kann. Soziales Handeln wird erforscht, indem davon ausgegangen wird, dass eine gemeinsame Kenntnis über die verwendeten Kommunikationssymbole in einem speziellen situativen Kontext vorhanden ist (Lamnek & Krell, 2016). Das Ziel qualitativer Forschung besteht in der Rekonstruktion von Prozessen, durch die die soziale Wirklichkeit sinnhaft strukturiert werden kann. Dabei wird davon ausgegangen, dass die soziale Realität durch Interpretation und Bedeutungszuweisung konstruiert werden muss und nicht vorgegeben ist (Reichertz, 2014).

Die qualitative Sozialforschung ist ein Verfahren, in dem Hypothesen erst im Untersuchungsprozess generiert werden, da der Forschungsgegenstand über keine ausreichende Vorstrukturierung verfügt (Lamnek & Krell, 2016). Es ist daher not-

wendig, dass die forschende Person ihren Untersuchungsprozess in Einzelschritten offenlegt, damit die Regeln nachvollziehbar werden, die angewendet wurden (Lamnek & Krell, 2016).

Einzeldaten werden in einem vergleichenden Zusammenhang gesehen, indem diese Zusammenhänge während des Untersuchungsprozesses ständig reflektiert und korrigiert werden. Somit werden die theoretischen Vorstellungen permanent am realen Untersuchungsfeld geprüft und die methodischen Schritte entsprechend angepasst. Das Ziel dieser Exploration ist ein klares Verständnis des Problems und die Erkenntnis, welche Daten dafür angemessen sind (Lamnek & Krell, 2016). Die forschende Person muss sich so vorurteilsfrei wie möglich auf die Untersuchung einlassen, wozu auch der Prozess gehört, eigene Konzeptionen und Werthaltungen, die sich in Vorurteilen äußern könnten, zu überprüfen und anzupassen.

Die Ausgangsbasis ist das Erkennen eines Forschungsproblems, das in Fragestellungen zusammengefasst wird. Aufgrund theoretischer Vorüberlegungen werden Hypothesen erstellt. Sie sind die Basis für die Entwicklung des Forschungsdesigns, das die Grundlage und Ausgangsbasis bildet, nach der die Untersuchung durchgeführt und das Ergebnis der Analyse im wissenschaftlichen Kontext diskutiert wird.

Menschen handeln auf Grundlage von Bedeutungen, die Dinge für sie haben. Diese Bedeutung ist aus sozialen Interaktionen ableitbar, da jede Bedeutung erlernt ist und in einem interpretativen Prozess einer permanenten Zuweisung unterworfen wird. Die Bedeutung von Dingen, Definitionen und Symbolen wird somit ständig in einem interaktiven Prozess ermittelt, sodass die subjektive Ebene der Interpretation von Bedeutung ist. Dabei ist davon auszugehen, dass viele Regeln unbewusst gesetzt werden und die geforderte Explikation vollständig erfüllt werden kann. Durch die Explikation wird die Interpretation der Ergebnisse nachvollziehbar, was insbesondere im Hinblick auf die flexible Forschungsweise der qualitativen Sozialforschung notwendig ist. Im Verlauf der Untersuchung können Definitionen dessen, was bisher als relevante Daten angesehen wurde, geändert werden, wenn dadurch ein besonderes Verständnis gewonnen wird. Die Auswahl und Anwendung wird an der Problemstellung und der sozialen Realität orientiert und steht damit im Gegensatz zur quantitativen Forschung, die auf standardisierten Vorgehensweisen beruht (Lamnek & Krell, 2016).

Qualitative Untersuchungen arbeiten in Form zyklischer Erkenntnismodelle, wobei der Forschungsprozess in immer wieder adaptierten Forschungsschritten durchlaufen wird, bei denen die bisherigen Erkenntnisse am Ausgangsmaterial kontrolliert werden. Dadurch können Fehlinterpretationen verringert werden und der gesamte Erkenntnisprozess wird nachvollziehbar.

Das Forschungsdesign wurde entsprechend den Vorgaben zum wissenschaftlichen Arbeiten so angelegt, dass die einzelnen Schritte des Forschungsablaufs nachvollziehbar und damit überprüfbar sind. Dabei wird nicht nur der Sinn der Aussage rekonstruiert, sondern auch das Forschungshandeln wird rekonstruiert und theoretisch erfasst. Somit ergibt sich, dass das Entwerfen des Forschungsdesigns das Ergebnis der Auseinandersetzung mit dem eigenen Erkenntnisinteresse ist, die in einer Fragestellung mündet. Darauf beruhend wird das Erhebungsverfahren festgestellt, um dann die einzelnen Schritte der Generalisierung darzustellen.

3.2 Qualitative Inhaltsanalyse

Die Analyse erfolgt somit streng regelgeleitet und wird dadurch intersubjektiv nachvollziehbar und überprüfbar. Die Grundlage der Analyse ist das alltägliche Textverständnis (Mayring & Fenzl, 2014).

Dabei wird in einem ersten Schritt der Text in theoriegeleitete-deduktive und am Material entwickelte induktive Kategorien eingeteilt. In einem zweiten Schritt wird analysiert, ob diese Kategorien mehrfach Textstellen zugeordnet werden können. Die Kategorien stellen somit die Analyseaspekte dar, indem sie in Kurzformulierungen Textinhalte in einer einheitlichen Form wiedergeben. Nicht alle Textpassagen sind für die Analyse und für die Zuweisung zu Kategorien notwendig, daher sind nur jene Textpassagen heranzuziehen, die in einem unmittelbaren Zusammenhang zur Forschungsfrage stehen. Die umgebenden Textstellen sollen höchstens zur besseren Darstellung der Verständlichkeit bestimmter Argumente herangezogen werden, da sie die Argumentationslinie der interviewten Person deutlich machen.

Dazu wird der Text Satz für Satz durchgearbeitet und im Hinblick auf die Auswertungsregeln hin markiert. Diese Vorgangsweise ermöglicht ein systematisches Durcharbeiten, dessen Ergebnisse von anderen Personen nachprüfbar und nachvollziehbar sind. Das Verfahren der qualitativen Inhaltsanalyse ist nicht intuitiv, sondern streng regelgeleitet (Mayring & Fenzl, 2014). Freie Interpretationen gibt es genauso wenig wie ein freies Vorgehen. Qualitative Inhaltsanalysen erfolgen anhand von Ablaufmodellen, um jeden Schritt nachvollziehbar zu machen.

Dies ermöglicht die Überprüfung der inhaltsanalytischen Gütekriterien (Mayring & Fenzl, 2014), zum einen durch intersubjektive Überprüfung durch andere, zum anderen durch die Überprüfung der Intercoder-Übereinstimmung, bei dem am Ende der Analyse noch einmal von Beginn an ausgewertet wird, ohne die bereits vorgenommenen Kategorisierungen anzusehen. Dieses Vorgehen dient zur Feststellung der Stabilität des Kategoriensystems und wird von einer zweiten kodierenden Person vorgenommen, die aber nicht in den Ablauf der Arbeit eingreift, sondern ausschließlich die Reliabilität der Zuordnung zu den Kategorien überprüft und hinterfragt. Es ist in diesem Zusammenhang festzustellen, dass eine komplette Übereinstimmung nicht möglich ist, da die Textteile interpretativ gedeutet werden. Eine hohe Übereinstimmung ist ein Kriterium für die Objektivität des Verfahrens (Mayring & Fenzl, 2014).

3.3 Materialbeschreibung

Nach der allgemeinen Darstellung der Forschungsmethode der qualitativen Inhaltsanalyse zur Erkenntnisgewinnung, die die Beantwortung der Forschungsfragen ermöglicht, erfolgt nun die Beschreibung des Materials. Dieser Schritt dient dazu, den gesamten Forschungsablauf intersubjektiv nachvollziehbar zu machen. Die qualitative Sozialforschung basiert somit auf der Nachprüfbarkeit aller Vorgaben und der vorgenommenen einzelnen Schritte. Es wird somit nachvollziehbar, was die forschende Person getan hat, da die Schritte nicht nur dargestellt, sondern auch in ihrer Relevanz für die Forschungsarbeit beschrieben werden. Somit ist, auch bei kleinen Samplegrößen, eine Nachvollziehbarkeit bzw. eine Wiederholung dieses

Forschungsdesigns unter vergleichbaren Umständen möglich und die daraus gewonnenen Erkenntnisse lassen sich vergleichen.

3.3.1 Narrative Interviews als Grundlage der Auswertung

Die vorliegende Forschungsarbeit versucht den subjektiven Sinngehalt aus narrativen Interviews, in paraphrasierender Form vom Bezugsrahmen Polyamorie und Identität in der psychotherapeutischen Beziehung, aus Sicht der Integrativen Therapie nachvollziehbar zu machen. Dabei stellt die Erfassung und die Schaffung der Nachvollziehbarkeit subjektiver Sinngehalte das Erkenntnisziel dar, die paraphrasierende Inhaltsanalyse die dazu verwendete Auswertungsmethode.

Das Forschungsdesign entspricht der Darstellung der Forschungsfragen, die zur Beantwortung der Forschungsfrage notwendig sind. Die Form des narrativen Interviews wurde gewählt, um Vertrauen herzustellen, damit die Interviewpartner_innen frei und ohne Nachteile fürchten zu müssen, über ihre Erfahrungen in Bezug auf die Wahrnehmung ihrer Identität in Verbindung mit polyamoren Beziehungsformen bei psychotherapeutischen Behandlungen reden können.

Der Ausgangspunkt eines narrativen Interviews ist die Darstellung bestimmter Handlungen, Reaktionen und Gefühle durch die befragte Person. Es wird davon ausgegangen, dass die interviewende Person anhand von Inhalten und Form erkennt, ob die interviewte Person Erfahrungen berichtet und Interpretationen vorlegt oder Rationalisierungen vornimmt. Die in Erzählweise vorgebrachten Inhalte haben eine allgemeine Struktur mit subjektiver Bedeutung, Identifikationen und Rationalisierungen.

Die einzelnen Interviews beginnen mit einem Erklärungsteil und einer Aufforderung zum Erzählen. Im Erklärungsteil wird den interviewten Personen erklärt, warum dieses Interview stattfindet und wie es durchgeführt wird. Die interviewende Person soll möglichst wenig eingreifen, sodass die Darstellung in Form einer narrativen Erzählung und nicht in Form eines Frage-Antwort-Ablaufs erfolgt. Die Interviewpartner_innen sollen ein eigenes Relevanzsystem in Bezug zum Forschungsthema entwickeln und darstellen.

Narrative Interviews ermöglichen die Erfassung von Themen, die als ungewöhnlich oder heikel aufgefasst werden. Das erfasste Phänomen wird durch die vorgenommene Erzähllogik dargestellt; mögliche Unstimmigkeiten können in einer Nachfragephase beantwortet werden. Das narrative Interview erfordert von den interviewten Personen Erzählkompetenz, wonach eigene Abläufe in der Darstellung von Ereignissen, Gefühlen und der Herstellung von individuellen Sinnzusammenhängen unmittelbar im Gespräch gebildet werden müssen (Mayring, 2010).

Dabei wurde die Form des narrativen Interviews gewählt, bei dem die Interviewpartner_innen auf eine Eingangsfrage ohne Vorgaben antworten können. Anfangs-, Entwicklung und Endpunkte der dargestellten Ereignisverkettung wurden im Gegensatz zu strukturierten Interviews nicht vorgegeben, was die Einflussnahme der Interviewerin stark verringert. Es liegt damit an den Interviewpartner_innen Relevanz und persönlich bedeutsame Deutungen verbal auszudrücken. Dabei erinnern sich die Interviewpartner_innen an einen Zeitpunkt zurück und schildern ihre Erlebnisse, Empfindungen und Eindrücke. Es bleibt den Interviewpartner_innen

überlassen, inwieweit sie Argumentationen und Beschreibungen in ihren Erzählfluss einbeziehen (Küsters, 2014).

Das narrative Interview ermöglicht das Erzählen von persönlichen Erfahrungen in einer Face-to-Face-Situation in einer asymmetrischen Redeverteilung. Dadurch wird es den Interviewpartner_innen ermöglicht, die eigene individuelle Reproduktion der Erzählung im Hinblick auf ihre Detailgenauigkeit, die Schaffung von Erzählketten und die Darstellung einzelner – als wichtig empfundener – Situationen und Eindrücke zu schildern. Daraus wird eine konsistente Geschichte geformt, die fast ausschließlich durch die interviewte Person bestimmt wird. Die interviewende Person ist trotz des weitgehenden Monologcharakters notwendig, da sie als zuhörende Person direkt anwesend ist und bei Bedarf eingreifen kann. Dadurch wird es der interviewten Person möglich, überhaupt etwas zu erzählen (Küsters, 2014).

Das narrative Interview wird als Tondokument aufgezeichnet, wobei eine Eingangsfrage gestellt wird, die die Grundlage des Erzählflusses bildet. Die Interviewerin der Person kann durch immanente Nachfragen angedeutete Sachverhalte erörtern, ohne allzu stark in den Erzählfluss einzugreifen. Exmanentes Nachfragen dient nicht der Klärung bisher nicht entsprechend ausformulierter Erzählstränge und Inhalte, sondern es wird konkret nachgefragt, wie die interviewte Person zu bestimmten Prozessen steht, indem eine Selbstdeutung abgefragt wird (Küsters, 2014). Die exmanenten Nachfragen können auch dazu verwendet werden, erste Forschungsergebnisse explorativ zu überprüfen.

Durch strukturierte Interviews wären unter Umständen Begrenzungen vorgegeben worden, die die Fragestellung beeinflusst und eventuell eine Richtung vorgegeben hätten, die nicht gewollt wäre. Eine größtmögliche Freiheit des Gedankenflusses der Interviewpartner_innen war ein wesentliches Ziel dieser Befragung.

Die einzige Vorgabe war es, dem eigenen Gedankenfluss in Hinblick auf die Fragestellung freien Lauf zu lassen und dabei jene Aspekte zu betonen, die für die Interviewpartner_innen besonders wichtig sind. Im Rahmen der Forschungsarbeit wurde Wert darauf gelegt, wie die Interviewpartner_innen Polyamorie leben, welchen Einfluss dies auf ihre Identität nimmt und welche Auswirkungen sie diesbezüglich auf die therapeutische Beziehung wahrgenommen haben.

3.3.2 Durchführung der Interviews und Transkription des Materials

Da in Wien eine aktive Poly-Community besteht, wurden einschlägige Institutionen sowie Facebook-Gruppen kontaktiert, Flyer aufgelegt und Posts geschrieben – mit dem Verweis auf eine qualitative Forschungsarbeit, die das Ziel hat, die Lebenswelten von polyamoren Personen für Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten aufzuarbeiten. Diese Vorgehensweise wurde gewählt, damit interessierte Personen die Möglichkeit haben, ihre Erlebnisse der Forschung verfügbar zu machen und somit eine Eigenmotivation der Interviewten vorhanden ist. Dafür war Psychotherapieerfahrung oder zumindest Beratungserfahrung eine notwendige Voraussetzung. Es wurden keine Einschränkungen bezüglich Alter, Geschlecht, Religion, Herkunft oder sonstiger Zugehörigkeiten vorgenommen.

Der Flyer und die Posts haben viel Interesse geweckt. Nach Abklärung wichtiger Voraussetzungen, wie etwa der Therapieerfahrung, blieben zehn Interessentinnen und Interessenten übrig. Mit acht Personen wurde dann tatsächlich ein Interview

geführt. Mit den weiteren Personen konnte im Interviewzeitraum von September bis Dezember 2017 kein gemeinsamer Termin gefunden werden. Die Interviews haben in der Psychotherapiepraxis der Autorin oder in deren Wohnzimmer stattgefunden. Dies war wichtig, um einen ungestörten und geschützten Rahmen zu bieten. Die interviewten Personen sollten sich wohl fühlen und in Ruhe erzählen können.

Die Dauer der Interviews war mit einem Richtwert von 45 Minuten angesetzt. Die tatsächliche Dauer betrug zwischen 35 und 60 Minuten. Ausschlaggebend hierfür waren die interviewten Personen. Diese konnten jederzeit auf Wunsch pausieren oder das Interview ohne Begründung abbrechen. Von der Abbruch-Möglichkeit hat keine/r der interviewten Personen Gebrauch gemacht; Pausen kamen jedoch vor, sie ergaben sich ausschließlich aus körperlichen Bedürfnissen und waren entsprechend kurz.

Nach einer Einleitung, in der die Autorin die Fragestellung erläuterte und allgemeine Aussagen in Bezug auf den Ablauf gab (Form des Interviews, angestrebte Dauer, Zusicherung der Anonymität, Möglichkeit des Abbruchs oder der Unterbrechung zu jeder Zeit) wurden demografische Informationen wie das Geschlecht, das Alter, die Herkunft, der derzeitige Wohnort (Stadt oder Land) sowie die Religionszugehörigkeit abgefragt. Das Interview begann mit der Fragestellung der Autorin, wie die jeweils interviewte Person Polyamorie definiert und in welcher Form sie polyamore Beziehungen lebt. Je nach Interviewverlauf wurde auch minimal in den Redefluss eingegriffen. Diese Eingriffe wurden nur unter folgenden Aspekten durchgeführt, über die die Interviewpartner_innen vor Beginn des Interviews informiert worden waren und denen diese zugestimmt hatten.

- Zurückspiegelung, indem Aussagen der Interviewpartner_innen mit eigenen Worten wiederholt werden, um auf eventuelle Modifikationen zu achten
- Verständnisfragen, um Widersprüche und ausweichende Aussagen zu thematisieren
- Konfrontation, um Ungereimtheiten zu klären

Während des Interviews wurde dieses Eingreifen von Seiten der Interviewpartner_innen mit positivem Feedback aufgenommen, da die Autorin auf diese Art ihren Anteil an der aktiven Kommunikation hatte und die Interviewpartner_innen nicht einen Monolog halten mussten, auf den nicht unmittelbar reagiert werden kann. Durch das behutsame Eingreifen fand das Interview tatsächlich in einer Form von Dialog statt, welcher für den erfolgreichen Verlauf der Interviews maßgeblich war.

Um einen objektiveren Zugang zum Text und den Inhalten zu erhalten, entschied sich die Autorin die Transkription der Interviews auszulagern. Dabei war es wichtig, dass eine Person gefunden werden konnte, die die Transkription selbst vornimmt und diese nicht über eine Agentur erfolgt. Besonderer Wert wurde auf den sprachlichen Ausdruck gelegt, um auch semantische Eigenheiten und somit Feinheiten auswerten zu können. Beim Einsatz einer softwareseitigen Transkription mit Sprachglättung hätte die Möglichkeit bestanden, wichtige Inhalte zu verlieren. Da das Hauptaugenmerk auf dem Inhalt lag – und nicht auf den emotionalen Komponenten –, war eine einfache Transkription ausreichend. Deutliche Emotionen, wie etwa Lachen, wurde in der Transkription entsprechend angemerkt.

Eine Glättung erfolgte lediglich in Form von Dialektparaphrasierungen. Auch das erfolgte im Hinblick auf die Vergleichbarkeit der Interviews. So wurden Sätze oder Buchtitel, die in einer anderen Sprache als Deutsch ausgesprochen wurden, genauso transkribiert. Das erste Interview wurde per Sie transkribiert, was die Autorin gleich beanstandete, da die Poly-Community sehr familiär ist und das Du-Wort

daher einen wichtigen Bestandteil darstellt. Daher wurden die Interviews ohne Aufforderung per Du geführt und sollten natürlich auch so transkribiert werden.

In einem ersten Durchgang wurden die Interviews mit den Transkriptionen verglichen, um die Einhaltung der Vorgaben zu überprüfen und eventuelle Fehler zu korrigieren. Da zur Beantwortung der Forschungsfragen keine quantitativen Auswertungen vorgesehen waren, sondern eine qualitative Inhaltsanalyse und die Interviews eine überschaubare Menge an Daten lieferten, wurde auf den Einsatz einer eigenen Software verzichtet. Es wurde ein einfaches und nachvollziehbares System unter Microsoft Excel erstellt. Auch hier wurde sichergestellt, dass das gesamte Datenmaterial systematisch durchgesehen wird und in kombinierter deduktiv-induktiver Vorgehensweise Kategorien gebildet wurden (Kuckartz & Rädiker, 2014). Diese Vorgangsweise ersparte eine entsprechende Einarbeitungszeit und ermöglichte eine sofortige Analyse des Materials entsprechend den Vorgaben der qualitativen Inhaltsanalyse.

3.4 Analyse des Materials

Die Analyse der Interviews erfolgt in vier Schritten (Mayring, 2010): Im ersten Schritt wird die Fragestellung für die Analyse klar formuliert. Sodann wird das Material dargestellt und von anderen Materialgruppen abgegrenzt. Im dritten Schritt erfolgt die Quellenkritik, indem der Erkenntnisgehalt der Inhalte einzuschätzen und im Hinblick auf die Beantwortung der Fragestellung zu prüfen ist. Der letzte Schritt beinhaltet die Interpretation der Dokumente mithilfe interpretativer Methoden.

Die Quellenkritik beschreibt die Art des Dokuments in Bezug auf ihre Inhalte und Aussagekraft, die Nähe zum Gegenstand, die für diese Art der Ausblendung von besonderer Wichtigkeit ist, sowie die Darstellung von möglichen Fehlerquellen.

Ein erstes Lesen von Interviewtexten und der darin enthaltenen Formulierung von Begriffen und Kurzsätzen ergab sehr schnell ein System übergeordneter Kategorien. Die ermittelten Kategorien wurden im Hinblick auf die Zuordnung zu diesen drei übergeordneten Kategorien hin analysiert und markiert. Dabei wurden ganze Sätze als kleinste Kontexteinheit angenommen, auch wenn ein Satz in sich widersprüchlich und bedingt durch das Format nicht abgeschlossen sein konnte. Alle Interviews wurden unter Ausschluss der rein statistischen Aussagen im Hinblick auf die Zuordnung zu diesen Hauptkategorien untersucht (Mayring & Fenzl, 2014).

Die Aussagen der interviewten Personen ermöglichten eine erste Zuordnung zu drei Hauptkategorien, die sich aus dem engen Themenbereich als Grundlage der Interviews ergaben. Alle interviewten Personen stellten ausführlich ihren Bezug zu Identität, Polyamorie und der psychotherapeutischen Beziehung dar. Da dies bereits mit der allgemeinen Fragestellung verbunden war und die Worte durch die interviewten Personen selbst vielfach benutzt wurden, werden die drei Hauptkategorien als deduktive Kategorien angesehen. Sie mussten nicht aus den Texten abstrahiert werden (Mayring, 2010), sondern basieren auf theoretischen Erwägungen.

Im Rahmen des standardisierten Vorgehens bei der Auswertung der Interviews nach den Kriterien der qualitativen Inhaltsanalyse wurden – neben den auf deduktive Weise festgestellten Hauptkategorien – weitere Kategorien direkt aus dem Text gebildet.

Die Inhaltsanalyse erfolgte in folgenden Schritten:

I	1	Darstellung des Materials und seiner Charakteristika	Transkriptionen von narrativen Interviews
	2	Darstellung der Analysemethode	Qualitative Inhaltsanalyse
	3	Darstellung der Fragestellung	Aussagen der interviewten Personen in Bezug auf Polyamorie, Identität und Psychotherapie
	4	Festlegung der Analysetechnik und des konkreten Ablaufmodells	Analysetechnik entsprechend den Vorgaben zur qualitativen Inhaltsanalyse nach Mayring
	5	Definition der Analyseeinheiten	Deduktive Kategorien wurden im Hinblick auf die Beantwortung der Fragestellung vorab festgelegt Weitere induktive Kategorien sollen aus den Texten abgeleitet werden
II	6	Ermitteln relevanter Textstellen	Wichtige Textteile markieren
	7	Darstellen des Abstraktionsniveaus	Anwendung der Kategorien auf Deduktionsebene
	8	Paraphrasierung von relevanten Textstellen	Inhaltliche Übertragung in eine einheitliche Sprachform
	9	Erste Reduktion	Durch Streichen von Inhalten mit gleicher Aussage
III	10	Zweite Reduktion	Gleiche Aussagen zusammenfassen
	11	Zusammenstellung neuer Aussagen	Erstellen des induktiven Kategoriensystems
	12	Rücküberprüfung des gesamten Kategoriensystems am Ausgangsmaterial	
	13	Interpretation der Ergebnisse in Bezug auf die Fragestellung	

Abbildung 2: Arbeitsablauf der qualitativen Inhaltsanalyse (eigene Darstellung)

Zunächst wurden alle Interviews im Hinblick auf die Zuordnung zu deduktiven Kategorien analysiert. Dazu wurden die Aussagen in den Interviews paraphrasiert und in einem weiteren Durchgang sodann den drei deduktiven Hauptkategorien zugeordnet.

In weiteren Durchgängen wurden zunächst anhand zweier Interviews induktive Kategorien ermittelt, die sich als beständig erwiesen, sodass sie auf alle transkribierten Interviews übertragen wurden. Danach wurden Abgrenzungen vorgenommen, indem ähnliche Kategorien zusammengefasst wurden.

Für die weitere Analyse wurden nur jene Textstellen berücksichtigt, die im Hinblick auf die deduktiven Kategorien relevant erschienen. Diese wurden farblich vom übrigen Text abgegrenzt. In einem weiteren Schritt wurden diese Texte paraphrasiert, um ein einheitliches Sprachniveau zu erzielen. Dieser Vorgang stellte bereits die erste Reduktion der Materialfülle dar, da für die Analyse unwichtige Textstellen ignoriert und Wiederholungen weggelassen wurden. Die Paraphrasierung erfolgte entsprechend den Vorgaben der Leitfragen, indem erste Kategorieneinteilungen vorgenommen wurden. Die Zuordnung der Textteile zu bestimmten Kategorien erfolgte entsprechend den deduktiven Vorgaben. So wurden relevante Textteile jeweils einer der Kategorien „Identität“, „Polyamorie“ oder „Psychotherapie“ zugeordnet.

Unter Berücksichtigung der Zuteilung zu deduktiven Kategorien wurde der Text erneut analysiert und aufgrund der Analyse wurden induktive Kategorien erstellt. Zur Überprüfung der Gültigkeit der Kategorien wurden diese am Text geprüft und durch Interkodierung in ihrer Validität bestätigt.

Insgesamt wurden folgende Kategorien gebildet:

1. Identität	1.1 Fremdbild von mononormativen Personen 1.2 Fremdbild von nicht-mononormativen Personen 1.3 Selbstbild generell 1.4. Veränderung des sozialen Netzwerkes
2. Polyamorie	2.1 Formen von Polyamorie 2.2 Auswirkungen von Polyamorie auf die Identität 2.3 Selbstbild über Polyamorie
3. Psychotherapeutische Beziehung	3.1 Förderliche psychotherapeutische Beziehung 3.2 Hinderliche Faktoren für die psychotherapeutische Beziehung 3.3 Auswirkung der psychotherapeutischen Beziehung auf die Identität
4. Beweggründe für die Therapie	4.1 hat mit Polyamorie zu tun 4.1 hat nichts mit Polyamorie zu tun

Abbildung 3: Übersicht über die ermittelten Kategorien (eigene Darstellung)

Der Materialteil gibt unter Anwendung der erhobenen Kategorien die dafür relevanten wortgetreuen Aussagen der interviewten Personen als Ankerbeispiele wieder. Da die Arbeit auf der Analyse dieser Aussagen basiert, erschien es der Autorin sinnvoll, dem Materialteil den entsprechenden Raum einzuräumen. Die Beispiele zeigen, wie unterschiedlich die interviewten Personen ihre eigene Situation reflektiert haben und diese im Interview verbal kommunizierten. Sie zeigen außerdem, dass die interviewten Personen in einem für sie sicheren Raum ihre Situation in Bezug auf ihre Persönlichkeitsentwicklung in Kontext und Kontinuum darstellten, über ihre therapeutischen Erfahrungen berichteten und Wünsche an eine bessere psychotherapeutische Beziehung äußerten. Den interviewten Personen war diese offene Kommunikation nicht nur während der Interviewsituation wichtig, sondern auch in Bezug auf den Therapieverlauf.

3.4.1 Identität

Die erste Hauptkategorie umfasst Aussagen, die sich mit Identität befassen. Identität findet dann statt, wenn mit anderen sozial interagiert wird. Identität ist somit nicht nur die Wahrnehmung über sich selbst, sondern entsteht zudem durch Abgrenzung, indem das Subjekt souverän über seinen Freiraum bestimmt und diesen mit anderen Subjekten aushandelt. Da sich Identität in räumlicher wie zeitlicher Beziehung entwickelt, kann sie als Prozess gesehen werden, durch den der gesamte Mensch Entwicklungen erlebt. Diese beruhen auch auf dem Verstehen der Außeninflüsse, die die Sozialisation beeinflussen, sowie den inneren Prozessen der Verarbeitung des Aufgenommenen und den Kräften der Eigengestaltung unterschiedlicher Freiheitsgrade. Die Identität ist somit immer im Zusammenhang mit der

Kultur, der man angehört, zu sehen. Die Aussagen aller Interviewpartner_innen zeigen deutlich die persönliche Entwicklung, geprägt durch positive wie negative Fremdattributionen, sowie eine intensive Auseinandersetzung zwischen dem Selbst und dem sozialen Umfeld.

Gerade bei Menschen in polyamoren Beziehungen wird die Identitätsbildung durch negativ empfundene Fremdattributionen und die Auseinandersetzung mit bestehenden gesellschaftlichen Haltungen erschwert. Durch ihre sich vom mononormativen Umfeld unterscheidende Einstellung und Lebensweise in Bezug auf Beziehungen fühlen sich polyamore Personen in ihrer Leiblichkeit nicht ausreichend verstanden und akzeptiert. Dies wird von allen Interviewpartner_innen deutlich ausgesprochen. Gruppen, Netzwerke und unterschiedliche soziale Beziehungen, in denen ihr polyamorer Lebensstil akzeptiert wird, werden als nicht selbstverständlich angesehen und extra dargestellt. Die Beschreibung beinhaltet nicht nur das jeweilige soziale Umfeld, sondern auch die positiven Wirkungen auf die Identität der Patient_innen.

3.4.1.1 *Fremdbild von mononormativen Personen*

Personen, die offen in polyamoren Beziehungen leben, sind oftmals mit Vorurteilen konfrontiert und werden diskriminiert. Diese Vorteile entstehen aus dem Unverständnis, das insbesondere durch die kulturelle Norm der Monogamie geprägt ist. Erfährt der betrogene Partner von der Affäre, so führt das vielfach zu etlichen negativen Emotionen und oftmals auch zur Beendigung der Beziehung. Eine Affäre zu haben und ein Doppelleben zu führen gilt, trotz der Unehrlichkeit, als gesellschaftlich anerkannt. Für Personen, die in polyamoren Beziehungen leben, ist dieser Zustand untragbar und vernichtet Beziehungen:

„Weil viele Menschen, die das erfahren haben, in einer Art und Weise reagiert haben, dass sie gesagt haben: „So etwas kann man ja überhaupt nicht machen.“ Bei vielen weiß ich aber, dass sie im Geheimen in ihren Beziehungen Doppelleben führen.“ (IP2, 209)

Die mononormativen Werte, insbesondere der Aspekt des Verschweigens und Geheimhaltens, wirken auch innerhalb von polyamoren Beziehungen:

„Das Wort poly wollten sie [Anm.: das zweite Pärchen] überhaupt nicht in den Mund nehmen, das war böse, ich weiß es nicht. Ich habe es bis jetzt nicht wirklich herausgefunden, welches das Problem damit ist. Vor allem immer nur geheim, es darf irgendwie – es soll niemand mitbekommen.“ (IP8, 59)

Die mononormative Umwelt erlaubt allfällige Ausbrüche aus monogamen Beziehungen nach den Methoden, die ihr geläufig sind. Dazu zählen auch geheime sexuelle Kontakte außerhalb der Beziehung, die als akzeptierte Möglichkeit gelten, eigene Bedürfnisse auszuleben:

„Dann meinte sie, dass ich das selbst ein bisschen ausprobieren solle, um sicherzugehen, ob es mir passt. „Wie soll das gehen?“ „Naja, heimlich laufen gehen.“ (IP3, 107) [Anm: sie = die Therapeutin] [Anm: Laufen gehen war eine Metapher für Sex haben]

Viele Menschen aus dem mononormativen Umfeld glauben, dass Personen in polyamoren Beziehungen diese Beziehungen nur haben, um ungezügelt Sex zu haben, und sich ausbeuten lassen:

„Er hat komische Bilder gehabt, dass mein Ex mich an andere Männer weiterreicht und verhökert.“ (IP5, 202) [Anm.: er = Vater]

Die heteronormative Umgebung hat mit der Konfrontation mit polyamoren Beziehungen Verständnisprobleme. Menschen in polyamoren Beziehungen sehen sehr wohl den Standpunkt ihrer Umgebung und die vermeintliche Reduktion von Polyamorie auf rein Sexuelles und stellen schnell klar, dass diese Beziehungen weit darüber hinausgehen.:

„Die Wenigsten haben irgendeine Ahnung, geschweige denn wissen, wie man Polyamorie schreibt. Für die meisten ist es so: „Du willst ja nur offiziell fremdgehen oder sonst etwas“. Das finde ich so traurig.“ (IP8, 123)

Menschen, die in polyamoren Beziehungen leben, fühlen sich durch ihre vergleichsweise offene Beziehungseinstellung abgewertet und verurteilt:

„Dazu hatte ich noch meine alten Freunde, diese habe ich jetzt auch noch; die haben überhaupt kein Verständnis für viel Sex, mit vielen Partnern, die sehr konservative Werte vertreten, die eine Tendenz haben, andere zu verurteilen, die ein Schwarzweißdenken haben. Das stand mir auch entgegen.“ (IP6, 74)

Vielfach wissen Menschen in polyamoren Beziehungen nicht, wie ihre Umwelt auf sie reagiert, sondern rechnen mit Vorurteilen. Es wird davon ausgegangen, dass man durch den eigenen Lebensstil, der sich deutlich von mononormativen Beziehungsformen unterscheidet, stigmatisiert wird. Diese Einstellung wird kritisch reflektiert:

„Die Gesellschaft hat uns gar nicht wirklich verurteilt, sondern es war die Angst vor der Verurteilung.“ (IP2, 236)

Personen in polyamoren Beziehungen werden aber nicht nur kritisch, sondern zum Teil auch neidisch betrachtet, da sie eine scheinbar sehr befriedigende Partnerschaftslösung gefunden haben:

„In der anderen Gruppe war ich fast eine unmoralische Person. Sie haben es unterschiedlich aufgefasst. Manche fanden es interessant, ein bisschen anrühlich.“ (IP7, 175)

Allerdings scheint eine größere Zustimmung dann gegeben zu sein, wenn das mononormative Umfeld über einen Bildungsgrad verfügt, der über dem Durchschnitt liegt. Dann ist eine größere Akzeptanz gegeben und weniger Rechtfertigung nötig:

„Dadurch, dass ich in einem sehr gebildeten Umfeld bin, trauen sich die Leute auch gar nicht abwertend zu sein und haben den Anspruch offen zu sein.“ (IP4, 136)

3.4.1.2 Fremdbild von nicht-mononormativen Personen

Die nächste induktiv ermittelte Kategorie im Bereich der Hauptkategorie Identität zeigt, wie Personen in polyamoren Beziehungen von Menschen aus nicht-mononormativen Umfeldern wahrgenommen werden bzw. welche Einstellungen sie bezüglich Polyamorie haben. Menschen, die in einem nicht-mononormativen Umfeld leben, haben dem polyamoren Lebensstil gegenüber eine offene Einstellung.

„Mein Vater hat selbst eine Zeit lang nicht monogam gelebt, der hat sich mehr gefreut“ (IP4, 136)

Personen, die in polyamoren Beziehungen leben oder leben wollen, finden in Communities und in eigenen Lokalen Ansprechpartner_innen, mit denen sie ihre Anliegen, Wünsche, Fragen und Bedürfnisse auf Augenhöhe austauschen können:

„Neu war für mich dann diese Idee, dass es Menschen gibt, die darüber reden [Anm.: über Polyamorie] und sich treffen und dass es eine Community gibt.“ (IP4, 39)

3.4.1.3 Selbstbild

Neben dem Fremdbild, das die Identität formt, trägt das Selbstbild, das man von sich als Person hat, zur Identität bei (Petzold, 2012a). Die interviewten Personen machten in Bezug auf ihr Selbstbild einerseits Feststellungen, andererseits gaben sie Prozesse der Identitätsentwicklung an.

Auffällig ist, dass der Fokus der interviewten Personen zielgerichtet auf der Frage „Was will ich erreichen/haben/fühlen?“ liegt. Es ist eine Hinwendung zu etwas und keine Entfernung vom bisherigen mononormativen Selbstverständnis.

„Die Monogamie selbst, das war eigentlich die erste Feststellung für mich, die ich vor Aufnahme mit Partnersexualität getroffen habe, kann das nicht leisten, für mich [Anm.: das, was ich mir vorstelle].“ (IP1, 47)

Die interviewten Personen wollen aus eigenem Willen entscheiden können und vor allem offen kommunizieren:

„Ich möchte selber nicht manipuliert werden, auf der anderen Seite möchte ich auch niemanden manipulieren. Ich sage lieber die Wahrheit und das, was in meinem Herzen drinnen ist.“ (IP1, 87)

Sie sehen sich in ihren polyamoren Beziehungsformen deutlich von mononormativen Beziehungsformen differenziert:

„Nicht monogam zu sein, ist für mich Identität.“ (IP1, 173)

Rückmeldungen und Feedback sind ein wichtiger Teil, die eigene Identität zu verstehen:

„Ich brauche oft Rückmeldung von außen.“ (IP4, 186)

Polyamorie wird als der Platz gesehen, an dem man sich richtig fühlt, also in seinem Selbst bestätigt wird. Identität wird als Teil eines Entwicklungsprozesses gesehen, der in mononormativen Partnerschaften beginnt, in denen man sich nicht wohl fühlt, und als Suche nach dem Ort, an dem man sich wohl fühlt:

„Dann hatte ich so viele sexuelle Kontakte und auch keine tieferen Gefühle mehr in meinem Leben, dass es gekippt ist ... Es ist ein Gefühl der Leere und der Depression entstanden. ... Dann bin ich auf die Polys gestoßen.“ (IP6, 60)

Bei der Suche nach dem Platz, der Gruppe oder der Zugehörigkeit bleiben Zweifel, ob nicht das mononormative Prinzip von Partnerschaften durch die andere Einstellung und Lebensweise gefährdet ist. Es wird das eigene Begehren hinterfragt:

„Wenn ich daheim gewesen bin, Familie und so weiter ... habe ich natürlich ein schlechtes Gewissen gehabt, weil „wie kannst du nur, du hast zuhause deinen Mann und dein Kind und warum kann dir das nicht reichen?“ (IP8, 103)

3.4.1.4 Veränderung des sozialen Netzwerkes

Die Identität wird durch die sozialen Netzwerke geprägt, in denen man sich bewegt. In polyamoren Netzwerken sind unterschiedliche Formen von Freundschaften möglich:

„Ich habe das Gefühl, dass bei verschiedenen Freundschaften so viel mehr Platz ist für, was auch immer, romantische Elemente, oder sexuelle Elemente, oder Kuschelemente, wobei realistischweise sehr viel mehr Kuscheln passiert als sonst etwas. Das ist dann eher etwas, wie meine Freundschaften sich verändert haben. Wie Menschen im Alltag auf mich reagieren, daran hat sich nicht wirklich viel geändert.“ (IP3, 275)

Das Leben in einer polyamoren Beziehung führt dazu, dass man ein stärkeres Bild von sich selbst hat und dadurch mehr Nähe anderer zulassen kann, die nicht Teil des Netzwerkes sind:

„Letztlich habe ich es als angenehm erlebt, mich zu outen, obwohl ich sehr viel Angst davor gehabt habe. Dadurch kann ich mehr zeigen und es kann mehr Nähe entstehen zu Kollegen.“ (IP4, 136)

Ein polyamorer Lebensstil führt nicht unbedingt dazu, dass sich alte Freunde von einem abwenden. Das soziale Netzwerk erweitert sich viel mehr:

„Es ist etwas dazu gekommen. Ja, insofern hat es sich schon verändert. Aber wirklich verloren habe ich dadurch nichts. Es hat sich niemand von mir abgewendet von den Leuten, die es wissen.“ (IP5, 206)

Das neue Netzwerk innerhalb der polyamoren Beziehungen ist aber auch eine Herausforderung, da dieses soziale Netzwerk aktiv mitgestaltet werden muss:

„Du entscheidest dich dabei auch, dass du sehr viel Arbeit investierst, weil, je mehr Leute dazukommen und je unterschiedlicher die Beziehungen zueinander auf körperlicher und emotionaler Ebene sind, desto mehr Kommunikation ist gefordert. Du musst dich dafür entscheiden, dass du dich dem stellst.“ (IP6, 123)

3.4.2 Polyamorie

Die nächste Hauptkategorie, die deduktiv vorgegeben ist, bezieht sich auf Polyamorie. Die Unterkategorien ergeben sich daraus, dass die interviewten Personen darstellen, wie sie Polyamorie sehen, welche Auswirkungen sie auf ihre Identität hat und wie das Selbstbild durch Polyamorie verändert und gestaltet wird.

3.4.2.1 Form von Polyamorie

Diese Unterkategorie erfasst die Aussagen der interviewten Personen im Hinblick darauf, wie sie Polyamorie sehen bzw. wie ihr Idealbild von polyamoren Beziehungen ist.

Die interviewten Personen sehen in Polyamorie die Möglichkeit, mit mehreren Menschen gleichzeitig eine auf Dauer intensive emotionale und auch körperliche Beziehung zu haben:

„Dass es mehrere Menschen gibt, zu denen ich eine Beziehung habe, die intensiver ist als eine normale Freundschaft.“ (IP2, 63)

„Was ich im Kontext „Poly“ als Beziehung sehen würde, ist für mich all das, von dem ich sage, dass es dazu kommt, dass ich etwas für mich Wesentliches mit jemandem teile und zusätzlich, dass ich Sexualität mit einem Menschen in regelmäßiger Form habe.“ (IP1, 109)

Im Gegensatz zu mononormativen Beziehungen in Form einer romantischen Beziehung, die voraussetzt, dass man nur einen einzigen Menschen „wirklich liebt“ und sexuell kompatibel ist, ermöglicht Polyamorie diese Emotionen und Bedürfnisse mit verschiedenen Partnerinnen und Partnern auszuleben:

*„Ich glaube daran, dass es möglich ist, einen Menschen wirklich zu lieben. Ich habe es selbst erfahren, aber das passiert sehr selten.“
(IP6, 117)*

Polyamorie wird als zusätzliche Möglichkeit der partnerschaftlichen Lebensgestaltung erkannt und öffnet somit neue Wege:

„Es gab drei Möglichkeiten, die die Gesellschaft gegeben hat. Entweder ich verlasse meinen Partner und komme mit dieser anderen Person zusammen, was für mich nicht in Frage kam, weil ich ihn liebe; oder ich beginne eine Affäre, was für mich noch weniger in Frage kam, oder ich unterdrücke die Gefühle, was ich eben die ganze Zeit gemacht habe. Vor etwa zwei Jahren habe ich diesen Artikel gelesen über Polyamorie, wo ich dann echt so (Geste, die Überraschung vermittelt); es gibt noch eine vierte Möglichkeit – ich kann mit meinem Partner darüber reden. Das klingt vielleicht irgendwie so easy, aber eigentlich war es für mich extrem weltbewegend das Ganze.“ (IP3, 60)

Polyamorie kann auch als Gegenkonzept zu bestehenden gesellschaftlichen Beziehungssystemen gesehen werden:

„Relationship-Anarchie“ (IP4, 60)

Die Auseinandersetzung mit Polyamorie kann auch dann stattfinden, wenn man Teil einer polyamoren Beziehung wird:

„Ich hatte sie beide kennengelernt und sie haben es beide gewusst, sie waren beide sehr an Polyamorie interessiert oder haben sich selbst dafür entschieden“ (IP4, 76)

Polyamorie wird von anderen nicht-mononormativen Beziehungsformen differenziert:

„eine offene Beziehung ist etwas anders als poly“ (IP5, 92)

Innerhalb von polyamoren Beziehungen können hierarchische Unterschiede entwickelt und gelebt werden. Das Verhältnis der einzelnen Partner_innen zueinander ist in jeder polyamoren Beziehung unterschiedlich. Neben dem Wunsch nach Hierarchien gibt es Menschen, die in ihren polyamoren Beziehungen eine Hauptbeziehung haben:

„Hierarchie finde ich blöd, weil das etwas Konkurrierendes hat, und ich habe mir gedacht, dass poly eben genau nichts mit Konkur-

renz zu tun hätte. Natürlich gibt es darin Unterschiede, wie vertraut einem jemand ist oder welche Dinge miteinander erlebt werden. Es gibt natürlich Unterschiede in den Beziehungen an sich, aber nicht von der Wertigkeit oder Wichtigkeit her.“ (IP5, 230)

Es ist aber auch das Gegenteil möglich, indem Hierarchien Sicherheit bieten und die Komplexität polyamorer Beziehungen reduzieren:

„Für sie ist es total wichtig, dass die Beziehung zwischen ihnen als die Hauptbeziehung definiert wird und sie hätte gerne dieses Hierarchische und er, er kann das gar nicht.“ (IP8, 91)

„Ich habe schon den Wunsch nach einer Art Ankerbeziehung. Also, jemand, bei dem ich weiß, dass er so etwas wie ein Hafen ist, wohin ich immer wieder zurückkommen kann. Das heißt für mich aber nicht, dass diese Person nicht auch andere; oder fangen wir mit mir an (sic!). Es kann aber auch genauso gut sein, dass es zwei Menschen gibt, die für mich so etwas wie ein Anker sind. Hierbei überrasche ich mich dann selber, da ich sage, dass ich eine Ankerperson brauche, wo es eigentlich um das Poly-Sein geht.“ (IP5, 242)

Polyamorie wird von den interviewten Personen stark von anderen nicht-mononormativen Formen unterschieden, wodurch eine Abgrenzung von Polyamorie zu diesen Beziehungsformen entsteht, ohne dass der Begriff ‚Polyamorie‘ genau festgelegt wird:

„Ich glaube, dass das ein Mittelding ist zwischen poly und swingen, weil de facto habe ich eine Beziehung mit einer Person und die restlichen Beziehungen beschränken sich auf eine sehr tiefe Freundschaft und das Sexuelle. Allerdings glaube ich, dass es schon viele Leute gibt, die das als poly bezeichnen würden.“ (IP6, 43)

„Ich habe zwei Partner, mit denen ich auch den Alltag teile; was man sich eben als normale Alltagsbeziehung vorstellt. Bei einem Partner, mit dem ich schon länger zusammen bin, habe ich einen Hauptwohnsitz, sehe aber den anderen Partner auch sehr oft. Ich habe eine lockere Freundschaft-plus-Beziehung, die ich selten sehe, wo aber keine Alltagsbeziehung vorhanden ist.“ (IP7, 35)

3.4.2.2 Auswirkungen von Polyamorie auf die Identität

Ein polyamorer Lebensstil hat Auswirkung auf die Identität. Polyamore Beziehungen müssen mit einem starken Kommunikationskonzept unterfüttert werden. Dazu gehört das gemeinsame Verständnis über die Tatsache, dass die Beziehung mit Ehrlichkeit dargestellt und besprochen wird. Dadurch kommt es zu einer stärkeren Reflexion und zu einer verstärkten Wahrnehmung der eigenen Bedürfnisse im Hinblick auf Geborgenheit und Nähe:

„Ich habe dann gemerkt, es gibt diese Wärme. Ich kann diese Wärme haben, ich kann das, was ich menschlich und sozial brauche, dort haben.“ (IP1, 75)

Polyamorie kann auch die Realisierung eines grundlegenden Wertekonzepts sein und durchaus eine politische Perspektive haben:

„Wo sich meine Überzeugungen und Wertvorstellungen, wofür Polyamorie und Beziehungsanarchie steht, ja auch decken. Es ist herrschaftsfrei, alle Menschen sind in ihrem Wesen, in ihrem Kern gleich viel wert. Das ist die feministische Idee der Polyamorie, die mir sehr wichtig ist.“ (IP1, 83)

„Ich identifiziere mich schon mit poly, aber noch viel mehr mit Hinterfragen, wie die Gesellschaft Dinge sieht, glaube ich.“ (IP4, 40)

Polyamorie kann proaktiv zur Entwicklung der Identität beitragen, indem es als alternatives Beziehungsmodell gesehen wird. Hier lebt man nicht nur nebeneinander, sondern bewusst miteinander:

„So habe ich ein weit besseres Leben gehabt als die meisten Menschen, die dann in den „sexless marriages“ gefangen sind, bei denen es dann nur noch darum geht, wer heute Kopfschmerzen am Abend hat oder wer den Müll raus bringt. Das ist ein Lebensmodell, das für mich nicht passt.“ (IP1, 121)

„Es war überraschend, nämlich, dass jemand anderer auch so denkt, dass so etwas möglich ist und dass dazu ein psychologisch-psychotherapeutisch ausgebildeter Mensch so denkt. Also jemand, der auch auf die Seele aufpasst, also dass es nicht seelisch verwerflich ist, wobei er das Poly-Sein dort nicht erwähnt hat, sondern nur die Lebensform beschrieben hat, eben mit – wenn ihr daneben ein Haus habt, dann zieht eben zusammen, lebt zu viert an einem Ort und es wird sich schon irgendwie ausgehen.“ (IP2, 232)

Durch offene Kommunikation und dauernde Reflexion ist es möglich, das eigene Denken und die eigenen Einstellungen zu hinterfragen und die Identität zu erweitern und zu festigen:

„Das hat mir auch gezeigt, dass diese ganze Polyamorie-Geschichte mir auch sehr dabei helfen kann, mich mit meinen eigenen Dämonen quasi auseinanderzusetzen und daran auch zu wachsen. Das habe ich vor allem in der Psychotherapie gemerkt.“ (IP3, 69)

Das führt auch dazu, dass Beziehungen freier werden, indem andere Erwartungshaltungen eingenommen und Gefühle hinterfragt werden. Dadurch gewinnt man an Selbstsicherheit und es ist möglich, eher auf andere zuzugehen:

„Ich bin auch ein Stück weit mutiger geworden, an Menschen heranzutreten, für die ich Gefühle habe.“ (IP3, 263)

Das Leben in einem polyamoren Netzwerk kann Sicherheit geben und damit positiv auf die Identität wirken:

„Ich fühle mich einfach viel sicherer, wenn ich ein Netzwerk habe von Menschen, als wenn ich in einer kleinen Kernfamilie, Monogam-beziehung bin.“ (IP4, 44)

Polyamorie ermöglicht die Entfaltung der eigenen Identität, indem man sich selbst mehr zutraut und mehr Eigenverantwortung für seine Gefühle und Entscheidungen übernimmt:

„Für mich hat poly viel Raum aufgemacht, Sachen zu hinterfragen. ... Das Spannende für mich ist auch, dass seitdem ich mich als lesbisch bezeichne, noch mal mehr Raum aufgegangen ist. Nach dem Motto: Jetzt bin ich ohnedies schon anders und kann mir jetzt alles erlauben. Ich falle schon aus jeder Kategorie, dann kann ich gleich noch viel mehr anders machen.“ (IP4, 116)

„Das ist bei poly auch wichtig, die Beziehung mit dir selbst und dass du selber mit dir gut klarkommst. Da sehe ich im Moment auch sehr viele Dinge, die ich selbst in die Hand nehme. Das muss ich selbst in die Hand nehmen.“ (IP5, 214)

„Ich bin jetzt, was eben poly auch heißt, dass man nicht so abhängig ist von jemand anderem. Die wichtigste Beziehung ist die Beziehung mit dir selber. ... Die Selbstbestimmung spüre ich deutlicher als früher.“ (IP5, 222)

Polyamorie schafft Freiheit, da mehr Raum zur Verwirklichung unterschiedlicher Interessen vorhanden ist:

„Dadurch, dass einige von diesen Geschichten, die lockerer waren, auch parallel gelaufen sind, habe ich gemerkt, dass ich auch durchaus mehrere Männer gleichzeitig sehr gerne haben kann; auch wenn es nicht für eine fixe Partnerschaft reicht. Dann habe ich das Gefühl gehabt, dass hier eine Tür offen ist, von der ich nicht weiß, ob ich sie wieder schließen kann. Diese Freiheit, dass man unterwegs einfach seinen Gefühlen und seinem Instinkt folgen kann, wenn man jemanden trifft, den man gut findet. Wenn man Lust hat, mit ihm irgendwas zu machen, dass man es tun kann, ohne dass man weiß, man hat ein Verbrechen gegen die Beziehung begangen, was man selbst gar nicht so sieht.“ (IP6, 59)

Ehrlichkeit führt dazu, dass man sich besser fühlt, da man weiß, dass man für das, was man tut, selbst verantwortlich ist:

„Ich habe Lügen immer schon gehasst. Ich war verzweifelt, wenn ich gezwungen war zu lügen. Gleichzeitig hatte ich auch immer die Panik davor, andere zu enttäuschen. Deswegen habe ich dann im Zweifel gelogen, wenn ein Ausrutscher passiert ist. Aber ich habe es gehasst wie die Pest. Das beispielsweise nicht mehr zu tun, ist großartig.“ (IP6, 95)

„Ich kannte diesen Satz schon ewig – das ist ein Schlagwort: Jeder ist für seine eigenen Gefühle und Bedürfnisse selbst verantwortlich; aber ich habe Jahre gebraucht, um ihn zu verstehen.“ (IP7, 68)

3.4.2.3 Selbstbild über Polyamorie

Die Zugänge zu Polyamorie sind unterschiedlich und jeder entwickelt seine eigenen Sichtweisen, um für sich Klarheit zu gewinnen. Dies ist ein Teil einer erweiterten Reflexionsfähigkeit, die dazu beiträgt, die Identität weiterzuentwickeln.

Zu dieser erweiterten Reflexionsfähigkeit gehört die Erkenntnis, dass Polyamorie Ehrlichkeit bedeutet:

Sich öffnen zu können und zu sagen, dass man ohne Spielchen miteinander umgehen kann, denn wenn jemand in der Poly-Community beginnt, Spielchen zu spielen, das geht sich nicht aus.“ (IP1, 157)

„Mein Hauptbedürfnis, was damals schon war, und das hat sich nur verstärkt, ist, dass ich meine Integrität bewahrt haben will und dass ich die Menschen authentisch sein lassen will.“ (IP4, 39)

Zudem kann man sich den eigenen Interessen unterschiedlich widmen und hat weniger Einschränkungen:

„Ich möchte nicht sagen, dass es ein Idealbild ist, aber das, was dort entstehen hätte können, ist einfach, dass vier Menschen zusammenleben und eben die zwei, drei oder vier etwas zusammen machen, die eben gemeinsam etwas machen wollen.“ (IP2, 169)

Das Leben in polyamoren Beziehungen ermöglicht auch eine bessere Zeiteinteilung, indem Verantwortung untereinander aufgeteilt werden kann:

„Vor allem die Kinder haben das alles normal gefunden; die Kinder haben nichts befremdlich gefunden, dass einmal die miteinander im Schlafzimmer waren und dann die anderen zwei. Das war völlig in Ordnung. Sie durften in alle Schlafzimmer immer hinein, es war nie abgeschottet oder so etwas. Dort, wo sie hinwollten, dort sind sie hin. Teilweise sind sie gependelt in der Nacht. Wenn sie beim einen zu wenig Platz hatten, sind sie zum anderen gegangen und wieder zurück.“

Es war auch für die Beteiligten sehr angenehm, weil plötzlich konnte man sich aufteilen, weil immer jemand anderer die Kinder hatte. Das hat auch relativ gut gepasst. Das heißt, du hast auch freie Zeit bekommen.“ (IP2, 181)

Polyamorie wird als Beziehungsgeflecht mehrerer Personen zur gleichen Zeit gesehen, bei dem Emotionen und Sexualität mit unterschiedlichen Partner_innen zugelassen werden. Dies ist eine bewusst vorgenommene Handlungsweise, die mit den Partner_innen besprochen wird und somit einen Teil der Identität ausmacht:

„Wenn du jemanden mehr als zweimal triffst, dann ist die Sache auf einem komplett anderen Level. Ich will dort keine Geschichten von Kindern hören, ich will dort auch keine privaten Dinge preisgeben. Das ist eine andere Ebene, wenn es poly wäre, dann wäre ein anderer Anteil des Lebens dabei, nämlich der Unterschied, ob du einen Anteil vom Privatleben bekommst. Sobald du Anteil am Privatleben hast, bist du in meinem Leben. Wenn es keinen Anteil am Privatleben gibt, ist es ein nettes Treffen.“ (IP2, 259)

Die Beziehungen beruhen auf Offenheit und dem Einverständnis aller Beteiligten, sodass Sexualität und Gefühle nicht unbedingt voneinander getrennt werden müssen:

„Denn der ganze Grundsatz von ethischer Non-Monogamie, ist das, was unter dem Einverständnis von allen Beteiligten läuft, und in dem Moment, wo ich meinem Mann etwas verschweige oder eine Affäre anfangen, ist es genau das: eine Affäre und Fremdgehen.“ (IP3, 119)

Auch auf Einmaligkeit gerichtete sexuelle Begegnungen sind möglich, wenn sie solche bleiben:

„Eigentlich (betont) wären One-Night-Stands auch kein Problem, solange wir diesen Menschen danach nie wieder sehen.“ (IP3, 143)

Die Wahrnehmung der eigenen Identität beinhaltet auch das Gefühl der Wahrnehmung der Einmaligkeit der eigenen Person durch andere. Dies soll nicht auf einem einzigen Bereich beschränkt sein, sondern sowohl das Körperliche, das Emotionale aber auch die Zeit, die man zusammen verbringt, beinhalten:

„Das, womit mein Mann einfach hadert, ist, wenn ich mit jemandem Sex habe, den ich auch liebe, weil er irgendwie das Gefühl haben möchte, dieses Besondere noch für sich zu haben, quasi, das ist das, was uns von allen Freundschaften und Beziehungen unterscheidet. Dass wir das Körperliche mit dem Emotionalen verbinden. Das Wort „besonders“ ist immer recht oft gefallen, dass er besonders sein möchte“ (IP3, 147)

„Also, das Zu-kurz-Kommen ist, finde ich, eine sehr verständliche Sorge, weil Liebe ist vielleicht unlimitiert, aber Zeit eben nicht.“ (IP3, 155)

Polyamorie bedeutet Eigenverantwortlichkeit und damit auch das Treffen von Entscheidungen:

„Egal, ob das ein Kuschelpartner wird oder eine Partnerin oder Sexualität ins Spiel kommt, Romantik ins Spiel kommt oder was auch immer, dass es einfach das sein kann, was es ist, ohne Einschränkung.“ (IP3, 225)

„So, dass jeder Mensch prinzipiell eigenverantwortlich ist, auch wenn das heißt, dass man andere Menschen braucht.“ (IP4, 40)

„Es ist einerseits das Gefühl, das mich einschränkt, und andererseits ist es auch eine Entscheidung. Ich kann mich genauso gut entscheiden, mono zu sein. Es ist dann nur die Frage, ob ich auf Dauer damit glücklich werde.“ (IP5, 80)

„Meine Beziehungen sind nicht weniger komplex, aber dafür sind sie für mich zufriedenstellender. Immer dieses Sich-entscheiden-Müssen, sobald man sich in einen anderen verliebt, hat mich davor nicht sehr glücklich gemacht, und auch die anderen nicht. Jetzt gibt es eben die Möglichkeit, mit mehreren Menschen das Leben zu teilen. Man muss eben auch die richtigen Leute dafür finden.“ (IP7, 63)

Die ideale polyamore Beziehung beinhaltet offene Kommunikation und Empathie, sodass man sich auf jede Situation einstellen kann:

„Also, wie stelle ich mir eine ideale Poly-Beziehung vor? Sehr wichtig ist, und das hat mein Ex sehr gut gemacht, das sehr offene Kommunizieren, denn andernfalls ist es Betrügen.“ (IP5, 234)

Die Vielzahl an unterschiedlichen Beziehungen ermöglicht ein individuelles soziales Netzwerk, in dem man sich wohl fühlen kann, aber auch durch bewältigte Herausforderungen reifen kann:

„Das ist genau mein Platz, meine Nische, weil es geht bei uns um so Vieles mehr als um Sex. Man ist füreinander da und gibt sich gegenseitig so viel. Das ist genau das, was ich will. Wir sind eine Gruppe von Freunden, mit körperlichen Benefits, aber es ist so viel mehr als das. Ich werde dort als Mensch gesehen, das finde ich herrlich. Damit bin ich total glücklich und auch ausgelastet.“ (IP6, 62)

Emotionen wie Eifersucht sind auch in polyamoren Beziehungen Herausforderungen, die zu bewältigen sind. Dennoch bieten sie die Möglichkeit, persönlich zu wachsen:

„Man muss schon sagen, dass es auch in diesem Kontext zu Verletzungen und Enttäuschungen kommt. Ich habe in dieser Gruppe schon viel gelitten, aber es ist unter dem Strich eine überwiegend positive Bilanz und ich bekomme so viel heraus und wachse sehr daran, dass ich das um nichts in der Welt eintauschen würde.“ (IP6, 119)

Polyamore Beziehungen ermöglichen die Reflexion der eigenen Person in Bezug auf veränderte Wertehaltungen und Einstellungen:

„Ich finde, es ist beides, eine Eigenschaft mehr im Kontext der Sozialisierung im Sinne der Einstellung, mit der man durchs Leben geht.“ (IP6, 123)

Sich für einen polyamoren Lebensstil zu entscheiden, ist das Resultat von Entwicklungen, die im Erwachsenenalter bewusst vorgenommen wurden. Es wird reflektiert, inwieweit man es sich selbst zutraut, mit vielen unterschiedlichen Menschen eine gemeinsame Zukunft zu gestalten:

„Für mich ist poly mehr als eine Beziehung haben zu können. Ich denke, eine Tendenz in diese Richtung hatte ich schon vor 20 Jahren anfänglich, also so ab den ersten Erwachsenenbeziehungen, und ich lebe es seit etwa drei bis vier Jahren.“ (IP7, 31)

In einer polyamoren Beziehung zu leben, bedeutet auch, Selbstverantwortung für die eigenen Emotionen zu übernehmen und von den Partner_innen nicht zu erwarten, dass diese mitgetragen werden:

„Einer der wichtigsten Effekte war sicherlich, dass jeder von uns in der Konstellation gelernt hat, für einen guten Teil der eigenen Bedürfnisse selbst zu sorgen und nicht mehr zu verlangen. Verlangen ist vielleicht ein hartes Wort, es war kein Verlangen, aber sich insgeheim zu erwarten, dass das Gegenüber das macht.“ (IP7, 64)

Offene Kommunikation bedeutet für die interviewten Personen, dass sie miteinander in nicht verletzender Weise über ihre Beziehungsformen reden können, ohne dabei diskriminiert zu werden:

„Mein Verständnis von Polyamorie ist eigentlich, dass sich eine Beziehung nicht auf einen Menschen beschränken muss, dass es dabei verschiedene Gestaltungs- und Konstellationsmöglichkeiten gibt und dass das alles offen besprochen wird miteinander und dass alle einverstanden sind.“ (IP6, 43)

„Das ist alles super und lustig und viele Leute. Hauptsächlich geht man rational ran und redet und verhandelt und schaut, ob das überhaupt geht und was nicht geht, welche die eigenen Bedürfnisse sind und welche die der anderen. Es ist ziemlich komplex, aber ich finde es besser, als monogam zu leben.“ (IP7, 128)