



Facebook: In erster Linie eine Plattform zur Selbstdarstellung

# Beziehungen in ein

**Heute genügt ein Klick, um andere Menschen kennenzulernen. Virtuelle Netze wie Facebook oder Partnerbörsen im Internet vermitteln zwar den Eindruck, mit andern verbunden zu sein, oft fehlt es aber an Verbindlichkeit.**

von Rita Torcasso\*

**M**it vielen meiner sogenannten Freunde im Facebook tausche ich mich nur dann aus, wenn wir gerade zusammen eingeloggt sind», sagt Christian T. Facebook ist eines der grössten sozialen Netzwerke im Internet. Gemäss eigenen Angaben wird die Plattform für «Freunde» weltweit von 200 Millionen Personen genutzt, allein in der Schweiz sollen es 1 Million sein. Diese Form des Austauschs ist so beliebt, dass die Stadt Zürich für ihre 15 000 Angestellten den Zugang sperrt. Im Schnitt loggte sich jeder Angestellte fünfmal pro Arbeitstag ein.

## **Kontakte sammeln**

Offenbar trifft das Sammeln sozialer Kontakte im Internet einen Nerv der Zeit. Christians Profil enthält 600 Kontakte. «Die Hemmschwelle, mit jemandem Kontakt aufzunehmen, ist tiefer, und ich kann mich so auch schnell mit einem Freund treffen, der gerade im Ausland ist», sagt er. Mehrheitlich seien es flüchtige Bekanntschaften. Christian verbringt etwa sechs Stunden wöchentlich im Facebook, seine Freundin Nora S.

schnell mal zwei Stunden täglich. Sie ist vorsichtiger, wenn es um neue Kontakte geht: «Wenn mir zum Namen einer Person, die für einen Kontakt anfragt, nicht sofort einfällt, woher ich sie kenne, lösche ich das Profil.» Schwieriger sei es, jemanden zu löschen, den man kennt. Dies werde als Abweisung oder gar Kränkung empfunden. «So behalte ich einen früheren Schulkollegen auf meinem Profil, obwohl er mit seiner Sammelwut und Kommentaren nervt», bemerkt sie. Facebook sei wie ein riesiges «Klatschheftli», sagt Nora und fügt hinzu: «Seit Christian und ich ein Paar sind, logge ich mich bei ihm nicht mehr ein. Das verleitet nur zu unnötigen Fragen und vergiftet die Atmosphäre.»

## **Mit Beziehungsformen experimentieren**

Die Aussagen der beiden 25-Jährigen zeigen, dass es im virtuellen Austausch eigentlich klare Vorstellungen davon gibt, was Beziehung schliesslich ausmacht. Beide betonen, dass sie mit den richtigen Freunden am Telefon reden oder sie treffen. «Junge Menschen nut-

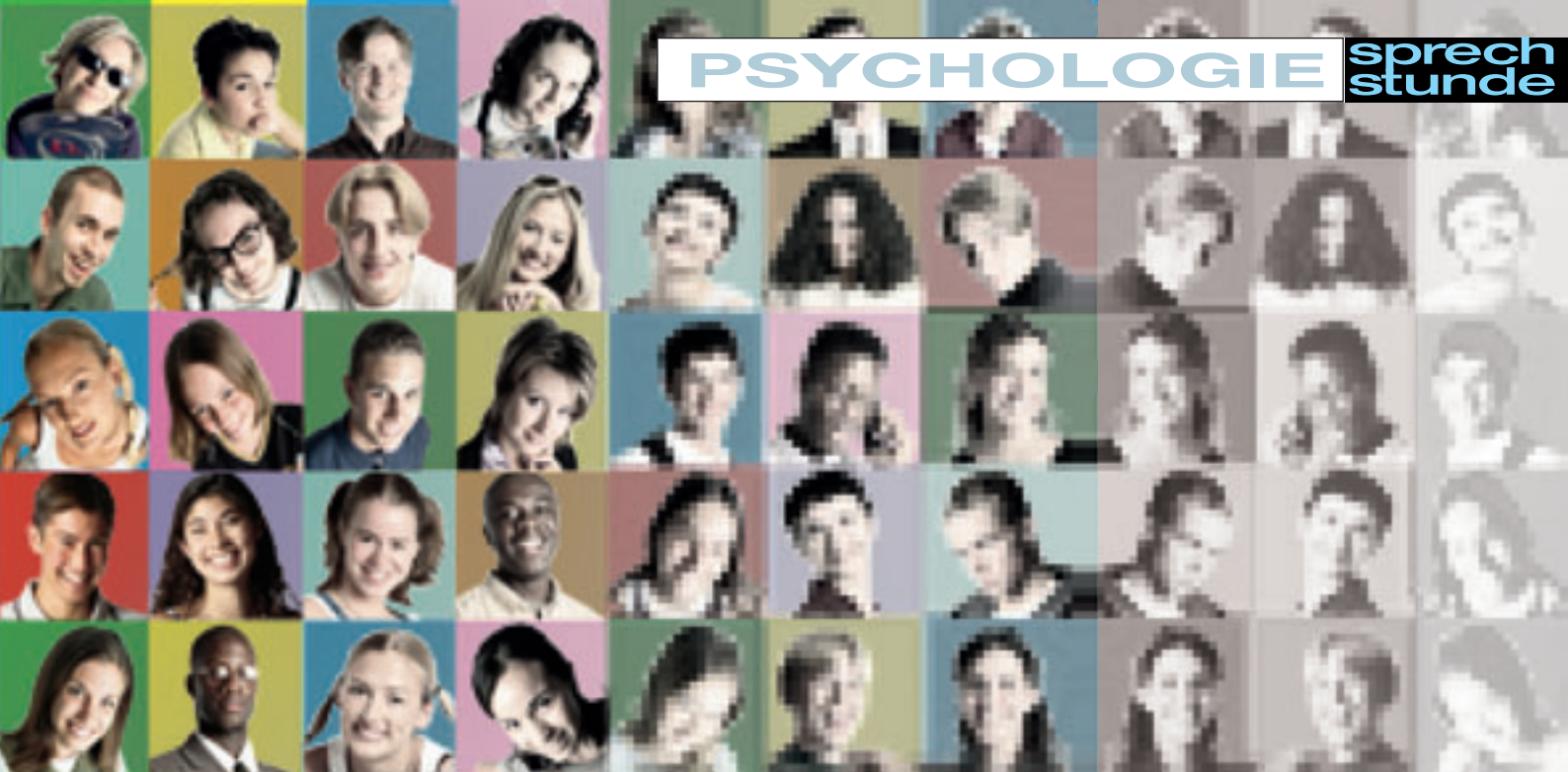


FOTO: RUBBERBALL. ILLUSTRATION: PETER WANNER

# ... in der virtuellen Welt

zen Facebook vor allem auch, um mit Beziehungsformen zu experimentieren», sagt der Jugendpsychologe Allan Guggenbühl. «Doch im Gegensatz zu Gesagtem nehmen sie Geschriebenes viel eher für bare Münze, und die erstarrte Form verleitet rasch dazu, Persönliches preiszugeben.» Er schätzt, dass etwa jeder 20. Nutzer schliesslich Mühe hat, zwischen Fantasie und Realität zu unterscheiden.

## Kultiviert wird die eigene Sicht

In seiner Studie «Identität, soziale Beziehungen und Gemeinschaften im Internet» geht der Medienpsychologe Christoph Studer der Frage nach, wie virtuelle Beziehungen Menschen prägen. Er stellt fest: «Kultiviert wird nur die eigene Sicht, die man in die Interessengemeinschaft einbringt.» Das könne dazu führen, dass man sich immer weniger mit anderen Meinungen und Ansichten auseinandersetze und auch nicht lerne, diese zu akzeptieren. «Die Möglichkeit, andere jederzeit wegzuklicken, verhält sich gegenläufig zu dem, was eine reale

Gemeinschaft ausmacht: Kooperation und emotionale Einbindung.» Vor allem virtuelle «soziale Gemeinschaften», in welchen man sich vorerst im Schutz der Anonymität austauscht, verstärken bestimmte Verhaltensweisen, stellt Studer fest. «Einerseits sind das Offenheit, Freundlichkeit und Partizipation, aber auch normverletzendes und asoziales Verhalten.»

## Das «Fühlbare» fehlt

Partnerbörsen im Internet verleiten besonders stark dazu, Partner als Projektionsfläche für eigene, oft widersprüchliche Gefühle zu benutzen. Ursula M. ist seit zwei Jahren in einer Plattform eingeloggt, auf der man sich über einen Persönlichkeitstest und Antworten auf zehn Fragen den passenden Partner sucht. «Während dieser Zeit habe ich etwa zehn Personen wirklich getroffen, ge-

## Lesetipps

### Liebesdialoge per E-Mail

Der Roman «Gut gegen Nordwind» lotet die Höhen und Tiefen einer virtuellen Beziehung aus. Die beiden Hauptfiguren verlieben sich ineinander, ohne sich zu Gesicht zu bekommen. Erst in der Fortsetzung «Alle sieben Wellen» kommt es zu einem Treffen. Daniel Glattauer: «Gut gegen Nordwind», Goldmann-Verlag, 2008, Fr. 14.90.  
Daniel Glattauer: «Alle sieben Wellen», Verlag Zsolnay, 2009, Fr. 32.90.

### Die Psychologie der Verbindlichkeit

Anhand von Fällen aus ihrer Praxis geht die Psychologin Gabrielle Rüttschi der Frage nach, was wir unter «Verbindlichkeit» verstehen, und zeigt, wie sich dieser Begriff im Lauf der Zeit verändert hat. Ergänzt wird das Sachbuch mit philosophischen und literarischen Essays. Gabrielle Rüttschi: «Vielleicht – Die unverbindliche Verbindlichkeit», Verlag Books on Demand, 2008, Fr. 40.50.

funkt hat es aber nie», erzählt sie. Die 40-Jährige hatte bisher rund 2000 virtuelle Kontakte. Anfangs fühlte sie sich geschmeichelt und antwortete auch parallel mehreren Männern. «Es ist ein wenig, wie wenn man Hof hält.» Mit der Zeit fiel ihr dann auf, dass sie immer nur auf Kontaktaufnahmen reagierte und selber kaum aktiv wurde. Ihr fehlte das «Fühlbare», und es machte sie auch unsicher, dass man den andern nicht nach Mimik und Ausstrahlung beurteilen kann. «Um mich zu schützen, habe ich während der virtuellen Kontakte emotionale Fantasien gar nicht zugelassen», erklärt sie. Das Medien- und Sozialforschungsinstitut EMNID geht davon aus, dass 38 Prozent der erwachsenen Bevölkerung im Internet nach einem Partner suchen. Der Paartherapeut Klaus Heer sagt: «Gefährlich wird es, sobald das Herz mitspielt.» Dann werde man unkritisch und unvorsichtig. Die Gefahr liege weniger darin, dass man von andern getäuscht werden könne, als in der Selbsttäuschung, be-

tont er und ergänzt: «Die Fantasie kann zu einer Anziehungskraft werden, die man kaum mehr unter Kontrolle hat.» Vor allem erotische Fantasien hätten eine ungeheure Sogwirkung, die sich zu einem Jagdfieber entwickeln könne.

### **Anonym weniger Hemmungen**

In einer Studie des Soziologischen Instituts der Universität Zürich zum Thema «Die Entstehung von Liebesbeziehungen online» wurden 4100 Benutzer der grössten Partnerbörse in der Schweiz gefragt, warum sie im Netz eine Beziehung suchen. Sie nannten als Vorteile: Anonymität (75%), weniger Hemmungen (50%), unverbindliche Kontakte (47%). Männer nannten häufig «weniger Hemmungen» und Frauen, «dass man sich einfach ausloggt, wenn einem etwas nicht passt». Als nachteilig wurde genannt: dass man alles schreiben kann (70%) und dass man den andern nicht sieht und spürt (36%).

Jede fünfte befragte Person war mit mehreren Profilen auf der Suche, 40 Prozent hatten Erfahrungen mit anderen Partnerbörsen. «Über die Partnerbörse ist mir bewusst geworden, dass es offensichtlich nicht nur für mich ein Problem ist, neue Menschen kennenzulernen. Das Problem scheint weitverbreitet, vor allem oder vermehrt sind junge Menschen sehr einsam», stellt eine der befragten Personen fest.

Als wichtigste Bedingungen für das Entstehen einer Beziehung im Internet nennt der Paartherapeut Klaus Heer Ehrlichkeit und Authentizität. Denn die kleinste Mogelei werde spätestens beim ersten Treffen zum Bumerang. «Die Grundverbindlichkeiten, welche über die Qualität der Beziehung entscheiden, sind dieselben wie im realen Leben: sich wirklich Zeit für den anderen nehmen und ihm mit Interesse und Respekt begegnen.»

\*Rita Torcasso ist freischaffende Journalistin. Sie lebt in Zürich.

## Interview

# «Wir begnügen uns mit scheinbarer Verbindlichkeit»



Gabrielle Rüttschi

Versprechungen werden nicht eingehalten, Kontakte abrupt abgebrochen und Verantwortungen abgeschoben. Die Psychologin und Buchautorin Gabrielle Rüttschi plädiert dafür, eine eigene Haltung der Verbindlichkeit zu entwickeln und mit Beziehungen verantwortungsvoll umzugehen.

**«Sprechstunde»:** Ihr Buch trägt den Titel «Vielleicht». Damit bringen Sie die Unverbindlichkeit, die viele unserer Beziehungen bestimmt, auf den Punkt. Was genau ist mit Verbindlichkeit gemeint?

**Gabrielle Rüttschi:** Verbindlichkeit ist ein dehnbarer Begriff, den man immer wieder neu für sich selber definieren muss. Wir verbinden damit Vorstellungen wie Respekt, Wertschätzung, Verlässlichkeit, Verantwortung, Vertrauen, Unterstützung, Beständigkeit.

**Das sind hohe Erwartungen. Sind diese überhaupt erfüllbar?**

Tatsächlich begnügen wir uns oft mit einer scheinbaren Verbindlichkeit. Wir verlassen uns darauf, dass die Liebe ewig dauert; wir vermeiden es, uns mit dem Gegenüber wirklich auseinanderzusetzen. Wir binden uns zwar, lassen gleichzeitig aber andere Optionen offen und weichen Konfrontationen mit anderen Wertvorstellungen aus. In Krisen führt diese Form von Selbstbetrug rasch dazu, dass Beziehungen zerbrechen.

**Was braucht es, damit Menschen verbindlicher handeln?**

Meistens braucht es Druck von aussen, damit man umdenkt. Das ist zum Beispiel der Verlust der Stelle, die Trennung vom Partner oder die Erfahrung, dass sich vermeintliche Freunde von einem abwenden. Man muss ja erst einmal merken, dass die eigene soziale Wahrnehmung nicht mehr stimmt. Wie wenig man sich dessen bewusst ist, zeigt eine Presseumfrage: 40 Prozent der Befragten fanden nichts dabei, eine Freundschaft per SMS zu beenden.

**Wie verträgt sich solch unverbindliches Handeln mit der Tatsache, dass wir ja auch davon abhängig sind, ob getroffene Vereinbarungen eingehalten werden?**

Unser Handeln wird von Vorstellungen und Erwartungen mitbestimmt. Wir wünschen uns Sicherheit und Geborgenheit, doch gleichzeitig wollen wir auch die Freiheit, selber wählen und entscheiden zu können. Für ein verbindliches Zusammenleben braucht es auch die

Auseinandersetzung mit anderen und die Bereitschaft, unsere eigenen Wertvorstellungen zu hinterfragen. Erst dadurch entwickeln wir eine eigene innere Haltung.

**Ist Unverbindlichkeit ein Spiegel unseres Zeitgeistes?**

Verbindliches Handeln in einer komplexen Welt wie der unsrigen ist schwieriger geworden. Wir sind täglich mit so vielen Angeboten konfrontiert, dass wir immer überlegen, ob es nicht vielleicht ein noch besseres gibt. Früher wurden unsere Wahlmöglichkeiten durch Traditionen, die Familie, die Kirche und andere Institutionen beschränkt. Dagegen lehnte sich die Nachkriegsgeneration auf. Unterdessen sind wir eher mit zu viel Freiheit konfrontiert. Heute muss jeder für sich selber entscheiden, welches Mass an Verbindlichkeit er im Umgang mit anderen aufbringen will.

Das Interview führte Rita Torcasso.