

ICH BIN ES WERT, DASS DU BEI MIR BLEIBST.

Der Einfluss von erfüllter Existenz und Bindung auf die Eifersucht in romantischen Beziehungen

RENÉ GRUBER

Mithilfe von Fragebögen wurde bei 572 Personen im Alter von 16 bis 72 Jahren untersucht, ob und wie sehr Erfüllung in der Existenz (im Sinne der Existenzanalyse) eine protektive Wirkung auf Eifersuchterleben und -verhalten hat, welche Rolle der individuelle Bindungsstil und der Bindungsstil der PartnerInnen spielen und welchen Einfluss Beziehungsfaktoren ausüben.

Es zeigte sich, dass eine Verbesserung der existentiellen Erfüllung zu einer Verringerung der Kränkung bei den meisten eifersuchtsauslösenden Situationen, zu größerem Vertrauen in den Partner und zu geringerer Eifersucht führt. Existentielle Erfüllung kann daher als ein protektiver Faktor für Eifersuchterleben und -verhalten angesehen werden.

Bindungstheoretisch zeigten sich jene Menschen, deren Bindungsstil auf einem positiven Selbstmodell basiert, weniger durch potenzielle Eifersuchtsauslöser kränkbar und weniger eifersüchtig als jene mit negativem Selbstmodell. Ein positives Selbstmodell verringert folglich die Eifersucht.

Mögliche Implikationen für die Psychotherapie der Eifersucht werden diskutiert.

SCHLÜSSELWÖRTER: Eifersucht, Existenzanalyse, existentielle Erfüllung, Bindung

I AM WORTHY OF YOU STAYING WITH ME.

The influence of fulfilled existence and attachment on jealousy in romantic relationships

This questionnaire survey with 572 participants (age range from 16 to 72 years) examines the role of a fulfilled existence (as defined by existential analysis) as a protective factor in the experience of jealousy and jealous behavior. The relevance of the individual attachment style and the attachment style of the partner, as well as the relevance of relationship factors were also analyzed.

Results show that an improvement in existential fulfillment leads to a reduction in feeling offended in most of the jealousy provoking situations, to greater confidence in the partner, and to less jealousy. Existential fulfillment can therefore be seen as a protective factor regarding jealous experience and behavior. Concerning attachment it was found that people whose attachment style is based on a positive model of the self are less likely to be offended by potential jealousy triggers and that they are less jealous than people with a negative model of self. Thus a positive model of the self is associated with a reduction in the intensity of perceived jealousy.

Possible implications for the psychotherapy of jealousy are discussed.

KEYWORDS: jealousy, Existential Analysis, existential fulfillment, attachment

Eifersucht ist ein weit verbreitetes Phänomen, das wahrscheinlich die meisten schon erlebt haben – sei es, dass sie selbst eifersüchtig waren, oder dass ihr Partner eifersüchtig war. Auch in der Psychotherapie kommt uns das Phänomen immer wieder entgegen und ist oft etwa mit unsicheren Persönlichkeitsmerkmalen, einer nicht besonders tragfähigen Beziehung zu sich selbst oder einem subjektiven Erleben von innerer Leere verbunden.

Die Idee über Eifersucht zu schreiben entstand in der therapeutischen Arbeit mit einem Mann, der sich selbst als übertrieben eifersüchtig bezeichnete, was ihn und seine Paarbeziehung belastete. Bald stellte sich heraus, dass der Klient überall der Beste sein wollte, dass er sehr nach sogenannten „man-Sätzen“, also „im Außen“ zu leben schien und dass sein „Eigenes“ insgesamt nicht sehr ausgeprägt wirkte.

Dadurch tauchte in mir die Frage auf, ob misstrauische Eifersucht mit fehlender existentieller Erfüllung zusammenhängen könnte.

Theoretischer Hintergrund

Da die Untersuchung auf der Grundlage der Existenzanalyse angelegt ist, soll kurz auf ihre theoretischen Grundannahmen Bezug genommen werden. Weiters werden die zentralen Begriffe dieser Arbeit erläutert.

Existenzanalyse

Die Existenzanalyse ist eine „phänomenologische, an der Person ansetzende Psychotherapie – mit dem Ziel, der Person zu einem (geistig und emotional) freien Erleben, zu authentischen Stellungnahmen und zu einem eigenverantwortlichen Umgang mit sich selbst und ihrer Welt zu verhelfen. Praktisch hat damit die existenzanalytische Psychotherapie das Ziel, den Menschen zu befähigen, mit innerer Zustimmung zum eigenen Handeln und Dasein leben zu können“ (Längle 2008, 71).

„Im Mittelpunkt der Existenzanalyse (EA) steht der Begriff ‚Existenz‘. Darunter wird ein *sinnvolles, in Freiheit und Verantwortung* gestaltetes Leben in der Welt verstanden, mit der die Person in unablässiger Wechselwir-

kung und Auseinandersetzung steht.“ (ebd., 23)

Dieses Streben nach Existenz ist getragen von den vier Grundmotivationen, die im Folgenden kurz umrissen werden sollen.

Die erste Grundmotivation stellt die Frage „Kann ich sein?“ Um diese Frage mit einem „Ja zur Welt“ (Längle 1997, 153) beantworten zu können, braucht der Mensch Raum, Schutz, Halt und den Boden, den ihm die Welt gibt (vgl. ebd., 157). Das zentrale Thema der ersten Grundmotivation ist das Dasein-Können, wobei es psychologisch um die Dynamik des Angenommen-Seins von der Welt und des Annehmen-Könnens der Welt und ihrer Bedingungen geht (vgl. ebd.).

Die zweite Grundmotivation beschäftigt sich mit der Frage „Mag ich leben?“ und damit mit jenen Erfahrungen, die mir in meinem Leben wichtig sind, wie „Gefühle zu haben, Nähe, Wärme und Werte zu erleben, Beziehungen emotional zu empfinden“ (ebd., 160). Ihr Thema ist, das Leben als Wert zu mögen. In der psychologischen Dynamik geht es darum, Zuwendung zu erhalten und um das Mögen (vgl. ebd.), welches nötig ist, um das „Ja zum Leben“ (ebd., 153) zu finden.

Die dritte Grundmotivation stellt die Person vor die Frage „Darf ich so sein, wie ich bin?“. Schlüsselinhalte sind Identität, Authentizität, Selbstwert und Abgrenzung (vgl. ebd., 163), aber auch „Vereinsamung, Rivalität, Verletztheit, Entfremdung, Nicht-beantwortet-Sein, Trostlosigkeit und Verlassensein“ (ebd.). Ihr zentrales Thema ist das So-Sein-Dürfen bzw. das Selbstsein. Psychologisch geht es um die Dynamik, Wertschätzung zu erhalten bzw. andere wertzuschätzen (vgl. ebd.), um zu einem „Ja zum Selbstsein“ (ebd., 153) zu kommen.

Die vierte Grundmotivation stellt den Menschen vor die Frage „Wofür soll ich leben?“ und zielt damit auf den Sinn im Leben. „Der vernommene und verstandene Anruf der Situation gibt dem Menschen eine Sinnvorgabe für sein Dasein, verleiht seiner Handlungsfähigkeit eine Richtung („Sinn““ (ebd., 166). Das zentrale Thema der vierten Grundmotivation ist sinnvolles Wollen. In der psychologischen Dynamik geht es um die Erfüllung von Sinn bzw. um verantwortetes Handeln (vgl. ebd.), um zum „Ja zum Sinn“ (ebd., 153) zu finden.

Eifersucht

Der Eifersucht wurde in der psychologischen Forschung recht wenig Beachtung geschenkt (vgl. Mummeny & Schreiber 1983, 195), und da sie lange „so gut wie ausschließlich eine Domäne der Psychiatrie“ (ebd.) war, wurden vor allem extreme Ausprägungen der Eifersucht beschrieben. Die „normale“ Eifersucht galt „als etwas Natürliches, als Zeichen der Liebe in einer engen interpersonalen Beziehung“ (ebd.).

Seit Beginn der siebziger Jahre wird die „normale“ Eifersucht jedoch zunehmend differenziert betrach-

tet und wird „nicht mehr als Zeichen einer besonders engen, sondern vielmehr einer unvollkommenen, einengenden Beziehung“ (ebd.) betrachtet, wodurch das Interesse der Psychologie am Phänomen Eifersucht gewachsen ist.

In der neueren psychologischen Forschung scheint man sich von der Dichotomisierung der Eifersucht im Sinne von gesund und krank abzuwenden und sieht Eifersucht auf einem Spektrum (vgl. Lima et al. 2017, 10ff) oder Kontinuum (vgl. Schipper et al. 2007, 630) von normal bis pathologisch.

Diese Studie bewegt sich im „gesünderen“ Bereich des Eifersuchtskontinuums, die durch eine Wahrnehmung der Bedrohung der Beziehung durch eine dritte Person ausgelöst wird.

Eifersucht wird allgemein definiert als „aversive emotionale Reaktion, die als Ergebnis einer außerdyadischen Beziehung eines Partners eintritt, welche real oder vorgestellt ist oder für wahrscheinlich gehalten wird“ (Bringle & Buunk 1985, 242, zit. nach Bringle & Buunk 1991, 72). Ergänzend sei angeführt, dass auch Tätigkeiten des Partners (etwa Hobby oder Beruf) Eifersucht im weiteren Sinne auslösen können.

Wichtig an dieser Stelle ist auch die Unterscheidung zwischen misstrauischer und reaktiver Eifersucht, die anhand der zeitlichen Komponente getroffen werden kann. Hat der Partner (noch) keinen Treubruch begangen, wird von antizipierender, phantasierter, misstrauischer Eifersucht bzw. suspicious jealousy, manchmal auch von unbegründeter oder unberechtigter Eifersucht gesprochen. Bezieht sich die Eifersucht auf ein vorangegangenes außerdyadisches Ereignis, das gemäß der konventionellen gesellschaftlichen Norm als Untreue bezeichnet wird, so wird von reaktiver Eifersucht bzw. reactive jealousy oder von fait accompli Eifersucht, manchmal auch von begründeter oder berechtigter Eifersucht gesprochen.

Eifersucht in der Existenzanalyse

Eifersucht wird den reaktiven Begleitgefühlen der verletzten dritten Grundmotivation zugeordnet (vgl. Längle 2003, 19). Sie beschäftigt sich mit dem bedrohten oder verletzten Selbstverständnis und Selbstwert und wird auch als Beziehungs-Neid bezeichnet (vgl. ebd., 22).

Der Eifersucht, die ein Erleben des „Beraubt-, Bestohlen-, Betrogen-Worden-Seins“ (Czopak 2004, 12) auslöst, wird die Dynamik des Halten-Wollens zugeschrieben. Ihr Thema ist die „Angst um den Verlust eines ‚Besitzes‘, mit dem man sich identifiziert“ (Längle 2003, 22). Im Wörterbuch der Logotherapie und Existenzanalyse von Viktor E. Frankl (vgl. Biller et al. 2008, 50f) wird auf den erotischen Materialismus der Eifersucht (das Besitzenwollen des Partners) und

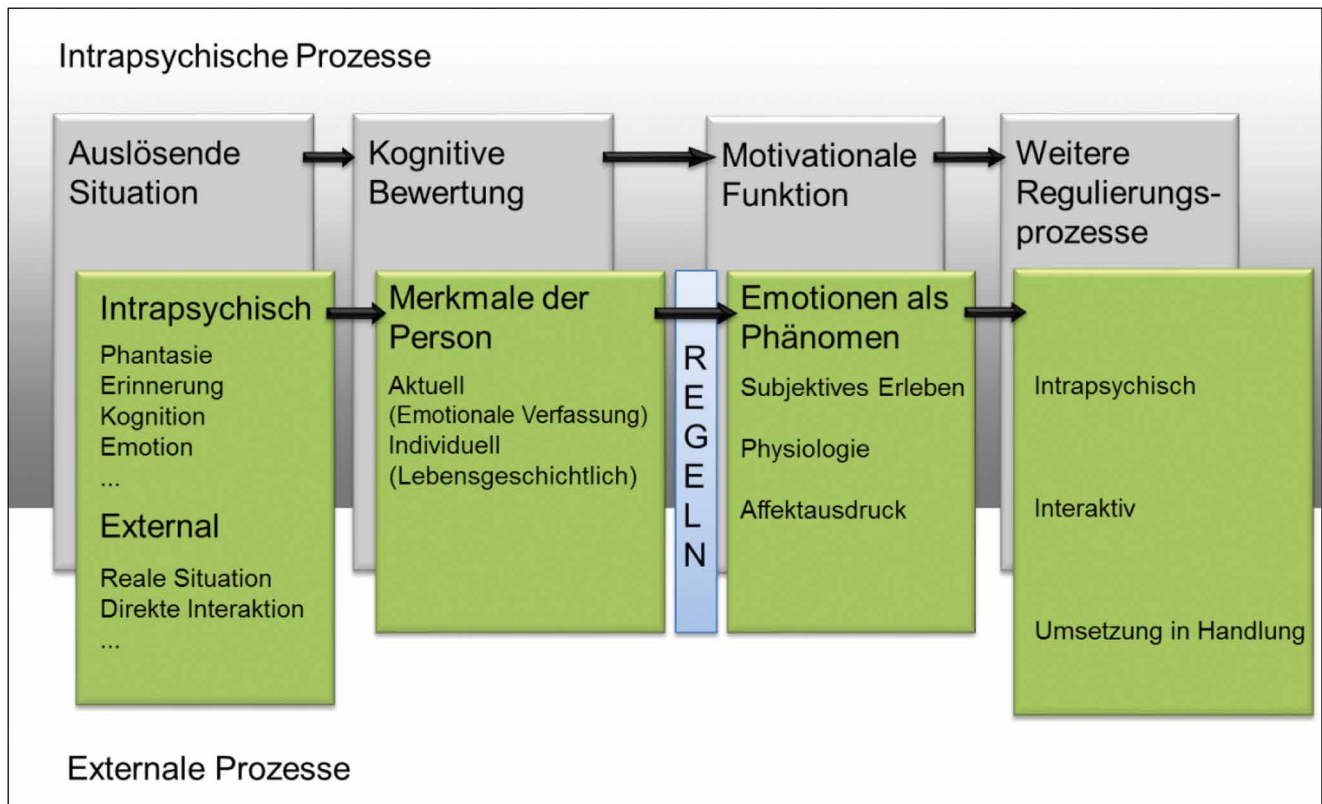


Abb 1: Modell zur Entstehung, Phänomenologie und Funktion von Emotionen (Bänninger-Huber & Widmer 2001, zit. nach Bänninger-Huber 2006, 304)

ihre fehlende Selbsttranszendenz hingewiesen. Die Liebe dagegen bezeichnet Frankl (2002) als „Selbsttranszendenz menschlicher Existenz“ (ebd., 92).

Da sie den Anderen nicht als Person in ihrem Eigenwert sieht, sondern in ihrem Nutzwert (vgl. Längle 2001, 47) als Quelle der Selbstbestätigung (vgl. Czopak 2004, 31), ist die Eifersucht im existenzanalytischen Sinne apersonal (nicht personal).

Der Eifersüchtige klammert sich an den Partner, um sich selbst nicht verloren zu gehen. Daher hat Eifersucht „wenig mit Liebe zu tun, ihr Thema ist das Verfehlen der Liebe. Denn der eifersüchtige Mensch ist selten jemand, der lieben kann, er ist derjenige, der geliebt werden muss, der von anderen bestätigt haben muss, dass er liebenswert, bedeutsam und wichtig ist“ (ebd., 32). Und da er „einen großen Teil seines Selbstwerts durch seinen Partner bezieht, wird ein Beziehungsverlust als existentielle Bedrohung erlebt, denn er verliert nicht (nur) seinen Partner, sondern er geht sich auch selbst dabei verloren“ (ebd., 7).

Die Psychodynamik des Eifersuchtsprozesses

Eifersucht kann in Anlehnung an das Modell zur Entstehung, Phänomenologie und Funktion emotionaler Prozesse (vgl. Bänninger-Huber & Widmer 2001 bzw. Bänninger-Huber & Widmer 2001, 172; s. Abb. 1) nicht nur durch einen externen Reiz (bspw. einen offensicht-

lichen Flirt des Partners oder der Partnerin) ausgelöst werden, sondern auch intrapsychisch durch eine auftretende Erinnerung an eine frühere Situation oder eine Kombination von beidem.

Wie stark der Eifersuchtsreiz erlebt wird, hängt dann von der *kognitiven Bewertung* ab, auf die sowohl die aktuelle Situation (glückliche vs. unglückliche Beziehung, Tagesverfassung, Sicherheitsgefühl in der aktuellen Beziehung) als auch die individuelle Prädisposition (wie sicher fühle ich mich in Beziehungen im Allgemeinen, wie hat eine ähnliche Situation das letzte Mal geendet) Einfluss haben.

Nach einer unbewussten Berücksichtigung der *Regeln* zur Affektregulierung, die wir im Laufe unserer Sozialisation internalisiert haben und die festlegen, welche Emotionen „erlaubt“ sind und wie sie ausgelebt werden „dürfen“, kommt es zum *Phänomen*, dem Erscheinungsbild der Emotion mit ihrem spezifischen subjektiven Erleben (Kränkung, Ärger, Wut), dem physiologischen Empfinden (Magenschmerzen, Steigerung des Pulses) und ihrem Affektausdruck in Mimik, Gestik und Motorik (Hängenlassen der Mundwinkel, Ballen der Fäuste).

Schließlich werden *weitere Regulierungsprozesse* in Gang gesetzt, die entweder intrapsychisch (bspw. positive Selbstinstruktion, Rachephantasien), interak-

tiv (Gespräch oder Streit) oder mittels Umsetzung in eine Handlung (Überwachung der Partnerin, aber auch Verbesserung der eigenen Attraktivität) erfolgen können (vgl. Bänninger-Huber und Wosch 2015, 30) und letztlich zum Ziel haben, sowohl die Störung im emotionalen Gleichgewicht zu beseitigen und beispielsweise den verletzten Selbstwert wiederherzustellen, als auch die Beziehung vor der (eingebildeten oder realen) Bedrohung zu schützen.

Um den Partner stärker an sich zu binden, wird oft auch versucht, jede freie Minute mit ihm zu verbringen, weshalb eigene Interessen zurückgestellt werden. Dadurch geht *das Eigene* verloren, was die Abhängigkeit zum Partner häufig verstärkt und folglich mehr Eifersucht aufkommen lässt.

Bindung

John Bowlby entwickelte ein Paradigma, das „die menschliche Neigung zur Knüpfung starker emotionaler Bindungen an bestimmte andere Menschen“ (Bowlby 1983, 57) erklären konnte und nannte die daraus resultierende Theorie „der Einfachheit halber [...] Bindungstheorie“ (ebd.). Diese beschäftigt sich nicht nur mit dem Bindungsverhalten bei Kindern, sondern hat den Anspruch, „bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen beobachtbare, bis dato als [...] Abhängigkeit begriffene Verhaltensmuster zu erklären“ (Bowlby 1995, 113).

Nach dem Ansatz von Hazan & Shaver verfolgt die Bindungstheorie die Idee, dass soziale Entwicklung eine ständige Konstruktion, Revision, Integration und Abstraktion erfordert (vgl. ebd. 1987, 523) und bietet ein brauchbares Werkzeug, um zu erklären, warum Menschen gesunde bzw. ungesunde Formen der Liebe leben (vgl. ebd., 511).

Bindungsverhalten ist also kein Spezifikum von Kleinkindern, sondern begleitet uns „from the cradle to the grave“ (Bowlby 1979, 154), wenn auch die Bindungsverhaltensweisen mit zunehmendem Alter abnehmen und ihre Gestalt und Intensität verändern: So wird etwa das Schreien erst durch Rufen, später dann durch Telefonieren (vgl. Grossmann 2000, 55) oder SMS-Schreiben ersetzt.

Doch nicht nur die äußerliche Erscheinung des Bindungsverhaltens ändert sich, auch die Bindungspersonen: Nach der Mutter kommen häufig der Vater und/oder andere Familienmitglieder hinzu. In der Adoleszenz können dann Trainer, Vereine, politische oder religiöse Organisationen, Freunde oder Peergroups Bindungsfunktionen übernehmen.

Im Erwachsenenalter ist meist der Partner die wichtigste Bezugsperson, (vgl. Bierhoff & Grau 1999, 40; vgl. Grau 1994, 45), wobei Bindungsverhalten mit zunehmendem Alter stärkerer Auslöser bedarf (vgl. ebd., 41), doch der „Wunsch nach Liebe und Fürsorge bleibt

ein Leben lang ein wichtiger Bestandteil der menschlichen Natur“ (ebd.). So zeigen sich Bindungsverhaltensweisen bei Erwachsenen vor allem, wenn sie mit schwierigen Gefühlen nicht fertig werden oder sich in kritischen Situationen befinden. Art und Intensität variieren häufig auf Grund früherer Bindungserfahrungen (vgl. ebd.). Dementsprechend könnte etwa jemand, der die Erfahrung gemacht hat, dass das Suchen von Nähe durch die Bindungsperson bestraft wird, dazu tendieren, dass er in einer schwierigen Situation nicht deren Nähe sucht, sondern beispielsweise versucht, sich abzulenken (vgl. Strauß et al. 2010, 33).

Ein Unterschied zwischen Kindern und Erwachsenen ist auch, dass nicht mehr eine Person Bindungsverhalten zeigt und die andere Person mit Fürsorgeverhalten antwortet, sondern dass die Partner sich gegenseitig Bindungspersonen sind.

Bartholomew (1990) bzw. Bartholomew & Horowitz (1991) stellten bezugnehmend auf Bowlbys Konzept der inneren Arbeitsmodelle (vgl. Bowlby 2009, 23) ein 4-Felder-Modell (s. Abb. 2) vor, auf dessen Grundlage Grau (1994) den hier verwendeten Fragebogen entwickelte. Dieses 4-Felder-Modell entstand auf der Basis von positivem bzw. negativem Selbst- bzw. Fremdbild und wird nun kurz umrissen. Ein positives Selbstbild bedeutet in diesem Kontext, die Überzeugung zu haben, dass man es wert ist, von anderen Liebe und Unterstützung zu erhalten. Ein positives Fremdbild zu haben, heißt, dass man andere als vertrauenswürdig und erreichbar betrachtet (vgl. Strauß et al. 2002, 96).

Sicher Gebundene (CELL I) charakterisieren sich durch die Erwartung, dass andere großteils akzeptierend und zugänglich sind. Sichere sind vertraut mit Intimität und Autonomie. Sie schätzen nahe Freundschaften, haben die Fähigkeit, sich in nahe Beziehungen vertrauensvoll einlassen zu können und berichten kohärent und mit Tiefgang über Beziehungen und Beziehungsthemen. Sicher Gebundene zeigen ein positives Selbst- und Fremdbild, das in einer warmen und feinfühligem Familienatmosphäre gedeihen konnte. Im Fragebogen von Grau zeigen sie niedrige Vermeidungswerte und niedrige Angstwerte.

Ängstlich-ambivalent Gebundene (CELL II) streben nach Selbstbestätigung durch die Akzeptanz anderer positiv bewerteter oder idealisierter Personen, um sich wohlfühlen zu können. Sie halten Beziehungen für sehr wichtig, sind ständig mit Beziehungen beschäftigt (daher die englische Bezeichnung), überengagiert und verstrickt. Über Beziehungen sprechen sie zusammenhangslos und übertrieben emotional. Sie scheinen nie das hohe Maß an Zuneigung zu erhalten, das sie sich wünschen und halten sich daher für nicht liebens-

		Model of Self (Dependence)	
		Positive (Low)	Negative (High)
Model of Other (Avoidance)	Positive (Low)	CELL I SECURE Comfortable with intimacy and autonomy SICHER	CELL II PREOCCUPIED Preoccupied with Relationships ÄNGSTLICH-AMBIVALENT
	Negative (High)	CELL IV DISMISSING Dismissing of intimacy Counter-dependent GLEICHGÜLTIG-VERMEIDEND	CELL III FEARFUL Fearful of intimacy Socially avoidant ÄNGSTLICH-VERMEIDEND

Abb. 2: Modell der Bindungsmuster bei Erwachsenen nach Bartholomew & Horowitz 1991, 227; deutsche Bezeichnungen nach Grau 1994, 54

wert genug, was das negative Selbstbild bestätigt. Im verwendeten Bindungsfragebogen zeigen sie niedrige Vermeidung von Nähe und hohe Angst vor dem Verlassenwerden.

Ängstlich Vermeidende (CELL III) erwarten, dass andere Personen unzuverlässig, nicht vertrauenswürdig oder zurückweisend sind. Sie vermeiden nahe Beziehungen (obwohl sie ihr Bedürfnis nach diesen wahrnehmen), misstrauen anderen, um sich vor der erwarteten Zurückweisung (auf die sie sehr sensibel reagieren) zu schützen und nicht verletzt zu werden. Durch dieses Verhalten gelingt es auch kaum, positive Nähe- oder Bindungserfahrungen zu machen, die dieses negative Selbst- und Fremdbild modifizieren könnten. Häufig befinden sich ängstlich Vermeidende in einem „Annäherungs-Vermeidungs-Konflikt, der von Streß begleitet ist“ (Grau 1994, 55). Sie zeigen im Fragebogen hohe Vermeidung und hohe Angst.

Abweisende bzw. gleichgültig oder zurückweisend Vermeidende (CELL IV) charakterisieren sich durch eine negative Einstellung bzw. distanzierte Haltung gegenüber anderen Personen und eingeschränkte Emotionalität. Sie schützen sich gegen Enttäuschungen, indem sie nahe Beziehungen vermeiden, bei gleichzeitiger Betonung von Unabhängigkeit, Eigenständigkeit und Unverletzlichkeit, indem sie beispielsweise die Bedeutung naher Beziehungen herunterspielen. Lieber scheinen sie sich mit Beruf oder Hobbys zu beschäftigen. In Gesprächen über Beziehungen zeigen sie wenig Klarheit und Glaubwürdigkeit (vgl. Bartholomew & Horowitz 1991, 227f; vgl. Grau 1994, 53ff). Im Fragebogen von Grau zeigen sie hohe Vermeidung und niedrige Angst.

Fragestellungen, Ergebnisse und Diskussion

Ein Ziel der Untersuchung war festzustellen, *ob Menschen, die ihren Platz in der Welt gefunden haben, die die Beziehung zu sich selbst, zu anderen und zu ih-*

ren Werten pflegen, die sich selbst annehmen können und die ihren Sinn im Leben gefunden haben, weniger eifersüchtig sind als andere.

Es gilt also zu untersuchen, inwieweit Eifersucht mit Variablen der Lebensführung und Lebensgestaltung, sowie mit Einstellungs- und Persönlichkeitsvariablen korreliert ist, m.a.W. ob sich Eifersucht in den vier Grundmotivationen widerspiegelt. Aus den Ergebnissen soll dann abgeleitet werden, ob das Eifersuchtserleben und -verhalten durch Psychotherapie, im Speziellen durch die Existenzanalyse, modifiziert werden könnte.

Ein weiteres Ziel war die Untersuchung der Rolle des individuellen Bindungsstils und des Bindungsstils des Partners bzw. der Partnerin und welche therapeutischen Implikationen aus diesen Ergebnissen abgeleitet werden können.

Die Untersuchungsgruppe

Die endgültige Stichprobe bestand aus 572 Personen im Alter von 16 bis 72 Jahren (MW=30,41 Jahre), davon 413 Frauen, 155 Männer und 4 Personen, die ihr Geschlecht nicht angaben.

Darunter befinden sich MitarbeiterInnen dreier Bezirksstellen eines österreichischen Dienstleistungsunternehmens des öffentlichen Rechts und deren PartnerInnen, sowie MitarbeiterInnen eines größeren Industriebetriebs, denen der Fragebogen jeweils in Papierform vorgelegt wurde. Weiters wurde ein identischer Online-Fragebogen erstellt, der im Schneeballprinzip über Facebook, Mailadresslisten, StudiVZ und den Service „Sozialwissenschaftliche Umfragen“ per Mail an die Studierenden der Universität Innsbruck versendet bzw. gepostet wurde.

Der Fragebogen beinhaltete sowohl bestehende Fragebögen (Inventar zur Erfassung der partnerbezogenen Bindungsstile bei Erwachsenen, Inventar zur Erfassung der allgemeinen Bindungsstile bei Erwachsenen (Grau 1999), Situations-Emotions-Fragebogen zur

Eifersuchtsmessung (Bauer 1988, zitiert aus Schmitt et al. 1994, 10), Allgemeiner Eifersuchtsfragebogen (ebd., 11), Test zur existentiellen Motivation (TEM; Längle und Eckhardt 2000)), als auch adaptierte und selbst konstruierte Fragebögen (soziodemographisches Datenblatt, Fragen zur aktuellen Beziehung).

Zu den Fragebögen ist anzumerken, dass der Situations-Emotions-Fragebogen zur Eifersuchtsmessung nicht das Konstrukt Eifersucht, sondern die Kränkung in potentiell eifersuchtsauslösenden Situationen misst und dass beim TEM nur der Gesamtfaktor *erfüllte menschliche Existenz* in die Messung einging.

Eifersucht und existentielle Erfüllung

Die Existenzanalyse geht davon aus, dass „nie richtig gelebte personale Fähigkeiten [...] zu Störungen führen [können]“ (Orgler 1990, 174). Aus der Literatur geht hervor, dass Eifersucht mit emotionaler Abhängigkeit einhergeht (vgl. Mummendey & Schreiber 1983, 198; vgl. Rydell & Bringle 2007, 1099) und dass eigene Interessen und eine gefestigte, autonome Persönlichkeit vor Eifersucht schützen (vgl. Pixner 2004, 28).

Daher wird erwartet, dass Menschen, deren Grundmotivationen nicht oder unzureichend erfüllt sind, eifersüchtiger sind als jene Menschen, die im existenzanalytischen Sinne ihr Leben leben, bzw. umgekehrt: Menschen, die ihr Leben leben und damit existentielle Erfüllung (definiert als die Summe der Erfüllung der vier Grundmotivationen) erleben, sind weniger eifersüchtig als Menschen, deren Grundmotivationen nicht oder unzureichend erfüllt sind.

Daraus ergibt sich folgende *Hypothese*: *Je höher das Maß für erfüllte menschliche Existenz ist, desto niedriger ist die Kränkung in potentiell eifersuchtsauslösenden Situationen bzw. desto niedriger ist die Eifersucht ausgeprägt.*

Die Hypothese konnte für alle fünf Faktoren des bereichsspezifischen Eifersuchtsfragebogens (s. Tab. 1; die ersten fünf Faktoren) und für beide Faktoren des allgemeinen Eifersuchtsfragebogens (s. Tab. 1; die letzten beiden Faktoren) bestätigt werden.

Ein knapp mittlerer negativer höchstsignifikanter Zusammenhang zeigt sich zwischen dem *Maß für erfüllte menschliche Existenz* und dem Faktor *Rivale* (s. Tab. 1).

Der Zusammenhang zwischen dem *Maß für erfüllte menschliche Existenz* und den Faktoren *Familie des Partners*, *Beruf/Hobby* und *Vernachlässigung* (nicht in ein Gespräch einbezogen oder links liegen gelassen zu werden) ist jeweils klein, negativ und höchstsignifikant.

Dies bedeutet, je erfüllter A seine Existenz erlebt, desto weniger ist er gekränkt, wenn B mit einem möglichen Rivalen in Kontakt tritt, sich mit seiner Familie trifft, sich seinem Beruf oder Hobby widmet oder A vernachlässigt.

Der Zusammenhang zwischen dem *Maß für erfüllte menschliche Existenz* und dem Faktor *sexuelle/emotionale Untreue* ist zwar ebenso negativ, jedoch gering und gerade noch signifikant. Existentielle Erfüllung hat ergo kaum Einfluss auf die Kränkung, die durch eine tatsächliche Untreue des Partners entsteht, das heißt, trotz existentieller Erfüllung kann es zum Gefühl der Kränkung kommen.

Hinsichtlich des klassischen Eifersuchtsfragebogens konnten negative mittlere höchstsignifikante Zusammenhänge zwischen dem *Maß für erfüllte menschliche Existenz* und den Faktoren *kein Vertrauen* bzw. *Eifersucht* festgestellt werden, das heißt, je höher das Maß für erfüllte menschliche Existenz, desto höher ist das Vertrauen in den Partner und desto niedriger ist die Eifersucht.

Zusammenfassend lässt sich daher sagen:

Je größer die existentielle Erfüllung – je mehr die vier Grundmotivationen insgesamt erfüllt sind –, desto geringer ist die Kränkung, wenn der Partner mit potentiellen Rivalen ins Gespräch kommt, Zeit mit seiner Familie verbringt, sich beruflich oder privat anderweitig betätigt oder wenn man vom Partner in Gesellschaft nicht ins Gespräch miteinbezogen oder links liegen gelassen wird.

Noch stärker ist der Zusammenhang zwischen existentieller Erfüllung und dem Vertrauen in den Partner. Am stärksten wirkt sich die existentielle Erfüllung auf

	MW	SD	Maß für erfüllte menschliche Existenz	
			Korrelation nach Pearson	Signifikanz (1-seitig)
Rivale	3,42	1,08	-0,276***	0,000
Familie des Partners	2,00	1,09	-0,147***	0,000
sexuelle/emotionale Untreue	5,48	1,14	-0,083*	0,024
Beruf/Hobby	2,65	0,88	-0,149***	0,000
Vernachlässigung	3,68	1,34	-0,148***	0,000
kein Vertrauen	1,75	0,78	-0,347***	0,000
Eifersucht	2,53	0,97	-0,429***	0,000

Tab. 1: Mittelwerte, Standardabweichungen und Korrelationen nach Pearson zwischen dem Maß für erfüllte menschliche Existenz und den Faktoren der beiden Eifersuchtsfragebögen, sowie einseitige Signifikanz (N = 572)

das Gefühl der Eifersucht selbst aus (s. Abb. 3). Dies möglicherweise, da ein hohes Maß an existentieller Erfüllung mit geringerer emotionaler Abhängigkeit und besserem Selbstwert in Verbindung gebracht werden kann und daher weniger Eifersucht aufkommt (vgl. Mummendey & Schreiber 1983, 198).

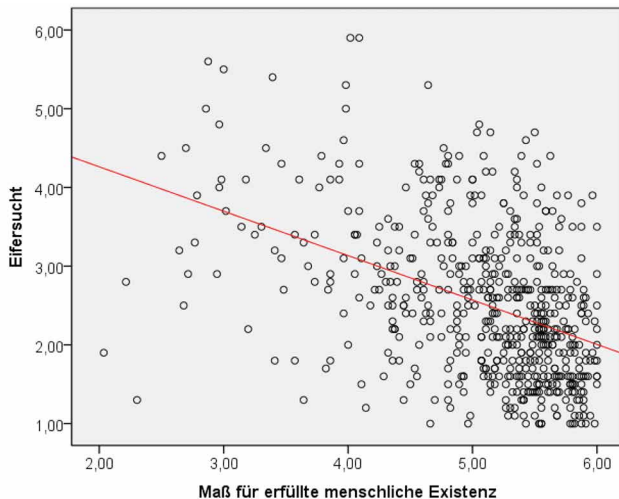


Abb. 3: Korrelationen zwischen dem Faktor Eifersucht und existentieller Erfüllung

Existentielle Erfüllung erscheint daher als ein protektiver Faktor im Hinblick auf Eifersuchterleben und -verhalten.

Die Kränkung nach tatsächlich stattgefundenener sexueller oder emotionaler Untreue (also reaktive Eifersucht) kann auch mit existentieller Erfüllung nicht wirklich aufgefangen werden.

Eifersucht und Bindungsstil

Dass Eifersucht auch ein Bindungsthema ist, wird durch unzählige Untersuchungen bestätigt. So fanden Rydell & Bringle (2007, 1099), dass Abhängigkeit von der Beziehung mit reaktiver Eifersucht zusammenhängt und dass ängstliche und vermeidende Bindung

mit misstrauischer Eifersucht einhergeht. Nach Bringle & Buunk (1985, 252) hat unter anderem Erregbarkeit, die häufig im Zusammenhang mit einem ängstlich-ambivalenten Bindungsstil steht, Einfluss auf die Eifersucht. In vielen weiteren Studien zeigte sich, dass Sichere und gleichgültig-Vermeidende wenig eifersüchtig waren als ängstlich-Ambivalente [vgl. bspw. Pixner (2004, 133) und Hazan & Shaver (1987, 515)].

Die aus diesen Befunden abgeleitete *Hypothese*, dass die Kränkung in potentiell eifersuchtsauslösenden Situationen bzw. die Eifersucht zwischen den verschiedenen Bindungsstilen unterschiedlich groß ist, konnte hier großteils bestätigt werden.

Die Unterschiede zwischen den Mittelwerten der Bindungsstile wurden mittels Varianzanalyse (ANOVA) berechnet. Die Signifikanz (Sig.) gibt dabei an, ob sich die Bindungsstile statistisch unterscheiden.

Die verschiedenen Bindungsstile unterscheiden sich in den Faktoren *Rivale*, *Familie des Partners*, *kein Vertrauen* und *Eifersucht* höchstsignifikant, in den Faktoren *sexuelle/emotionale Untreue* und *Beruf/Hobby* signifikant. Im Faktor *Vernachlässigung* besteht kein Unterschied zwischen den Bindungsstilen (s. Tab. 2).

Im Faktor *Eifersucht* (s. Tab. 2 bzw. Abb. 4) zeigen die *Gleichgültigen* die niedrigste Ausprägung, gefolgt von den *Sicheren*, den ängstlich Vermeidenden und den ängstlich Ambivalenten. Die *Sicheren* unterscheiden sich von den *beiden ängstlichen Gruppen* höchstsignifikant und von den *gleichgültig Vermeidenden* signifikant. Die ängstlich *Ambivalenten* und die ängstlich Vermeidenden unterscheiden sich von den *Gleichgültigen* höchstsignifikant.

Zusammenfassend kann festgehalten werden:

Als die am wenigsten eifersüchtigste Gruppe stellten sich die gleichgültig Vermeidenden heraus.

Die kränkbarste bzw. eifersüchtigste Gruppe waren

Faktoren	Bindungsstile								ANOVA		
	sicher		ängstlich-ambivalent		ängstlich-vermeidend		gleichgültig-vermeidend		F	df	Sig.
	MW	SD	MW	SD	MW	SD	MW	SD			
Rivale	3,32	1,00	4,00	1,07	4,01	0,98	2,93	1,06	23,85	3,00	0,000***
Familie des Partners	1,89	1,05	2,31	1,21	2,33	1,08	1,90	1,02	5,67	3,00	0,001***
sexuelle/emotionale Untreue	5,52	1,16	5,65	1,00	5,39	1,10	5,20	1,19	2,91	3,00	0,034*
Beruf/Hobby	2,64	0,83	2,88	0,90	2,67	1,05	2,46	0,86	3,75	3,00	0,011*
Vernachlässigung	3,66	1,34	3,77	1,28	3,77	1,40	3,58	1,39	0,42	3,00	0,737
kein Vertrauen	1,44	0,51	2,40	0,96	2,39	0,87	1,84	0,70	68,41	3,00	0,000***
Eifersucht	2,35	0,83	3,36	1,01	2,97	0,90	2,06	0,85	47,77	3,00	0,000***

Tab. 2: Unterschiede zwischen den Bindungsstilen sicher (N = 331), ängstlich-ambivalent (N = 100), ängstlich-vermeidend (N = 44) und gleichgültig-vermeidend (N = 97) in den Faktoren der beiden Eifersuchtsfragebögen

die ängstlich Ambivalenten.

Die sicher Gebundenen zeigen sich nach den gleichgültig Vermeidenden am zweitwenigsten kränkbar und am zweitwenigsten eifersüchtig.

Die sicher Gebundenen haben von allen Gruppen am meisten Vertrauen in den Partner.

Am stärksten wirkt sich der Bindungsstil auf das Vertrauen in den Partner und auf die Eifersucht aus.

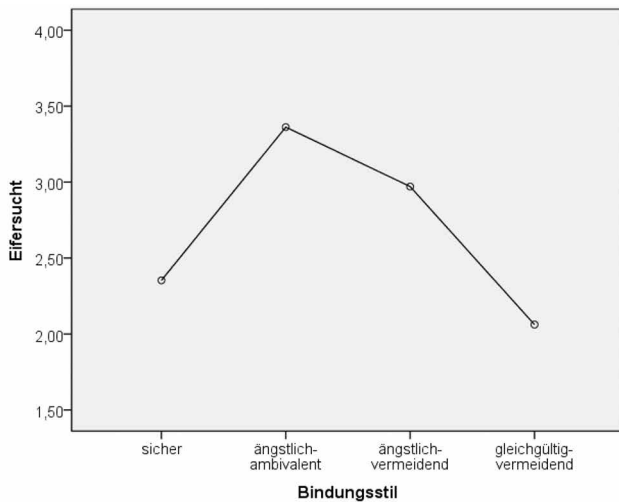


Abb. 4: Mittelwerte der Ausprägung des Faktors Eifersucht hinsichtlich der Bindungsstile

Bindung und existentielle Erfüllung

Hinsichtlich des Zusammenhangs zwischen Bindung und existentieller Erfüllung konnte festgestellt werden, dass niedrige Vermeidung von Nähe und geringe Angst vor Trennung mit erfüllter menschlicher Existenz einhergehen. Je mehr ein Mensch Nähe zulässt und sich auf die Bindungsperson einlässt, ohne ständig in der Angst zu leben, verlassen zu werden, desto erfüllter erlebt er seine Existenz.

Da sich die Fragebogenskala *Angst verlassen zu werden* zu einem Teil aus Items zusammensetzt, die die *Angst nicht zu genügen, nicht wichtig* oder nicht *gut genug zu sein* zum Inhalt haben (z. B. Nr. 15. „Ich bin besorgt, für meine/n Partner/in nicht genügend wichtig zu sein“), kann dieses Ergebnis auch dahingehend interpretiert werden, dass das Gefühl, als Partner gut genug zu sein (quasi einen guten „Beziehungsselbstwert“ zu haben) mit existentieller Erfüllung einher geht.

Bezogen auf die klassischen Bindungsstile zeigt sich, dass die sicher Gebundenen am stärksten mit existentieller Erfüllung korrelieren (s. Tab. 3 bzw. Abb. 5). Die zweithöchste existentielle Erfüllung erleben die gleichgültig Vermeidenden. Am wenigsten erfüllt erleben die ängstlich Ambivalenten und die ängstlich Vermeidenden ihre Existenz, was nahelegt, dass die *Angst verlassen zu werden* die existentielle Erfüllung stärker drückt als die *Vermeidung von Nähe*.

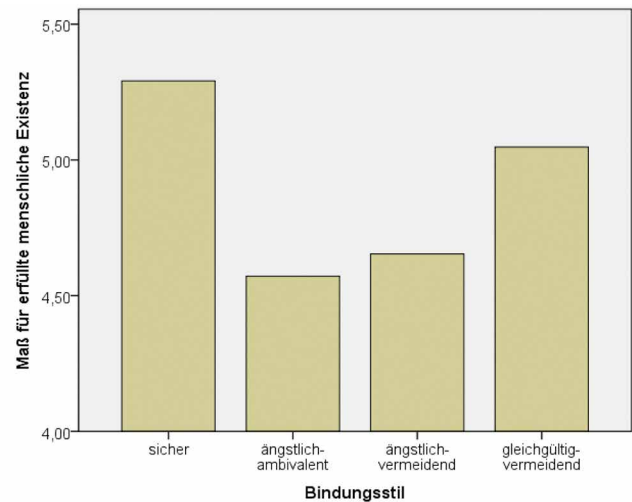


Abb. 5: Unterschiede zwischen den Bindungsstilen im Maß für erfüllte menschliche Existenz

Insgesamt wirkt sich also eine geringe Angst verlassen zu werden bzw. nicht gut genug zu sein [dies entspricht einem positiven Selbstbild im Sinne des Modells von Bartholomew & Horowitz (1991, 227) bzw. den beiden Gruppen *sicher* und *gleichgültig-vermeidend* (s. Abb. 2)] positiv auf die existentielle Erfüllung aus. Kurz: Ein positives Selbstbild führt zu größerer existentieller Erfüllung. Am größten ist die existentielle Erfüllung bei positivem Selbst- und Fremdbild, also bei sicherer Bindung.

Intrapersonale vs. interpersonale Faktoren und Eifersucht

Der Einfluss intrapersonaler vs. interpersonaler Faktoren wurde mittels Regressionsanalyse überprüft. Die intrapersonalen Faktoren Vermeidung und Angst klären weit mehr Varianz auf, als die interpersonalen Faktoren

Faktor	Bindungsstile								ANOVA		
	sicher		ängstlich-ambivalent		ängstlich-vermeidend		gleichgültig-vermeidend		F	df	Sig.
Maß für erfüllte menschliche Existenz	MW	SD	MW	SD	MW	SD	MW	SD	34,63	3	0,000***

Tabelle 3: Unterschiede zwischen den Bindungsstilen sicher (N = 331), ängstlich-ambivalent (N = 100), ängstlich-vermeidend (N = 44) und gleichgültig-vermeidend (N = 97) im Maß der existentiellen Erfüllung

Beziehungszufriedenheit, sexuelle Zufriedenheit, voraussichtliche Beziehungsdauer und eigene Untreue.

Eifersucht lässt sich also hauptsächlich auf Persönlichkeitsmerkmale der eifersüchtigen Person selbst zurückführen – und zwar mehr auf den Faktor *Angst verlassen zu werden* bzw. nicht gut genug zu sein als auf den Faktor *Vermeidung von Nähe* – und kaum auf interpersonale Faktoren, was auch den Befunden von Bringle & Buunk (1991, 74) entspricht.

Eifersucht und paarspezifische Faktoren

Der Bindungsstil der Partnerin bzw. des Partners hat keinen Einfluss auf die Kränkung oder die Eifersucht. Es hat also keine Auswirkung auf die Eifersucht, ob der Partner sich sicher, klammernd oder abweisend verhält, wobei einschränkend festgehalten werden muss, dass die Stichprobe der Paaruntersuchung mit 43 Paaren recht gering war.

Implikationen für die psychotherapeutische Arbeit

Nach Sichtung der Ergebnisse kann festgehalten werden, dass sowohl existentielle Erfüllung als auch sichere Bindung bzw. ein positives Selbstbild oder auch ein guter „Beziehungsselbstwert“ einen protektiven Beitrag zur Verringerung des Eifersuchtserlebens und -verhaltens leisten können und dass die Eifersucht hauptsächlich mit Faktoren zu tun hat, die sich innerhalb der eifersüchtigen Person verorten lassen.

Daraus ergeben sich die folgenden Implikationen für die Psychotherapie:

Da die Eifersucht eher mit sich selbst als mit dem Verhalten des Partners, mit dessen Bindungsstil oder mit Beziehungsvariablen zu tun hat, sollte die Einzeltherapie jener Person, die unter misstrauischer Eifersucht leidet, das Setting der Wahl sein. Einige Sitzungen als Paar können jedoch sicherlich hilfreich sein, um die Interaktion des Paares beobachten zu können.

Der Fokus sollte dann im Rahmen einer existenzanalytischen und bindungsorientierten Psychotherapie auf das Selbstbild der KlientInnen gelegt werden, da sich insgesamt ein positives Selbstbild als zentraler Faktor herausgestellt hat: Wer sich selbst wertschätzt und das Gefühl in sich trägt bzw. die Haltung verinnerlicht „ich bin insgesamt in Ordnung, es ist gut, wie ich bin und ich bin es wert, dass man bei mir bleibt“, hat weniger Anlass zur Eifersucht.

Diese Haltung zu erlangen, sollte in einer existenzanalytischen Psychotherapie, die der Person Raum, Schutz und Halt gibt (entspricht der ersten Grundmotivation) möglich sein. Durch eine wertschätzend-nach-

nährende Therapeut-Klient-Beziehung soll der Klient lernen, sich selbst zu mögen und sich seinen Werten zuzuwenden (zweite Grundmotivation). Er soll das Gefühl erleben, dass es gut ist, wie er ist und soll sich selbst verstehen, wertschätzen und annehmen lernen (dritte Grundmotivation) und sich als sinnvoll in der Welt Handelnder betrachten lernen (vierte Grundmotivation). Insgesamt soll der Klient eine tragfähige Beziehung zu sich aufbauen, sich als Person finden und zu sich als Person Ja sagen können.

Aber auch das Fremdbild (wie sehe ich andere; erlebe ich sie als akzeptierend und zugänglich oder als unzuverlässig, nicht vertrauenswürdig und zurückweisend) sollte in der Therapie nicht vergessen werden, da dieses, wie das positive Selbstbild, mit einer Verbesserung der existentiellen Erfüllung einhergeht.

Ein weiterer wichtiger Punkt ist die Arbeit an der Einstellung zur Eifersucht, nämlich zu erkennen, dass Liebe frei ist und nicht besitzen will – und eine Stellungnahme zur Frage „möchte ich wirklich einen Partner, der nur bei mir ist, weil ich ihn festhalte?“ zu finden, die zugleich ein Ja zu sich und ein Ja zum Partner in seinem Eigenwert als Person bedeutet. Durch diesen personalen Zugang setzt die existenzanalytische Psychotherapie im Gegensatz zu anderen therapeutischen Konzepten, die unter anderem etwa zu Exposition und Reaktionsverhinderung raten (vgl. Ecker 2015, 45), am Anfang des Eifersuchtsprozesses an und zielt durch die Stärkung von Selbstanahme und Selbstwert und eine Zuwendung zu schöpferischen Werten, Erlebniswerten und Einstellungswerten (vgl. Frankl 2002, 240) indirekt darauf ab, eifersüchtige Gedanken und Gefühle zu verringern, wodurch sich in der Folge auch das Verhalten gegenüber dem Partner (Kontrolle, Vorwürfe, etc.) verbessern dürfte.

Der Therapeut sollte sich dabei als verlässliche Bezugs- oder Bindungsperson verhalten und Verständnis dafür haben, dass sich der Klient aufgrund seiner inneren Arbeitsmodelle nicht sicher gebunden verhalten kann. Dies betrifft besonders Menschen, die ein negatives Selbstbild in sich tragen (die ängstlich-ambivalent und die ängstlich-vermeidend Gebundenen).

Der Klient bzw. die Klientin soll erfahren können, dass jemand verlässlich da ist, dass jemand ihn / sie beachtet, ihm / ihr gerecht wird und wertschätzend mit ihm / ihr umgeht (vgl. Längle 2003, 40) und auch bei wiederholten kurzfristigen Absagen oder bloßem „Vergessen“ nicht den Kontakt beendet.

Die Therapie kann sich schwierig gestalten, wenn KlientInnen es nicht gewohnt sind, Positives anzunehmen bzw. auszuhalten, da es nicht in das gewohnte Muster passt, nach dem Motto: „Wie kann das sein, dass jemand nett mit mir ist? Ich bin doch nichts.“ Die Ir-

ritation dieses gewohnten Musters kann von Verlieben bis Fernbleiben seitens des Klienten bzw. der Klientin reichen und es wird (nicht nur) in diesen Fällen unerlässlich sein, dass die Therapeut-Klient-Beziehung gut in den Sitzungen reflektiert wird.

Denn abgesehen von dieser möglichen Problematik dürfte sich die Reflexion der therapeutischen Beziehung als äußerst hilfreich erweisen, da diese als Modellbeziehung zur Neuordnung der inneren Arbeitsmodelle des Klienten / der Klientin dient.

Limitationen

Eine Limitation der Arbeit besteht einerseits in einer manchmal zu unklaren Abgrenzung bzw. nicht ausreichenden Operationalisierung der Konstrukte (z. B. Selbstbild, Selbstmodell, Selbstwert, Selbstvertrauen), andererseits in der Schwierigkeit, den passenden Fragebogen für ein exakt operationalisiertes Konstrukt zu finden. So wurde beispielsweise versucht, die Eifersucht wegen der befürchteten Verzerrung durch soziale Erwünschtheit mit einem Fragebogen zu messen, der die Eifersucht über sogenannte Stellvertreteremotionen misst, wodurch jedoch eigentlich Kränkung in potentiell eifersuchtsauslösenden Situationen anstelle von Eifersucht gemessen wurde. Die Eifersucht im engeren Sinne der Definition wurde durch einen Faktor eines anderen Eifersuchtsfragebogens erhoben. So existieren in der Arbeit letztlich zwei Eifersuchtskonstrukte, was die Formulierungen etwas holprig machte und die Ergebnisdarstellung sehr in die Länge zog, so dass der Überblick leicht verloren gehen kann.

Bezüglich der Ergebnisse muss festgehalten werden, dass manche Zusammenhänge trotz Hoch- oder Höchstsignifikanz nicht besonders hoch sind.

Vom TEM (Test zur Messung der existentiellen Erfüllung) war ursprünglich erwartet worden, dass er neben dem Metakonstrukt *existentielle Erfüllung* vier Konstrukte (die vier personal-existentiellen Grundmotivationen) misst, davon unter anderem den Selbstwert. Leider musste bei der Faktorenanalyse im Rahmen der Datenauswertung festgestellt werden, dass die Vier-Faktoren-Lösung methodisch nicht haltbar war. Daher gab es keine Messung des Selbstwertes, der in den ursprünglichen Überlegungen zur Arbeit eine tragende Rolle gespielt hatte. Umso tragischer, da sich nun zeigt, dass genau dieser Selbstwert, wenn auch in einer spezifischen Form als „Beziehungsselbstwert“ (im Sinne eines Teilspekts des Selbstwertes, der sich darauf bezieht, dass man sich als guten Partner / gute Partnerin betrachtet), sowohl mit existentieller Erfüllung einherzugehen scheint, als auch einen ganz entscheidenden Beitrag zum Eifersuchterleben und -verhalten leisten dürfte. So scheint das Gefühl, vom Partner geliebt zu werden, für den Partner gut genug und wichtig zu sein, insgesamt ein guter

Partner zu sein und es wert zu sein, dass der Partner bei einem bleibt, vor Eifersucht zu schützen.

In einer künftigen Untersuchung wäre es daher interessant, diesen „Beziehungsselbstwert“ genau zu operationalisieren und einen Fragebogen zu konstruieren, der diesen misst, um das implizite Ergebnis dieser Untersuchung empirisch zu überprüfen.

Legende:

*	p<0,05	signifikant (Irrtumswahrscheinlichkeit liegt unter 5%)
**	p<0,01	hochsignifikant (Irrtumswahrscheinlichkeit liegt unter 1%)
***	p<0,001	höchstsignifikant (Irrtumswahrscheinlichkeit liegt unter 1‰)
MW		Mittelwert
SD		Standardabweichung
Sig.		Signifikanz

Literatur

- Bänninger-Huber E & Widmer Ch (2001) Modell zur Entstehung, Phänomenologie und Funktion emotionaler Prozesse. In: Gerhard U (Ed.) *Psychologie und Lebensqualität*. Freiburg: Universitätsverlag, 172–174
- Bänninger-Huber E & Wosch M (2015) Drama Eifersucht: Was können Emotionspsychologie und Theaterwissenschaft für ein besseres Verständnis zwischenmenschlicher Konfliktregulierung beitragen? In: *Psychologische Medizin*, 26. Jahrgang 2015 (2), 28–37
- Bänninger-Huber E (2006) Die Bedeutung der Affekte für die Psychotherapie. In: Böker H: *Psychoanalyse und Psychiatrie. Geschichte, Krankheitsmodelle und Therapiepraxis*. Heidelberg: Springer, 301–314
- Bartholomew K & Horowitz L M (1991) Attachment Styles Among Young Adults: A Test of a Four-Category Model. In: *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 61, No. 2, 226–244
- Bartholomew K (1990) Avoidance of Intimacy: An Attachment Perspective. In: *Journal of Social and Personal Relationships*, Vol. 7, No. 2, 147–178
- Bierhoff H-W & Grau I (1999) *Romantische Beziehungen. Bindung, Liebe, Partnerschaft*. Bern: Hans Huber
- Biller K & Stiegeler M (2008) *Wörterbuch der Logotherapie und Existenzanalyse von Viktor E. Frankl. Sachbegriffe, Metaphern, Fremdwörter*. Wien: Böhlau
- Bowlby J (1979) *The Making and Breaking of Affectional Bonds*. New York: Routledge
- Bowlby J (1983) *Verlust, Trauer und Depression*. Frankfurt am Main: Fischer
- Bowlby J (1995) *Elternbindung und Persönlichkeitsentwicklung. Therapeutische Aspekte der Bindungstheorie*. Heidelberg: Dexter
- Bowlby J (2009) 1. Bindung: Historische Wurzeln, theoretische Konzepte und klinische Relevanz. In: Spangler G & Zimmermann P (Hg): *Die Bindungstheorie. Grundlagen, Forschung und Anwendung*. Fünfte Auflage. Stuttgart: Klett-Cotta, 17–26
- Bringle R G & Buunk B P (1985) Jealousy and Social Behavior: A Review of Person, Relationship, and Situational Determinants. In: Shaver P (Ed) *Review of Personality and Social Psychology*, 6: Self, Situation and Social Behavior. Beverly Hills: Sage 241–264
- Bringle R G & Buunk B P (1991) Eifersucht und Partnerschaft. In: Amelang M, Ahrens H-J und Bierhoff H-W (Hg) *Partnerwahl und Partnerschaft. Formen und Grundlagen partnerschaftlicher Beziehungen*. Göttingen: Hogrefe, 71–92
- Czopak Ch (2004) *Vom Sinn der Eifersucht. Das „an sich selbst verarmte“ Selbst*. Therapieabschlussarbeit. Wien: Studienbibliothek Gesellschaft für Existenzanalyse und Logotherapie

- Ecker W (2015) Zwanghafte Eifersucht als Zwangsspektrumsstörung: Störungsmodell und kognitiv-verhaltenstherapeutische Interventionen. *Psychologie in Österreich*, 35 (1), 40–48
- Frankl V E (2002) *Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn*. 14. Auflage. München: Piper
- Grau I (1994) Entwicklung und Validierung eines Inventars zur Erfassung von Bindungsstilen in Paarbeziehungen. Dissertation, Universität Marburg
- Grau I (1999) Skalen zur Erfassung von Bindungsrepräsentationen in Paarbeziehungen. In: *Zeitschrift für Differentielle und Diagnostische Psychologie*, Juni 1999, Vol. 20, Nr. 2, Bern: Hans Huber, 142–152
- Grossmann K (2000) Praktische Anwendungen der Bindungstheorie. In: Endres M & Hauser S (Hg) *Bindungstheorie in der Psychotherapie*. München: Ernst Reinhardt, 54–80
- Hazan C & Shaver P (1987) Romantic Love Conceptualized as an Attachment Process. In: *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 52, No. 3, 511–524
- Längle A (1997) Modell einer existenzanalytischen Gruppentherapie für die Suchtbehandlung. In: Längle A & Probst Ch (Hg): *Süchtig sein. Entstehung, Formen und Behandlung von Abhängigkeiten*, 149–169. Wien: Facultas
- Längle A (2001) *Lehrbuch der Existenzanalyse (Logotherapie)*. I. Teil: Grundlagen. Wien: GLE
- Längle A (2003) *Lehrbuch der Existenzanalyse (Logotherapie)*. 4. Teil: 3. Grundmotivation. 1. Ausgabe. Wien: GLE
- Längle A (2008) Existenzanalyse. In: Längle A & Holzhey-Kunz A: *Existenzanalyse und Daseinsanalyse*. Wien: Facultas, 21–179
- Längle A & Eckhardt P (2000) Test zur existentiellen Motivation (TEM). Wien: Unveröffentlichte Dissertation
- Lima A B, Köhler C A, Stubbs B, Quevedo J, Hyphantis T N, Koyanagi A, Marazziti D, Soares J C, Vieta E & Carvalho A F (2017) An exploratory study of the heterogeneity of the jealousy phenomenon and its associations with affective temperaments and psychopathological dimensions in a large Brazilian sample. In: *Journal of Affective Disorders*, Volume 212, 10–16
- Mummendey A & Schreiber H-J (1983) Neid und Eifersucht. In: Euler H A & Mandl H: *Emotionspsychologie. Ein Handbuch in Schlüsselbegriffen*. München: Urban & Schwarzenberg, 195–200
- Orgler Ch (1990) Die existenzanalytische Anthropologie als ätiologischer Erklärungsbeitrag für psychopathologische Prozesse. Die Existenz - Skala. Eine Validierungsstudie im Gesundheitsbereich. Universität Wien: Dissertation
- Pixner M (2004) Welcher Zusammenhang besteht zwischen der Eifersucht und dem Bindungsstil eines Menschen? Institut für Psychologie der LFU Innsbruck: Diplomarbeit
- Rydell R J & Bringle R G (2007) Differentiating Reactive and Suspicious Jealousy. In: *Social Behavior and Personality*, 35 (8), Society for Personality Research, 1099–1114
- Schipper L D, Easton J A & Shackelford T K (2007) Morbid jealousy as a function of fitnessrelated life-cycle dimensions. In: *Behavioral and Brain Sciences*, 29 (6), 630
- Schmitt M J, Montada L & Falkenau K (1994) Modellierung der generalisierten und bereichsspezifischen Eifersuchtsneigung mittels Strukturgleichungen. [PDF-Datei]. (Berichte aus der Arbeitsgruppe „Verantwortung, Gerechtigkeit, Moral“, Nr. 071, ISSN 1430-1148.) <http://www.gerechtigkeitsforschung.de/berichte/beri071.pdf> [30.03.17]
- Strauß B, Buchheim A & Kächele H (2002) *Klinische Bindungsforschung. Theorien-Methoden-Ergebnisse*. Stuttgart: Schattauer
- Strauß B, Kirchmann H, Schwark B & Thomas A (2010) *Bindung, Sexualität und Persönlichkeitsentwicklung. Zum Verständnis sexueller Störungen aus der Sicht interpersonaler Theorien*. Stuttgart: Kohlhammer

Anschrift des Verfassers:

MAG. RER. NAT. ET MAG. PHIL. RENÉ GRUBER

Kaiserbergstraße 29

A–6330 Kufstein

rene.gruber@kufnet.at

+43/650/4131666

Sekundärliteratur

- Bänninger-Huber E & Widmer Ch (1996). A new model of the elicitation, phenomenology and function of emotions in psychotherapy. In: Frijda N H (Ed), *Proceedings of the IXth Conference of the International Society for Research on Emotions*, Toronto, August 13–17, 251–255