

# Zorn in Partnerschaften

*Ein Vergleich des Ärger- und Konfliktverhaltens bei zufriedenen und unzufriedenen Paaren unter Berücksichtigung Subjektiver Theorien*

## Inauguraldissertation

zur Erlangung des akademischen Grades eines Dr. phil.  
an der Fakultät für Sozial- und Verhaltenswissenschaften  
der Ruprecht-Karls-Universität Heidelberg

Friedrich Kapp  
Ladenburger Str. 25  
69120 Heidelberg

*Beratende:*

Prof. Dr. R. Bastine (Heidelberg)

Prof. Dr. B. Scheele (Köln)

*Heidelberg, den 28. November 2001*

## **Persönliche Vorbemerkungen**

Eine Arbeit über das Thema „Zorn“ zu beenden, in einer Zeit, in der nach den grausamen Terroranschlägen des 11. Septembers 2001 die Phänomene Wut und Zorn, Rache und Vergeltung eine dramatisch sichtbare (weltpolitische) Bedeutung bekommen haben, ist mit einem ganzen Kuddelmuddel an Gefühlen und Überlegungen verbunden. Zu der Zufriedenheit, diese Arbeit abgeschlossen zu haben, gesellt sich u.a. die skeptische Frage, ob die Auseinandersetzung mit dem Thema Zorn nicht ganz andere Bereiche umfassen müsste als ausgerechnet „Zorn in Partnerschaften“. Die jüngsten gesellschaftspolitischen Ereignisse geben den Ausführungen des Dramatikers Thomas Bernhard in seinem Essay „Über den Zorn“ (1993) erschreckend recht: „Der Zorn ist gefürchtet, die einzelnen fürchten ihn von der Masse und die Masse fürchtet ihn von den einzelnen. Er ist eine Finsternis für den Kliniker. Er ist eine Finsternis für den Wissenschaftler. (...) Eine größere Studie müsste sich mit allen möglichen Formen des Zorns befassen: mit dem ökonomischen, mit dem philosophischen, mit dem politischen usw., die sämtliche (in erster Linie) psychische sowie (in zweiter Linie) physische sind“.

Um in dem gesteckten Rahmen einer Doktorarbeit etwas Licht in die beklagte wissenschaftliche wie klinische „Finsternis“ des Zorns zu bringen, befasst sich die vorliegende Arbeit mit dem Zorn in Partnerschaften. Und wie zu zeigen sein wird, kommt dem Zorn in Partnerschaften aufgrund der individuellen wie gesellschaftlichen Bedeutung von Partnerschaften nicht nur private Brisanz, sondern auch gesellschaftliche Relevanz zu.

Bei der Auseinandersetzung mit diesem Thema und der Fertigstellung dieser Arbeit wurde ich vielfältig unterstützt: Zunächst gilt mein herzlicher Dank den Doktor-„Eltern“ Professorin Brigitte Scheele und Professor Reiner Bastine, ohne deren konstruktive Beiträge diese Arbeit nie begonnen (oder gar beendet) worden wäre. Dem von der DFG eingerichteten „Graduiertenkolleg Klinische Emotionsforschung“ verdanke ich neben der finanziellen Unterstützung eine Fülle an inhaltlichen Anregungen durch spannende Vorträge, kontroverse Diskussionen und weiterführende Rückmeldungen. Bei den Paaren, die mir in den empirischen Untersuchungen häufig sehr persönliche Einblicke in ihre Partnerschaft erlaubten, möchte ich mich nochmals für ihre Teilnahme an den Studien und ihre beeindruckende Offenheit bedanken. Die methodischen Hinweise meiner Freunde und Kollegen PD Dr. Thomas Fydrich und Dr. Christoph Mischo sowie Dr. Eckhard Rogge waren eine große Hilfe bei der Auswertung der Daten. Und ohne die vielfältigen Unterstützungen von Dipl.-Psych. Burkhard Freitag, Dr. Annette Kämmerer und PD Dr. Margrit Schreier sowie das freundlich-kollegiale Klima in der Arbeitseinheit „Klinische Psychologie und Psychotherapie“ des Psychologischen Instituts der Uni Heidelberg wäre meine Energie sicherlich vor der Fertigstellung dieser Arbeit erlahmt. Bedanken möchte ich mich auch bei meinen Chorbrüdern des Heidelberger Hardchors (siehe: [www.hardchor.de](http://www.hardchor.de)), deren humorvoll-stichelnde Bemerkungen über „den Doktoranden“ mich schlussendlich doch dazu zwangen, diesen Status ablegen zu wollen.

Mein besonders inniger Dank gilt Susanne Hase, deren liebevolle und wohlwollende Begleitung in den letzten Jahren es mir ermöglichte, mich sowohl wissenschaftlich als auch im privaten Bereich konstruktiv mit dem Thema „Zorn in Partnerschaften“ auseinanderzusetzen. Ihr ist diese Arbeit gewidmet.

# **Ärger und Zorn in Partnerschaften:**

## *Ein Vergleich des Ärger- und Konfliktverhaltens bei zufriedenen und unzufriedenen Paaren unter Berücksichtigung Subjektiver Theorien*

<b>1</b>	<b>Problemstellung und Ziel der Arbeit</b>	<b>1</b>
<b>2</b>	<b>Konfliktverhalten und partnerschaftliche Zufriedenheit</b>	<b>5</b>
<b>2.1</b>	<b>Konfliktverhalten in der Partnerschaft und seine Konsequenzen: Theoretische Ansätze und empirische Befunde</b>	<b>7</b>
2.1.1	Theoretische Ansätze zur Relevanz des Konfliktverhaltens für die Partnerschaft	7
2.1.2	Ergebnisse querschnittlicher Beobachtungs- und Fragebogenuntersuchungen	9
2.1.3	Ergebnisse längsschnittlicher Beobachtungs- und Fragebogenuntersuchungen	14
<b>2.2</b>	<b>Kognitiv-emotionale Bedingungen partnerschaftlichen Konfliktverhaltens</b>	<b>20</b>
2.2.1	Situative Wahrnehmungs- und Attributionsprozesse bei Konflikten	21
2.2.2	Überdauernde Persönlichkeitsmerkmale im Umgang mit Konflikten	24
<b>2.3</b>	<b>Konfliktverhalten in der Partnerschaftstheorie von Gottman</b>	<b>28</b>
<b>2.4</b>	<b>Fazit: Konfliktverhalten und Partnerschaftszufriedenheit</b>	<b>35</b>
<b>3</b>	<b>Ärger und Zorn aus emotionspsychologischer Perspektive</b>	<b>38</b>
<b>3.1</b>	<b>Emotionstheoretische Grundlagen und der „Grundriß einer epistemologischen Emotionstheorie“</b>	<b>40</b>
<b>3.2</b>	<b>Psychologische Beschreibungsansätze zu Ärger und Zorn</b>	<b>44</b>
3.2.1	Ärger und Zorn aus sprach-psychologischer Perspektive	44
3.2.2	Empirische Ergebnisse zur Beschreibung von Ärger aus subjektiver Perspektive	47
3.2.3	Komponenten des Ärgers im Kontext syndromatischer Emotionsmodelle	49
<b>3.3</b>	<b>Zorn als Differenzierung des Phänomenbereichs „Ärger“</b>	<b>53</b>
<b>3.4</b>	<b>Auslöser für Ärger und Zorn (in Partnerschaften)</b>	<b>61</b>
<b>3.5</b>	<b>Fazit: Ärger &amp; Zorn im Kontext einer epistemologischen Emotionstheorie</b>	<b>64</b>
<b>4</b>	<b>Die Bewältigung von Ärger und Zorn in Partnerschaften: Ärgerreaktionen, Intentionen und Konsequenzen des Umgangs mit Ärger</b>	<b>67</b>
4.1	Ärgerreaktionen: Versuche der Differenzierung und Kategorisierung	71
4.2	Konsequenzen und Effektivität unterschiedlicher Ärgerreaktionen	75
4.3	Ärgerbewältigung als intentionales Handeln: Ziele des Umgangs mit Ärger	81
4.4	Geschlechterspezifische Unterschiede des Umgangs mit Ärger: Ein Mythos?!?	86
4.5	Zusammenfassung und Konsequenzen: Die Bewältigung von Ärger und Zorn in Partnerschaften	95

<b>5</b>	<b>Empirische Fragestellungen und Zielsetzungen der Arbeit</b>	<b>98</b>
5.1	Fragebogenuntersuchung: Vergleich des Ärger- und Konfliktverhaltens bei zufriedenen und unzufriedenen Paaren	98
5.2	Erhebung Subjektiver Theorien zur Beschreibung und Bewältigung des Zorns in Partnerschaften	101
<b>6</b>	<b>Fragebogenuntersuchung: Vergleich des Ärger- und Konfliktverhaltens bei zufriedenen und unzufriedenen Paaren</b>	<b>104</b>
<b>6.1</b>	<b>Fragestellungen und Hypothesen zu Ärger- und Konfliktverhalten in Paarbeziehungen</b>	<b>104</b>
<b>6.2</b>	<b>Untersuchungsmethodik</b>	<b>107</b>
6.2.1	Datenerhebung und Stichprobenbeschreibung	107
6.2.2.	Erhebungsverfahren zu Konfliktverhalten und Ärgerausdruck	113
6.2.2.1	Fragebogen zum Umgang mit Konflikten (UMK)	113
6.2.2.2	Fragebogen zum Umgang mit Ärger (STAXI)	117
6.2.2.3	Interkorrelationen der Skalen des UMK- und STAXI-Fragebogens	122
<b>6.3</b>	<b>Ergebnisse der Fragebogenstudie</b>	<b>125</b>
<b>6.3.1</b>	<b>Vergleich des Ärger- und Konfliktverhaltens bei zufriedenen und unzufriedenen Paaren</b>	<b>126</b>
6.3.1.1	Unterschiede in der Selbst- und Fremdwahrnehmung des Konfliktverhaltens bei zufriedenen und unzufriedenen Paaren (UMK-Fragebogen)	126
6.3.1.2	Unterschiede in der Selbst- und Fremdwahrnehmung des Umgangs mit Ärger bei zufriedenen und unzufriedenen Paaren (STAXI-Fragebogen)	128
6.3.1.3	Zusammenfassung der Ergebnisse zu Unterschieden des Ärger- und Konfliktverhaltens bei zufriedenen und unzufriedenen Paaren	130
<b>6.3.2</b>	<b>Vergleich des Ärger- und Konfliktverhaltens bei Frauen und Männern</b>	<b>132</b>
6.3.2.1	Ergebnisse zu Geschlechterunterschieden bei der Selbst- und Fremdwahrnehmung des Konfliktverhaltens (UMK-Fragebogen)	132
6.3.2.2	Ergebnisse zu Geschlechterunterschieden bei der Selbst- und Fremdwahrnehmung des Umgangs mit Ärger (STAXI-Fragebogen)	134
6.3.2.3	Zusammenfassung der Befunde zu Geschlechterunterschieden	135
<b>6.3.3</b>	<b>Interaktionseffekte von Geschlechterzugehörigkeit und Paarzufriedenheit auf das Ärger- und Konfliktverhalten</b>	<b>137</b>
<b>6.3.4</b>	<b>Zusammenhang der Selbsteinschätzung des Ärger- und Konfliktverhaltens mit der Fremdwahrnehmung durch die PartnerIn</b>	<b>138</b>
<b>6.4</b>	<b>Fazit und Diskussion der Ergebnisse</b>	<b>140</b>

<b>7</b>	<b>Subjektive Theorien zur Beschreibung und Bewältigung von Zorn in Paarbeziehungen: Eine explorative Studie</b>	<b>144</b>
<b>7.1</b>	<b>Fragestellungen zur Beschreibung und Bewältigung von Zorn in Paarbeziehungen</b>	<b>144</b>
<b>7.2</b>	<b>Methodik</b>	<b>148</b>
7.2.1	Gewinnung der Stichprobe und Stichprobenbeschreibung	148
7.2.2	Vergleich des Ärger- und Konfliktverhaltens zwischen der Stichprobe „Fragebogenuntersuchung“ und der Stichprobe „Subjektive Theorien“	152
7.2.3	Erhebung der Subjektiven Theorien über Zorn in Paarbeziehungen: Vorgehensweise mit Hilfe eines Struktur-Lege-Interviews	154
7.2.4	Interviewleitfaden zur Erfassung der Beschreibung und Bewältigung von Zorn in Paarbeziehungen	159
7.2.5	Auswertungsmethodik der Subjektiven Theorien	168
<b>7.3</b>	<b>Ergebnisse der Studie zu Subjektiven Theorien über den Zorn</b>	<b>170</b>
<b>7.3.1</b>	<b><i>Ergebnisse der subjektiven Beschreibungen des Gefühls Zorn</i></b>	<b>170</b>
7.3.1.1	Prototypische Beschreibungsmerkmale des Zorns	170
7.3.1.2	Auslöser des Zorns in Partnerschaften	179
<b>7.3.2</b>	<b><i>Ergebnisse der Subjektiven Theorien zum Umgang mit Zorn</i></b>	<b>183</b>
7.3.2.1	Modalstruktur der Subjektiven Theorien über das Zeigen des Zorns	184
7.3.2.2	Modalstruktur der Subjektiven Theorien über das Unterdrücken des Zorns	187
7.3.2.3	Unterschiede in den Subjektiven Theorien zwischen partnerschaftszufriedenen und -unzufriedenen Personen	190
7.3.2.4	Unterschiede in den Subjektiven Theorien zwischen Frauen und Männern	191
<b>7.3.3</b>	<b><i>Analyse des vorrangigen Umgangs“stils“ mit Zorn in der Partnerschaft</i></b>	<b>194</b>
7.3.3.1	Beschreibung des eigenen Umgangsstils mit Zorn in der Partnerschaft	194
7.3.3.2	Bewertung des eigenen Umgangsstils mit Zorn in der Partnerschaft	197
7.3.3.3	Vergleich der Subjektiven Teil-Theorien zum eigenen Bewältigungsstil unter Berücksichtigung der antizipierten Konsequenzen für die Partnerschaft	200
<b>7.4</b>	<b><i>Zusammenfassung der Ergebnisse zu den Subjektiven Theorien</i></b>	<b>204</b>
<b>7.5</b>	<b><i>Ergebnisse einer Nachbefragung zur Untersuchung „Subjektive Theorien“</i></b>	<b>209</b>
<b>8</b>	<b>Gesamtfazit, Kritik, Ausblick</b>	<b>214</b>
8.1	Gesamtfazit und Diskussion	214
8.2	Einschränkungen und Kritik	222
8.3	Ausblick	225
<b>9</b>	<b>Literatur</b>	<b>230</b>

<b>10</b>	<b>Anhang</b>	
<b>A</b>	<b>Anhang zur Fragebogenuntersuchung</b>	
A.1	Fragebogen der Fragebogenuntersuchung	1
A.2	Statistische Auswertung der soziodemographischen Variablen der Ausgangs- sowie der Auswertungsstichprobe	10
<b>B</b>	<b>Anhang zur Studie „Subjektive Theorien“</b>	
B.1	Beschreibung des Zorns: Konzept-Kategorien und Gewichtung	12
B.2	Zusammenfassung der Auslöser(kategorien)	18
B.3.1	Umgang mit Zorn: Konzept-Kategorien der Frauen	22
B.3.2	Umgang mit Zorn: Konzept-Kategorien der Männer	33
B.3.3	Umgang mit Zorn: Zusammenfassung und Vergleich der Subjektiven Theorien	43
B.4	Zusammenfassung der Verhaltenskategorien zum Umgang mit Zorn	51
B.5	Verbalisierte Rückmeldung zur Nachbefragung der Untersuchung Subjektive Theorien	52

## 1. Problemstellung und Ziel der Arbeit

„Manchmal könnte ich ihn an die Wand klatschen!“ Diese Äußerung einer Interviewpartnerin bezog sich nicht märchenhaft auf einen Frosch, sondern sehr real auf ihren Ehemann, mit dem die Untersuchungsperson seit über 20 Jahren glücklich verheiratet ist. Und weiter: „Wir führen wirklich eine gute und zufriedene Ehe; aber wenn wir streiten, packt mich manchmal ein solcher Zorn über sein Verhalten, dass ich ihn grad´ schütteln könnt´. Und wenn er mir dann auch noch vorwirft, dass der Streit meine Schuld sei, fahre ich wirklich aus der Haut. (...) Andererseits ist für mich der Zorn wie ein Blitz bei einem reinigenden Beziehungsgewitter, das Türeknallen wie der Donner – und wenn uns dann mal wieder beiden die Tränen kommen, ist es wie der erlösende und besänftigende Regen“.

Schon in diesen Äußerungen wird die Vielschichtigkeit des Zorns in Partnerschaften deutlich: Das Erleben des „hitzigen“ Zorns besteht aus einer ganzen Fülle an Erlebnisfacetten und wird häufig als ein kaum zu kontrollierendes, leidenschaftliches und zumindest kurzfristig leidenschaftliches „Widerfahrnis“ beschrieben. Gefühle wie Ärger, Wut und Zorn werden sowohl in glücklichen wie unglücklichen Beziehungen erlebt. Das mit Ärger und Zorn verbundene Konfliktverhalten wird einerseits als befreiend und im Sinne eines „reinigenden Beziehungsgewitters“ eingeschätzt, das zur Klärung unterschiedlicher Standpunkte, Erhöhung von Intimität und Nähe und letztlich der Stabilisierung einer Partnerschaft beitragen kann (Bach & Wyden, 1983; Gottman & Silver, 2000). Andererseits wird Ärger und Zorn im Zusammenhang mit Partnerschaftskonflikten häufig als destruktiv, feindselig und eine Partnerschaft zerstörend angesehen (Guerrero & Andersen, 2000; Notarius & Markman, 1996).

Wie kommen diese unterschiedlichen Einschätzungen und Bewertungen des Zorns zustande? Weshalb kommt es überhaupt zu Zorn in Partnerschaften? Was versteht man unter „Zorn“ - zum Beispiel in Abgrenzung zu „Ärger“? Wie hängt das Erleben von Zorn mit dem Verhalten bei Partnerschaftskonflikten zusammen? Unterscheiden sich partnerschaftszufriedene und -unzufriedene Paare in der Beschreibung ihres eigenen Zorn- und Konfliktverhaltens? Wird in zufriedenen Partnerschaften das Zorn- und Konfliktverhalten der PartnerIn anders wahrgenommen als in unzufriedenen Partnerschaften? Gibt es Unterschiede zwischen Frauen und Männern in der Einschätzung des Umgangs mit Zorn und Partnerschaftskonflikten? Und wie lassen sich diese Unterschiede psychologisch erklären?

Gegenstand dieser Arbeit ist der Versuch, theoretisch wie empirisch begründete Antworten auf diese vielfältigen Fragen zu finden. Den theoretischen Ausgangspunkt stellt dabei zunächst die Partnerschaftsforschung dar, in der das Kommunikations- und Konfliktverhalten im Zusammenhang mit der Partnerschaftszufriedenheit intensiv untersucht wurde (zsf. Gottman & Notarius, 2000). Da Unzufriedenheit in und mit der Partnerschaft per se als Beeinträchtigung der Lebensqualität angesehen wird und zudem mit einer Fülle klinisch-psychologischer Störungsbilder zusammenhängt (zum Überblick: Burman & Margolin, 1992; Schmalin & Sher, 2000; Schütz & Wiesner, 2000), wurde vor allem in der klinisch orientierten Partnerschaftsforschung eine Fülle an Untersuchungen zum Zusammenhang zwischen Konfliktverhalten und Partnerschaftszufriedenheit durchgeführt. Interessanterweise wurde da-

bei das *emotionale Erleben bei Konflikten* häufig vernachlässigt. Dies ist vor allem deshalb verwunderlich, da davon auszugehen ist, dass interaktionsbezogenen Emotionen wie Ärger und Zorn eine zentrale Rolle im Zusammenhang mit Partnerschaftskonflikten zukommt.

Als Ergänzung und zur Anreicherung der Partnerschaftskonfliktforschung ist es daher nahe-liegend, auf emotionspsychologische Ansätze der Ärgerforschung zurückzugreifen. Hier fällt zunächst auf, dass in der psychologischen Ärgerliteratur nur selten zwischen verschiedenen „Formen“ des Ärgers (z.B. Empörung/Entrüstung, Groll, Wut, Zorn) unterschieden wird. Der Blick auf die empirische Forschung zeigt, dass der spezifische Kontext „Partnerschaft“ in der Ärgerpsychologie nur sehr vereinzelt berücksichtigt wurde. Obgleich Ärger und Zorn vorwiegend in familiären Kontexten entsteht (vgl. z.B. Averill, 1982), war Ärger in Paarbeziehungen nur selten Gegenstand wissenschaftlicher Untersuchungen (z.B. Bodenmann, 1995; Laux & Weber, 1993). Im Gegensatz zu der Fülle an Ergebnissen zu *intrapersonellen* Konsequenzen des Ärgers (als Überblick z.B. Hodapp & Schwenkmezger 1993; Kassinove, 1995; Müller, 1993; Weber, 1994) liegen bislang kaum empirische Ergebnisse zu den *interpersonellen* Konsequenzen des Umgangs mit Ärger und Zorn vor. Und so lässt sich aus den Ergebnissen der bisherigen Ärgerforschung beispielsweise kaum ableiten, in welchem Zusammenhang der Umgang mit Ärger und Zorn mit der Partnerschaftszufriedenheit steht.

Im Sinne einer theoretisch fundierten Annäherung an die gestellten Fragen wird es daher ein erstes Ziel dieser Arbeit sein, die Ansätze und empirischen Befunde aus der Partnerschaftskonfliktforschung und der Ärgerforschung aufeinander zu beziehen und Möglichkeiten der Integration und gegenseitigen Anreicherung dieser beiden Forschungsbereiche zu erarbeiten.

Hierzu werden im *theoretischen Teil der Arbeit* konzeptuelle Ansätze und empirische Befunde der *Partnerschaftskonfliktforschung* dargestellt und aufgezeigt, welche Relevanz dem Konfliktverhalten im Zusammenhang mit der partnerschaftlichen Zufriedenheit zukommt (Kapitel 2). Neben einer querschnittlichen Betrachtung der Unterschiede im Konfliktverhalten zwischen zufriedenen und unzufriedenen Partnerschaften stellt sich insbesondere die Frage, wie sich unter prozessual-längsschnittlicher Perspektive der Umgang mit Konflikten auf die zukünftige Partnerschaftszufriedenheit auswirkt (Kap. 2.1). Um unterschiedliche Konfliktreaktionen in Partnerschaften erklären zu können, werden die Ergebnisse zu kognitiv-emotionalen Bedingungen des Konfliktverhaltens dargestellt (Kap. 2.2). Durch die Beschreibung eines umfassenden Partnerschaftsmodells (sensu Gottman) wird anschließend versucht, die Fülle empirischer Einzelbefunde durch ein integratives Modell zusammenzufassen (Kap. 2.3), bevor die wichtigsten theoretischen Ergebnisse und empirischen Befunde der Partnerschaftskonfliktforschung diskutiert werden (Kap. 2.4).

In Ergänzung zu den primär verhaltensbezogenen Befunden der Partnerschaftskonfliktforschung wird im Anschluss versucht, die *emotionale Dimension von Partnerschaftskonflikten am Beispiel von Ärger und Zorn* aufzuzeigen:

Hierzu stellen emotionstheoretische Grundlagen zu Ärger und Zorn den Ausgangspunkt der weiteren Auseinandersetzung dar (Kapitel 3). Aufbauend auf dem Grundriss einer epistemologischen Emotionstheorie (Kap. 3.1) werden emotionspsychologische Beschreibungsansätze



zu Ärger und Zorn dargestellt (Kap. 3.2) und versucht, „Zorn“ als eigenständiges Gefühl zu explizieren und dadurch zu einer Differenzierung des Phänomenbereichs Ärger beizutragen (Kap. 3.3). In Verbindung damit werden die Ergebnisse verschiedener Untersuchungen zu den Auslösern für Ärger und Zorn (in Partnerschaften) aufgeführt (Kap. 3.4) und zusammenfassend dargestellt, welche Konsequenzen sich aus der emotionspsychologischen Beschreibung von Ärger und Zorn für die weitere (auch empirische) Analyse des Zorns in Partnerschaften ergeben (Kap. 3.5).

Kapitel 4 bezieht sich auf *die Bewältigung von Ärger und Zorn in Partnerschaften*. Durch die Darstellung verschiedener Möglichkeiten des Umgangs mit Ärger/Zorn wird die theoretisch-konzeptuelle Verbindung zwischen Ärger/Zorn und dem partnerschaftlichen Konfliktverhalten aufgezeigt (Kap. 4.1). Unter Berücksichtigung der (intra- wie interpersonellen) Konsequenzen der Ärger-/Zornbewältigung werden Ergebnisse zur Effektivität des Umgangs mit Zorn dargestellt (Kap. 4.2) und - verbunden damit - unter handlungstheoretischer Perspektive die möglichen Ziele und Intentionen im Umgang mit Ärger und Konflikten in Partnerschaften diskutiert (Kap. 4.3). Der Frage nach geschlechertypischen Unterschieden im Umgang mit Ärger und Zorn wird in Kap. 4.4 nachgegangen, bevor in Kapitel 4.5 die Konsequenzen für die weitere empirische Auseinandersetzung mit Ärger und Zorn in Partnerschaften zusammengefasst werden.

Ziel des *empirischen Teils der Arbeit* war es, verschiedenen empirischen Fragestellungen nachzugehen, die sich im Verlauf der theoretischen Auseinandersetzung als besonders relevant und klärungsbedürftig erwiesen haben. In Kapitel 5 werden daher zunächst die aus dem theoretischen Teil der Arbeit abgeleiteten Fragestellungen zusammengefasst, die sich auf verschiedene Facetten des Konfliktverhaltens, die Beschreibung des Zorns sowie den Umgang mit Ärger und Zorn in Partnerschaften beziehen. Diese stellen die Grundlage zweier empirischer Studien dar, die aufgrund unterschiedlicher Zielsetzungen unter Nutzung verschiedener methodischer Zugänge durchgeführt wurden:

In einer **Fragebogenstudie zum Ärger- und Konfliktverhalten in Partnerschaften** (Kapitel 6) wird untersucht, inwieweit sich die zumeist in angloamerikanischen Untersuchungen festgestellten Befunde zu Unterschieden im Konfliktverhalten bei zufriedenen und unzufriedenen Paaren auch im deutschsprachigen Kulturraum replizieren lassen und ob die Ergebnisse auf den Umgang mit Ärger in Partnerschaften ausgeweitet werden können. Zusätzlich zu Gruppenunterschieden des Ärger- und Konfliktverhaltens bei Paaren unterschiedlicher Partnerschaftszufriedenheit wird der Frage nachgegangen, ob Frauen und Männer sich in ihrem partnerschaftlichen Ärger- und Konfliktverhalten unterscheiden und inwieweit potentielle Unterschiede auf Interaktionseffekte mit der Partnerschaftszufriedenheit zurückzuführen sind. Im Vordergrund dieser Studie steht die *Beschreibung* des Ärger- und Konfliktverhaltens, wobei als methodischer Zugang sowohl die Selbstbeschreibung (Selbstwahrnehmung) der befragten Personen als auch die Fremdbeschreibung durch die/den jeweilige/n Partner/in (Fremdwahrnehmung) genutzt wird. Durch Berücksichtigung der beiden Perspektiven war intendiert, (auch) potentielle Unterschiede in der Selbst- und Fremdwahrnehmung der analysierten

Gruppen (Geschlechterzugehörigkeit; Gruppen unterschiedlicher Paarzufriedenheit) aufzudecken und die Relevanz von Perspektivenunterschieden aufzeigen zu können.

Ergänzend zur reinen Beschreibung des Ärger- und Konfliktverhaltens wird in einer zweiten Studie durch die Erfassung **Subjektiver Theorien zu Zorn in Partnerschaften** versucht, Hinweise auf mögliche *Erklärungen* des Ärger- und Konfliktverhaltens zu erarbeiten (Kapitel 7). Da Personen in Paarbeziehungen als „ExpertInnen“ für das Ärger- und Konfliktverhalten in Partnerschaften angesehen werden können, werden die Untersuchungspersonen in sog. Struktur-Lege-Interviews zu ihren persönlichen Vorstellungen bzgl. des Zorns sowie zu ihrem eigenen Umgang mit Zorn in der Partnerschaft befragt. Ziel ist dabei einerseits, die Emotion des Zorns als subjektiv erlebbares Gefühl zu beschreiben und dadurch unter emotionpsychologischer Perspektive einen Beitrag zur präzisen Explikation dieses „leidenschaftlichen“ Gefühls zu leisten. Durch die Erfassung der Subjektiven Theorien über den Umgang mit Zorn ist zudem angestrebt, den Bezug zu emotionalem Konfliktverhalten herzustellen und herauszuarbeiten, welchen Bedingungen von PartnerInnen für den Umgang mit partnerschaftlichem Ärger und Zorn angeführt und als potentielle Erklärungen für die Bewältigung von emotionalen Konflikten angesehen werden können.

Eine *zusammenfassende Diskussion* der gewonnenen Erkenntnisse sowie des methodischen Vorgehens ist dann Gegenstand des abschließenden Kapitels 8, in dem zudem weiterführende Fragestellungen unter Berücksichtigung der gewonnenen Ergebnisse skizziert werden und Möglichkeiten des theoretischen, empirischen und praktischen Nutzens der Ergebnisse dieser Arbeit dargestellt werden.

## 2 Konfliktverhalten und partnerschaftliche Zufriedenheit

Auf der Suche nach den „Determinanten der Partnerschaftsqualität“, der Ausgangsfrage der empirischen Partnerschaftsforschung (vgl. Terman et al., 1938), wurde in der psychologischen Forschung eine Vielzahl theoretischer Erklärungen entwickelt und eine nahezu unüberschaubare Fülle empirischer Untersuchungen durchgeführt. Neben der Frage nach Merkmalen einer „glücklichen“ Partnerschaft stand aufgrund der gesellschaftspolitischen wie klinischen Relevanz von Trennung und Scheidung häufig die Suche nach Prädiktoren für die Auflösung von Paarbeziehungen im Mittelpunkt der Forschung (vgl. z.B. Bodenmann, 1996; Bradbury, 1998; Gottman, 1994; Karney & Bradbury, 1995).

Da Paarbeziehungen/Ehen nahezu immer als zufriedene und glückliche Partnerschaften beginnen, für viele Paare sich diese jedoch im Verlauf der Beziehung zu belasteten, frustrierenden und enttäuschenden Partnerschaften wandeln, sind mit klinisch-psychologischem Blick auf die Prävention und Therapie von Beziehungsproblemen vor allem psychologische Theorien von Interesse, die diese Veränderungen der partnerschaftlichen Zufriedenheit zu erklären versuchen (vgl. Hahlweg, Baucom, Bastine & Markman, 1998; Karney & Bradbury, 1995).

Bei der Analyse von Partnerschaftszufriedenheit und Beziehungsstabilität gilt es indes zu beachten, dass eine direkte Übertragung der Befunde zur Partnerschafts*qualität/-zufriedenheit* auf die Vorhersage der Beziehungs*stabilität* nur bedingt möglich ist. In den meisten empirischen Untersuchungen wurden nur relativ geringe Zusammenhänge zwischen Paarzufriedenheit und Partnerschafts-/Ehestabilität gefunden (Korrelationen zwischen .14 und .42; vgl. Bodenmann, 1995, S. 7; Karney & Bradbury, 1995, S. 19). Unzufriedenheit in/mit einer Partnerschaft kann zwar als eine notwendige, keinesfalls jedoch als hinreichende Bedingung einer Trennung/Scheidung angesehen werden; zwar sind Paare, die sich trennen, unzufrieden mit ihrer Partnerschaft – jedoch trennen sich nicht alle unzufriedenen Paare. Eine ganze Reihe von gesellschaftspolitischen, soziodemographischen, juristischen, ökonomischen, soziobiologischen und psychologischen Faktoren wird als bedeutsam dafür angesehen, ob sich eine unzufriedene Person/ein unzufriedenes Paar tatsächlich trennt bzw. scheiden lässt - oder die unglückliche und unzufriedene Paarbeziehung weiter aufrecht erhalten wird (ein Überblick über verschiedene Scheidungsvariablen gibt Bodenmann, 1995, S. 2-15; Bodenmann, 2001).

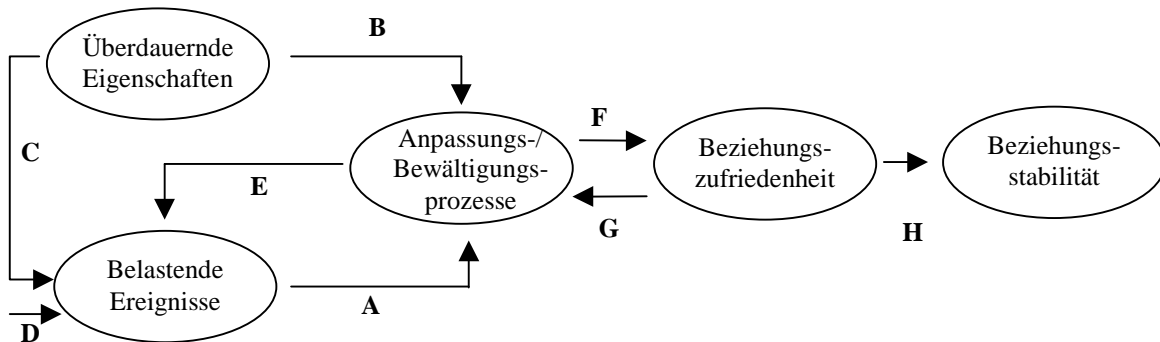
Aufgrund der Fülle und Vielfältigkeit der theoretischen Ansätze, methodologischen wie methodischen Zugänge sowie empirischen Befunde fällt es schwer, ein einheitliches Bild der Forschungsergebnisse zur Partnerschaftszufriedenheit bzw. Stabilität von Paarbeziehungen darzustellen (zum Überblick: Halford & Markman, 1997; Kaiser, 2000). Als zentrales Ergebnis der jahrzehntelangen emsigen Forschungsbemühungen lässt sich jedoch festhalten:

Das *partnerschaftliche Kommunikationsverhalten* sowie die *Bewältigungskompetenz bei Belastungen* in der Partnerschaft stellen wichtige Indikatoren für die aktuelle Partnerschaftszufriedenheit dar und können als die entscheidenden Prädiktoren für die Stabilität einer Beziehung angesehen werden (Bodenmann, 2001; Bradbury, Fincham & Beach, 2000; Fincham & Beach, 1999; Gottman & Notarius, 2000).

Die Relevanz dieser Faktoren lässt sich mit Hilfe eines Arbeitsmodells zur Vorhersage von Partnerschaftszufriedenheit und Partnerschaftsstabilität verdeutlichen, das von Karney & Bradbury (1995) zur Integration bestehender theoretischer Ansätze, der Einordnung einer

Fülle empirischer Einzelbefunde sowie zur Strukturierung zukünftiger Partnerschaftsforschung entwickelt wurde (vgl. Abb. 1):

Abbildung 1: Vulnerabilitäts-Stress-Bewältigungsmodell der Partnerschaft (nach Karney & Bradbury, 1995, S. 23)



Im Mittelpunkt dieses Modells stehen Bewältigungsprozesse von belastenden situationalen Ereignissen (Pfad A), die durch überdauernde Eigenschaften bzw. Vulnerabilitätsfaktoren beeinflusst werden (z.B. sozialer Status, Persönlichkeitszüge; Pfad B). Belastende Ereignisse können dem Modell zufolge wiederum durch überdauernde Vulnerabilitätsfaktoren (Pfad C) oder externe Ereignisse (z.B. Arbeitslosigkeit, Pfad D) zustandekommen oder durch rückwirkende dysfunktionale Anpassungs- und Bewältigungsprozesse verstärkt werden (Pfad E).

Die für den Verlauf einer Beziehung zentralen Fähigkeiten der Bewältigung von Belastungen (z.B. konstruktives Kommunikationsverhalten) stehen in gegenseitiger Wechselwirkung mit der Beziehungszufriedenheit (Pfad F und G), die sich wiederum auf die Stabilität einer Partnerschaft auswirkt (Pfad H).

Da diesem Modell zufolge Bewältigungsprozessen eine zentrale Rolle für die Beziehungszufriedenheit und –stabilität zukommt und Konflikte in einer Partnerschaft als belastende Ereignisse angesehen werden können, werde ich mich im Folgenden zunächst mit der Bewältigung von Partnerschaftskonflikten auseinandersetzen. Im Mittelpunkt stehen hierbei theoretische Ansätze und empirische Befunde zum emotionalen Konfliktverhalten sowie Zusammenhänge mit der Zufriedenheit und der Stabilität von Partnerschaften (Kap. 2.1). Mit Blick auf psychologische Erklärungen unterschiedlichen Konfliktverhaltens werden ergänzend kognitiv-emotionale Bedingungen vorgestellt, die als massgeblich für den Umgang mit Konflikten diskutiert bzw. empirisch untersucht wurden (Kap. 2.2). Durch die Darstellung eines prozessorientierten Modells zum Verlauf von Partnerschaften (Gottman, 1994) wird anschließend versucht, die verschiedenen Ansätze und Ergebnisse zu einem umfassenden Gesamtbild zusammenzufügen (Kap. 2.3). Abschließend werden die Erkenntnisse aus der bisherigen Forschung zum Konfliktverhalten diskutiert und Schlussfolgerungen für die weitere Auseinandersetzung mit Ärger, Zorn und Konflikten in Partnerschaften abgeleitet (Kap. 2.4).

## 2.1 Konfliktverhalten in der Partnerschaft und seine Konsequenzen: Theoretische Ansätze und empirische Befunde

### 2.1.1 Theoretische Ansätze zur Relevanz des Konfliktverhaltens für die Partnerschaft

Konfliktverhalten in Paarbeziehungen wurde in der psychologischen Forschung vor allem im Kontext der sozialen Lerntheorie bzw. der (kognitiven) Verhaltenstheorie theoretisch ausgearbeitet und empirisch untersucht. Kognitiv-verhaltenstheoretische Partnerschaftsmodelle basieren dabei zumeist auf austausch-, investitions- und equity-theoretischen Überlegungen zur partnerschaftlichen Zufriedenheit:

Austausch- und Investitionstheorien gehen davon aus, dass Interaktionen von den Teilnehmenden kontinuierlich nach subjektiven Kosten- und Nutzenerwägungen und subjektiv geleisteten Investitionen bewertet werden (vgl. Thibaut & Kelly, 1959; Homans, 1968; Rusbult, 1983). Für die subjektive Einschätzung der Partnerschaftszufriedenheit und die Aufrechterhaltung einer Paarbeziehung spielen diesen Theorien zufolge insbesondere Vergleichsprozesse eine zentrale Rolle, wobei die Attraktivität der eigenen Beziehung (Erfüllung wichtiger Bedürfnisse, z.B. emotionale Sicherheit) ebenso von Bedeutung ist wie die Attraktivität verfügbarer Alternativen (andere Partner/innen) und die Einschätzung von Investitionen und Hindernissen (z.B. religiöse „Zwänge“ gegen eine Scheidung, Kinder, finanzielle Hindernisse). Nach diesen Modellen ist die Beziehungszufriedenheit „um so größer, je mehr Belohnungen aus der Beziehung resultieren, je weniger Kosten anfallen und je höher das aus der Differenz zwischen Belohnung und Kosten resultierende Nettoergebnis über dem Vergleichsniveau liegt“ (Mikula, 1992, S. 71).

Ausgehend von Kritik an diesen „merkantilen“ Theorien überwiegen in der empirischen Partnerschaftsforschung in jüngster Zeit „equity“-theoretische Ansätze, die postulieren, dass die Paarzufriedenheit und Partnerschaftsstabilität davon abhängt, wie fair und ausgewogen eine Beziehung erlebt wird (ein Überblick über den Forschungsstand geben Mikula, 1992; Feeney, Peterson & Noller, 1994). Die zentrale Annahme dieser Erklärungsmodelle besteht darin, dass eine zufriedene Partnerschaft gekennzeichnet ist durch ein „fares“ und hohes Maß an gegenseitiger „Belohnung“ zwischen den PartnerInnen (Erfüllung subjektiver Bedürfnisse und Wünsche, z.B. emotionale Zuwendung). In unzufriedenen Partnerschaften hingegen haben die PartnerInnen den Eindruck, „unfair“ behandelt zu werden und im Vergleich zu ihrer jeweiligen PartnerIn benachteiligt zu sein (vgl. Schindler et al., 1998, S. 33ff.).

In verhaltenstheoretischen Partnerschaftstheorien spiegeln sich diese Annahmen in dem Kommunikationskonzept der „Reziprozität“ bzw. dem spezifischeren Modell des „Zwangsprozesses“ bei konflikthaften Auseinandersetzungen wider:

Unter dem generellen Konzept der „Reziprozität“ von Kommunikation wird verstanden, dass positives-freundliches Verhalten mit positiven Reaktionen, negativ-unfreundliches Verhalten mit negativen Reaktionen beantwortet wird (i.S.v. „quid pro quo“; Hahlweg, 1986, 107ff.). Verhaltenstheoretischen Annahmen zufolge ist bei glücklichen Paaren der Austausch positiver Verhaltensweisen deutlich stärker ausgeprägt als bei unzufriedenen Paaren, die statt dessen häufiger und zeitlich kontingent negative Verhaltensweisen zeigen („negative Reziprozität“).

Mit Blick auf den zeitlichen Verlauf von Konfliktsituationen wird davon ausgegangen, dass unzufriedene Paare bei einer sequentiellen Betrachtung des Konfliktverhaltens reziprok vermehrt negative Verhaltensweisen austauschen und sich bei Auseinandersetzungen in einen eskalierenden Teufelskreis gegenseitiger Vorwürfe, Bagatellisierungen und Abwertungen verstricken (zusammenfassend Hahlweg, 1986, 303ff.; Schindler et al., 1998, S. 31ff.).

Dem spezifischen Verhalten bei Konflikten in einer Paarbeziehung wird in den verhaltenstheoretischen Partnerschaftstheorien deshalb eine so große Bedeutung beigemessen, da – mit Blick auf den Verlauf von Partnerschaften – davon ausgegangen wird, dass die Verschlechterung der Beziehungsqualität ihren Anfang in dysfunktionalen Konflikt“lösungs“stilen des Paares nimmt. Die zentrale Annahme besteht darin, dass sich Paare bei Konflikten in sog. „Zwangsprozesse“ verstricken, bei denen der eine Partner versucht, den anderen durch unangemessenes („negatives“) Konfliktverhalten zu einer Veränderung des unerwünschten Verhaltens zu zwingen, die andere Person sich jedoch einer Veränderung entzieht und ihrerseits wieder „negatives“ und den Konflikt aufrechterhaltendes Verhalten zeigt. Das beidseitige dysfunktionale Konfliktverhalten führt langfristig zu einer wachsenden Zahl von Konflikten und bringt mit sich, dass im weiteren Verlauf der Partnerschaft die Intensität und Dauer der gegenseitigen negativen Reaktionen zunimmt – was wieder vermehrt zu Konflikten führt (zum Prinzip dieses „Zwangsprozesses“: Patterson & Reid (1970); zusammenfassend Braukhaus et al., 2000, S. 181ff.; Hahlweg, 1986, S. 109ff.).

Unter „Konflikt“ wird im Kontext der Partnerschaftsforschung zumeist das „Aufeinandertreffen unterschiedlicher Wünsche, Bedürfnisse oder Gefühlslagen beider Partner“ verstanden (Schindler et al., 1998, S. 37). Diese „weite“ Definition wird von einigen Autoren präzisiert, indem sie als zusätzliches strukturelles Merkmal auf das – von der PartnerIn vereitelte – Realisierungsbedürfnis der Wünsche verweisen („conflict occurs, when (a) two people in a relationship have incompatible goals and (b) one pursuits of his or her goals interferes with the attainment of the other goals“; Epstein, Baucom & Rankin, 1993, S. 46). Bei einer prozessualen Perspektive auf Konflikte (z.B. Christensen & Pasch, 1993) umfasst die Definition per se das Verhalten der Konfliktpartner: „Conflict is an interpersonal process that occurs whenever the actions of one person interfere with the action of another“ (Peterson, 1983, S. 365). Für den weiteren Verlauf der Arbeit gehe ich in Anlehnung an Donohue & Kolt (1992, S. 4) davon aus, dass sich Paarkonflikte definieren lassen als Situationen, in denen (1) die beiden Partner unterschiedliche Bedürfnisse zum Ausdruck bringen und (2) die erwünschte Realisierung oder Befriedigung der Bedürfnisse durch die andere Person behindert oder vereitelt wird (zur Diskussion verschiedener „Konflikt“-Merkmale: Cahn, 1992; Christensen & Walczynski, 1997; Fincham & Beach, 1999; Holmes & Murray, 1996; Klein & Johnson, 1997).

Ausgehend von diesen Grundannahmen zur Relevanz des Konfliktverhaltens wurde in einer Fülle von empirischen Untersuchungen analysiert, in welchen konfliktspezifischen Kommunikationsmerkmalen sich zufriedene und unzufriedene Paare unterscheiden und somit als „positives“ oder „negatives“ Interaktionsverhalten zu kennzeichnen sind (zum Überblick: Christensen, 1987; Hahlweg, 1986, 1991; Gottman, 1994). Mit Blick auf den Verlauf von Partnerschaften wurden zudem Längsschnittuntersuchungen durchgeführt und untersucht, welches Konfliktverhalten sich *langfristig* positiv bzw. negativ auf die Partnerschaft auswirkt (zum

Überblick: Bradbury, 1998). Im Folgenden werden die wesentlichen Befunde anhand einzelner Untersuchungen dargestellt und versucht, die zentralen Ergebnisse zusammenzufassen.

Bei der Interpretation der im folgenden dargestellten Untersuchungen und Ergebnisse gilt es zu beachten, dass ein grundlegendes Problem der Partnerschaftsforschung die theoretische Konzeptualisierung zentraler Konstrukte wie z.B. „Partnerschaftszufriedenheit“ darstellt (ausführlich: Fincham, Beach & Kemp-Fincham, 1997; Bradbury, Fincham & Beach, 2000; S. 973ff.). Auf der Suche nach reliablen und validen Kriterien für die „Qualität“ einer Partnerschaft/Ehe wird „Partnerschaftsqualität“ bzw. „Partnerschaftszufriedenheit“ zumeist mit Hilfe operationaler (häufig verhaltensbezogener) Test- oder Beobachtungskriterien definiert und zu erfassen versucht (vgl. Hank, Hahlweg & Klann, 1990). Zumeist wird vorab nicht geklärt, was unter theoretisch-konzeptueller Perspektive unter dem Konstrukt der „Partnerschaftszufriedenheit“ (begriffsanalytisch) verstanden werden soll (zur Notwendigkeit analytischer Definitionen vgl. Breuer, 1991, S. 107ff.; Bortz, 1984, S. 41; Prim & Tilman, 1979, S. 45). Nahezu durchgängig gilt in der (klinischen) Partnerschaftsforschung daher folgende operationale Definition: „Ehezufriedenheit bezeichnet das durch Tests oder Befragen wiedergegebene subjektive Erleben von Glück und Zufriedenheit mit der eigenen Ehe und dem Ehepartner“ (Jäckel, 1980, S. 5; vgl. auch Schindler et al., 1998). Da die meisten Partnerschaftsfragebögen hoch miteinander und insbesondere mit der „Terman-Frage“: „Wie glücklich schätzen Sie ihre Partnerschaft ein“ korrelieren, wird davon ausgegangen, dass die Erhebungsinstrumente die meist synonym benutzten Konzepte „Partnerschaftsqualität“, „Partnerschaftszufriedenheit“ oder „Eheglück“ valide erheben (vgl. Hahlweg, 1986, S. 50; Braukhaus et al., 2000, S. 173). Durch die Erfassung der Partnerschaftszufriedenheit über das durch Fragebögen erhobene Verhalten (z.B. mit Hilfe des „Partnerschaftsfragebogen-PFB“; Hahlweg, 1996) kommt es jedoch zu Konfundierungen zwischen Prädiktor (z.B. subjektiv eingeschätztes Konfliktverhalten) und Kriterium (subjektive Zufriedenheit; z.T. operationalisiert über Konfliktverhalten) (Fincham et al., 1997; Weiss & Heyman, 1990).

Neuere Entwicklungen versuchen, dieses Problem durch die Erfassung verschiedener kognitiv-emotionaler Bewertungskomponenten zu umgehen (z.B. Ausmaß an Intimität, Leidenschaft, Vertrauen), doch haben diese Ansätze erst in jüngster Zeit Eingang in die internationale empirische Forschung gefunden (Hassebrauck, 1995; Fletcher, Simpson & Thomas, 2000).

## **2.1.2 Ergebnisse querschnittlicher Beobachtungs- und Fragebogenuntersuchungen**

### ***Beobachtungsstudien***

Aufgrund der Skepsis bezüglich der Validität von Selbstauskünften, methodologischen Konfundierungsproblemen sowie dem inhaltlichen Ziel, den sequentiellen Ablauf von Konfliktgesprächen in kontrollierten Situationen analysieren zu können, wurden multimodale Verfahren und insbesondere (*objektivierende*) *Beobachtungsstudien* als angemessene Methode der Analyse von Partnerschaftskonflikten postuliert (z.B. Gottman, 1979; Markman, 1979).

So stellte Hahlweg (1986) in der ersten großangelegten deutschsprachigen Beobachtungsstudie auf der Grundlage von 60 Paaren fest, dass Partner/innen in Ehen mit niedriger Ehequalität bei Konfliktgesprächen sich wesentlich häufiger gegenseitig abwerteten, kritisierten oder das eigene Verhalten rechtfertigten als Paare mit hoher Ehequalität. Zufriedene Paare hingegen sprachen wesentlich häufiger über eigene Gedanken, Gefühle und Bedürfnisse und äußerten sich den jeweiligen PartnerInnen gegenüber häufiger akzeptierend und anerkennend (vgl. Hahlweg, 1986, S. 212ff.; 303ff.). Mit Blick auf die Reziprozitätsthese zeigte sich bei der Analyse von Interaktionssequenzen, dass unzufriedene Partner/innen wesentlich häufiger mit

„negativen“ Verhaltensweisen auf das „negative“ Verhalten ihrer Partner/in reagierten als zufriedene Partner/innen (sog. „negative Reziprozität“). Insbesondere ergab sich konsistent der Befund, dass unzufriedene Paare bei den Konfliktgesprächen sich in eskalierende „Teufelskreise“ aus „negativem“ Konfliktverhalten verstrickten (z.B. fordernde Kritik, Ablehnung von Verantwortung, abwertende Vorwürfe, abblockende Kommunikation): „Hervorstechendstes Merkmal der Paare mit niedriger Ehequalität war also deren Unfähigkeit, sich aus einem negativen Zirkel zu lösen“ (Hahlweg, 1986, S. 307; zu diesem Befund vgl. auch Epstein, Baucom & Rankin, 1993, S. 51ff.; Gottman, 1998, S. 179ff.).

Die Befunde zur Reziprozität des Konfliktverhaltens lassen sich mit Blick auf *spezifische (negative) Affektausdrücke* weiter präzisieren: Gottman & Levenson (1986) fanden heraus, dass unzufriedene Paare nicht nur häufiger mit emotionalen Reaktionen von Ärger, Angst, Trauer oder Verachtung auf das Zeigen „negativer“ Gefühle ihres Partners reagierten („negative affektive Reziprozität“), sondern sich Frauen und Männer auch in der Spezifität der gezeigten Affektausdrücke unterschieden. Bei einer differenzierten Analyse von Emotionsausdrücken in Paarkonfliktgesprächen stellten sie fest, dass in unzufriedenen Partnerschaften 77,7% der emotionalen Reaktionen bei Männern aus Ärger- und Verachtungsreaktionen bestanden, jedoch nur 6,7% der Frauen diese negativen Affektausdrücke zeigten. Die negativen Reaktionen der Frauen in Konfliktgesprächen waren hingegen zu 93,2 % Weinen, Trauer oder Angst. Prozessual betrachtet, reagierten Männer eher ärgerlich auf den Ärger der Frau, Frauen eher angstvoll auf den Ärger des Mannes (vgl. o.c., S. 42ff.; vgl. auch Gottman & Levenson 1992). Zudem stellten sie fest, dass unzufriedene Paare eine deutlich größere physiologische Aktivierung bei Konflikten zeigten als zufriedene Paare (insbesondere die Männer), was die Autoren zu Spekulationen über die Bedeutung physiologischer Reaktionen für die Prognose der Partnerschaftszufriedenheit veranlasste (i.S.v. je höher die physiologische Erregung bei Paarkonflikten, um so schlechter die Prognose für die Partnerschaft; vgl. auch der Ansatz einer „soziophysiological theory of marriage“; Gottman, & Levenson, 1986, S. 43; Gottman, 1994).

Beobachtungstheoretischen Untersuchungen zu affektivem Verhalten liegt zumeist eine behavioral-physiologische Sichtweise auf Emotionen zugrunde, was sich in Gottmans Definition von „affect“ als „nonverbal behaviors of the speaker during message transmission“ zeigt (zit. nach Fletcher & Fincham, 1991, S. 177). Die Analyse affektiver Reaktionen wird in diesen Untersuchungen mit Hilfe verschiedener Beobachtungskategorien durchgeführt (zum Überblick vgl. Gottman, 1994; Hahlweg, 1986), wobei neben der Berücksichtigung von Gesprächsinhalten vor allem nonverbale Indikatoren (Mimik, Gestik, Körperhaltung) von Affekten erfasst werden (zur kritischen Auseinandersetzung mit diesen Erhebungsverfahren: Fitness & Strongman, 1991; Weiss & Heyman, 1997). Die behaviorale Perspektive auf Emotionen, die Gottman selbst als „agnostisch“ bezeichnet, begründet Gottman, indem er anführt: „For the most part, I am not interested in emotion. I am interested in marriage. If emotion can tell me something in marriage, than I am interested in emotion. If not, then I am not interested in emotion“ (Gottman, 1994b, S. 259; vgl. auch Gottman, 1993, S. 480).

Derartige Beobachtungsstudien haben den Vorteil, dass der Verlauf von konflikthaften Auseinandersetzungen vergleichsweise „objektiv“ erfasst werden kann und es nicht zu methodologischen Konfundierungen zwischen Prädiktor (objektives Konfliktverhalten) und Kriterium



(subjektive Zufriedenheit) kommt. Sie weisen jedoch auch eine Reihe theoretischer wie methodischer Probleme auf: Die Aufwendigkeit derartiger Untersuchungsdesigns lässt nur sehr kleine Stichproben zu, wodurch der Aussagewert dieser Befunde entsprechend beschränkt ist (Kurdek, 1994). Zudem wird in Beobachtungsstudien unterstellt, dass Paare in den (künstlichen) Untersuchungssituationen vergleichbare Verhaltensweisen (gleich häufig) zeigen wie in ihrem Partnerschaftsalltag (Problem der ökologischen Validität; Arellano & Markman, 1995). Die beobachtungstheoretische Fokussierung auf das sichtbare Verhalten ermöglicht zudem nicht, intrapsychische Variablen (wie emotionales Erleben, subjektive Wahrnehmungen, Handlungsintentionen) zu berücksichtigen, was jedoch für das erklärende Verständnis des Konfliktverhaltens als notwendig postuliert wird (Fitness, 1996; Fincham & Beach, 1999).

### ***Fragebogenuntersuchungen***

Ergänzen lassen sich die Ergebnisse der Beobachtungsstudien daher durch Befunde aus Untersuchungen, in denen mit Hilfe von Fragebögen Unterschiede im *subjektiv* wahrgenommenen Konfliktverhalten von zufriedenen und unzufriedenen Paaren analysiert wurden (z.B. Hank et al., 1990). Dabei wurde der Fokus der Untersuchungen sowohl auf (1) *individuelle Konfliktstrategien*, (2) die *interpersonelle Perspektive* der Paare auf das beidseitige Konfliktverhalten sowie (3) spezifische *dyadische Konfliktmuster* gelegt:

(1) Arellano & Markman (1995) stellten beispielsweise mit Hilfe eines Fragebogens zu *individuellen Strategien* im Umgang mit Emotionen und Konflikten („Managing Affect and Differences Scale“; MADS) in einer Querschnittsuntersuchung an 67 Paaren fest, dass nach ihren subjektiven Angaben zufriedene Paare im Vergleich zu unzufriedenen Paaren hoch signifikant häufiger miteinander kommunizieren, ihre Gefühle deutlicher zum Ausdruck bringen (insbesondere angenehme Gefühle wie Zuneigung und Liebe), mehr Feedback geben und mehr auf die PartnerIn eingehen (ruhig zuhören und versuchen, die PartnerIn zu verstehen; „validating“). Im Vergleich dazu gaben unzufriedene Paare deutlich häufiger an, ihre PartnerIn zu kritisieren oder an den Eigenheiten herumzunörgeln und beschrieben das eigene Konflikterleben und -verhalten als schneller eskalierend. Zudem gaben unzufriedene Paare mehr Rückzugsverhalten an als die zufriedenen Paare (vgl. Arellano & Markman, 1995, S. 325). Bei einer korrelativen Betrachtung mit der Partnerschaftszufriedenheit zeigte sich entsprechend, dass häufige Kommunikation, der offene Ausdruck von Gefühlen, das aktive Eingehen auf die Ansichten und Meinungen der Partner und die Fähigkeit, die Eskalation von Streitgesprächen zu verhindern, eng und positiv signifikant mit der Partnerschaftszufriedenheit zusammenhängen (Pearsons Produkt-Moment Korrelation:  $r = .65$  bis  $r = .77$ ). Im Gegensatz dazu korrelierte feindselige Kritik und das Erleben der schnellen Eskalation von Konflikten hoch negativ mit der wahrgenommenen Partnerschaftszufriedenheit ( $r = -.59$  bis  $r = -.67$ ). Als weitere Variablen wurden in dieser Untersuchung zum einen die Intensität der wahrgenommenen Probleme und die Einschätzung der eigenen Problemlösekompetenz erfasst. Erwartungsgemäß wurde festgestellt, dass die Häufigkeit des negativen Verhaltens mit der Intensität der wahrgenommenen Probleme positiv, mit der Einschätzung der eigenen Problemlösefähigkeit hingegen negativ zusammenhängt (Arellano & Markman, 1995, S. 323ff.; vgl. auch Hahlweg, 1986, S. 64ff.).

(2) Unter Berücksichtigung der *Selbst- und Fremdperspektive* auf das partnerschaftliche Konfliktverhalten untersuchte Kurdek (1994) in einer weiteren Fragebogenuntersuchung, wie häufig Paare nach eigenen Angaben bestimmte Konfliktverhaltensweisen zeigen - bzw. als Besonderheit dieser Studie - bei ihrer/ihrer jeweiligen PartnerIn wahrnehmen. Ausgehend von verschiedenen Beobachtungs- und Fragebogenverfahren (z.B. Gottman & Krokoff, 1989) entwickelte er den Fragebogen „Conflict Resolution Style Inventory (CRSI)“ zur Erfassung von Konfliktlösestilen. Die einzelnen Skalen dieses Fragebogens beziehen sich sowohl auf das eigene Verhalten (Selbtsicht) als auch auf das wahrgenommene Verhalten der PartnerIn (Fremdsicht).

Als Ergebnis seiner Untersuchung an 328 Paaren konnte er bei einem querschnittlichen Vergleich zeigen, dass „kämpferisches Konfliktverhalten“ und „Rückzugsverhalten“ bei allen Paaren unabhängig von der Perspektive signifikant negativ mit der aktuellen Partnerschaftszufriedenheit zusammenhing (Produkt-Moment Korrelationen zwischen  $r = -.21$  und  $r = -.47$ ). Signifikant positive Zusammenhänge zeigten sich sowohl bei der Selbst- als auch der Fremdperspektive zwischen „problembezogenem Konfliktverhalten“ und Partnerschaftszufriedenheit (zwischen  $r = .19$  und  $r = .37$ ). Interessanterweise hing die Skala „Nachgiebigkeit“ bei der Selbstperspektive negativ mit der Partnerschaftszufriedenheit zusammen (zwischen  $r = -.20$  und  $-.23$ ), wohingegen sich bei der Fremdperspektive keine signifikanten Zusammenhänge ergaben (vgl. Kurdek, 1994; S. 712ff.). Bei der korrelativen Übereinstimmungsanalyse (Produkt-Moment Korrelation) des selbsteingeschätzten Konfliktverhaltens mit dem wahrgenommenen Konfliktverhalten der Partner/in ergaben sich für nahezu alle Skalen signifikant positive Korrelationen (zwischen  $r = .19$  und  $r = .63$ ). Allerdings macht Kurdek leider keine Angaben darüber, ob sich zufriedene und unzufriedene Paare in der Übereinstimmung ihrer Konfliktverhaltenseinschätzungen unterscheiden (vgl. Kurdek, 1994, S. 716).

(3) In Ergänzung zu den Untersuchungen zu Einschätzung und gegenseitigen Wahrnehmung individueller Konfliktstrategien wurden – in eher systemtheoretisch geprägten Studien – *dya-dische Konfliktmuster* in Paarbeziehungen analysiert. In einer ganzen Reihe von Untersuchungen (z.B. Christensen, 1988; Christensen & Shenk, 1991; 1993) konnte - auch unter zusätzlicher Nutzung von Beobachtungsverfahren - gezeigt werden, dass sich Interaktionen in unglücklichen Beziehungen häufig durch das sogenannte „demand-withdrawal-pattern“ kennzeichnen lassen: Während die eine Person sich bei Konflikten engagiert und versucht, durch Kritik, Forderungen und Vorwürfe die andere Person zu einer Verhaltensänderung zu bewegen (demand), versucht die andere Person, sich durch Passivität, Schweigen und Vermeidungsverhalten aus dem Konflikt zurückzuziehen (withdrawal). Welches Verhalten den Anfang dieses „Teufelskreises“ darstellt, wird aufgrund uneindeutiger empirischer Ergebnisse aus Sequenzanalysen kontrovers diskutiert und letztlich als bidirektional eingeschätzt (vgl. Christensen & Heavey, 1990; Roberts & Krokoff, 1990). Entsprechend der Zwangsprozesshypothese wirkt sich dieses Konfliktmuster jedoch als besonders destruktiv auf die Partnerschaft aus, da es durch die Polarisierung der Konfliktstile zu einer langfristigen Verhärtung dysfunktionaler Kommunikationsstrategien („eskalierende Teufelskreise“) und der weiteren Abnahme der Partnerschaftszufriedenheit kommt (Christensen & Pasch, 1993; Heavey, Christensen & Malamuth, 1995).

Unter Berücksichtigung von Geschlechterunterschieden zeigten diese Untersuchungen zudem, dass bei konflikthafter Auseinandersetzungen in der Partnerschaft eher die (Ehe-)Frauen die Auseinandersetzung verlangten und sich engagieren (*demand*), wohingegen die (Ehe-)Männer eher versuchten, sich der konflikthafter Auseinandersetzung zu entziehen (*withdrawal*) oder Auseinandersetzungen vermieden (Christensen & Heavey, 1990; Christensen & Shenk, 1991; Hojjat, 2000; zusammenfassend: Julien, Arellano & Turgeon, 1997, S. 108ff.).

Als theoretische Erklärung dieser geschlechterspezifischen Unterschiede zum „demand-withdrawal-pattern“ werden in der Forschungsliteratur zwei - sich ergänzende - Erklärungsansätze unterschieden (Caughlin & Vangelisti, 2000; Klein & Johnson, 1997):

(a) Mit Blick auf die „Struktur“ von Konflikten (*conflict structure perspective*) werden strukturelle Ungleichheiten bei der Verteilung von Status und Macht zwischen Frauen und Männern für die Unterschiede verantwortlich gemacht: Dieser Hypothese zufolge engagieren sich weibliche Partnerinnen vor allem deshalb bei Konflikten, um mehr Status und Einfluss zu erlangen, wohingegen Männer sich aus Konflikten zurückziehen, da sie kein Interesse an einer Veränderung des für sie günstigen status quo haben. Diese Hypothese konnte in einigen empirischen Untersuchungen indirekt bestätigt werden, in denen bei der Analyse des Konfliktverhaltens berücksichtigt wurde, von wem das Anliegen eingebracht wurde: Ging es um ein Anliegen der Frau, zeigten sich das wife/demand-husband/withdrawal-pattern deutlich, wohingegen sich bei der Diskussion um ein Anliegen des Mannes dieses Muster nicht zeigte (z.B. Christensen & Heavey, 1990) oder aber genau invers die Männer deutlich mehr drängendes, die Frauen eher Rückzugsverhalten zum Ausdruck brachten (Klinetob & Smith, 1996).

(b) Eine andere Erklärung fokussiert auf individuelle Differenzen (*individual difference perspective*): Neben psychophysiologischen Geschlechterunterschieden (Gottman & Levenson, 1986; Gottman, 1994) werden unterschiedliche kognitive Bedürfnisse und Beziehungsvorstellungen für das Auftreten der Geschlechterunterschiede bei Konflikten verantwortlich gemacht: So konnten z.B. Christensen & Shenk (1991) zeigen, dass das Konfliktengagement der Frauen mit dem Bedürfnis nach mehr partnerschaftlicher Nähe, das Rückzugsverhalten der Männer hingegen eng mit dem Bedürfnis nach Unabhängigkeit zusammenhing. Ein ausgeprägtes demand-withdraw-pattern des Konfliktverhaltens zeigten in dieser Untersuchung insbesondere die (unzufriedenen) Paare, die eine hohe Diskrepanz zwischen dem Bedürfnis nach Nähe (Frauen) und dem Bedürfnis nach Unabhängigkeit (Männer) aufwiesen (Heavey, Layne & Christensen, 1993).

Eine interessante Unterstützung dieser individuumsbezogenen These findet sich auch bei der Berücksichtigung individueller Beziehungskonzepte: So stellte Hassebrauck (1995) bei der Analyse von Kognitionen zur Beziehungsqualität (Erfassung der subjektiven Relevanz verschiedener Beziehungsmerkmale von Studierenden) signifikante Geschlechterunterschiede fest: Bei einem Vergleich von Frauen und Männern waren für die Männer das „Zurückstecken“ und „wenig Streit“ zentraler für eine gute Beziehung als für die Frauen, wohingegen für die Studentinnen unter anderem „Diskussionsbereitschaft“; „Konfliktbereitschaft“ und „Bewahren der Individualität“ relevanter für eine gute Beziehung war als für die Studenten (vgl. Hassebrauck, 1995, S.169).

In jüngster Zeit konnte zudem gezeigt werden, dass auch basale Persönlichkeitsvariablen wie Extraversion, Neurotizismus, mangelnde Flexibilität und die Tendenz, die Gründe für Konflikte zu externalisieren, mit einem geschlechterspezifischen „demand-withdraw-Verhalten“ zusammenhängen (Caughlin & Vangelisti, 2000, S. 538ff.). Die Aufrechterhaltung des „Teufelskreises“ aus Drängen der Frau und Rückzug des Mannes wird zudem mit der Hilflosigkeit der Paare – insbesondere der Männer – zu erklären versucht (z.B. Acitelli & Young, 1996), was jedoch (m.W.) bislang explizit nicht empirisch untersucht wurde.

### **Zwischenfazit zu den Ergebnissen aus Querschnittsuntersuchungen**

Zusammenfassend kann festgehalten werden, dass in querschnittlichen Beobachtungs- und Fragebogenuntersuchungen die theoretischen Annahmen bestätigt werden konnten, dass sich zufriedene und unzufriedene Paare in ihrem Kommunikations- und Konfliktverhalten deutlich unterscheiden. Entsprechend der *Reziprozitätsthese* zeigen unzufriedene Paare nicht nur deutlich häufiger „negativ“-bestrafendes Kommunikationsverhalten als zufriedene Paare, sondern weisen auch eine deutlich höhere Reziprozität dieser Interaktionsmuster auf als zufriedene Paare (Hahlweg, 1986). Mit Blick auf die *Zwangsprozesshypothese* zeigte sich, dass sich Konflikte in unzufriedenen Partnerschaften häufig durch das „demand-withdrawal-pattern“ auszeichnen, bei dem ein Partner nach einer Veränderung drängt, der andere hingegen sich diesem Wunsch verschließt und es im Verlauf der Auseinandersetzung zu dysfunktionalen „Teufelskreisen“ aus Anklagen, Rechtfertigungen, Beschimpfungen und Rückzugsverhalten kommt (zusammenfassend Christensen & Walczynski, 1997).

Diese Querschnittsuntersuchungen geben zwar wichtige Hinweise auf Unterschiede im Konfliktverhalten zwischen zufriedenen und unzufriedenen Paaren, doch lassen sie keine Aussagen darüber zu, ob sich diese Variablen auch als langfristige Prädiktoren für die Veränderung der Partnerschaftszufriedenheit erweisen. In den letzten Jahren wurde daher versucht, mehr Aufschluss über Variablen zu bekommen, die eine valide Prognose des *Verlaufs einer Partnerschaft* ermöglichen können.

### **2.1.3 Ergebnisse längsschnittlicher Beobachtungs- und Fragebogenuntersuchungen**

Auf der Suche nach Prädiktoren für die *Veränderung* der partnerschaftlichen Zufriedenheit sowie der Beziehungsstabilität wurden in einer rasant zunehmenden Anzahl (z.T. prospektive) Längsschnittuntersuchungen durchgeführt (zum Überblick: Bodenmann, 1996; Bradbury, 1998; Karney & Bradbury, 1995). Mit Blick auf die Prävention von Beziehungsstörungen waren neben Vulnerabilitäten und „pathogenetischen“ Defiziten als Bedingungen für Partnerschaftsprobleme auch protektive Faktoren und Resilienzeffekte von Interesse (Hahlweg, Baucom, Bastine, & Markman, 1998, hier insbesondere Felser, Schmitz & Brandstädter, 1998; Lösel & Bender, 1998). Zudem wurden neben dem Verhalten zunehmend kognitive und emotionale Faktoren herangezogen (z.B. Johnson & Greenberg, 1994) und sowohl bei der Theoriebildung als auch bei der Entwicklung partnerschaftsbezogener Präventions- und Interventionsmaßnahmen mitberücksichtigt (zu aktuellen Überblicken: Halford & Markman, 1997; Kaiser, 2000; Sulz, 2000).

Mit dem Ziel einer Bestandsaufnahme analysierten Karney & Bradbury (1995) in einer Metaanalyse die empirischen Ergebnisse von insgesamt 115 internationalen Längsschnittuntersu-

chungen. Die Daten berücksichtigen dabei über 200 Variablen und beziehen sich auf Informationen aus über 45.000 Partnerschaften.

Als entscheidendes Ergebnis zeigte sich, dass weniger soziodemographische Variablen (wie z.B. Alter, Bildung, sozioökonomischer Status) als Prädiktoren für den Verlauf einer Partnerschaft geeignet sind, sondern insbesondere das partnerschaftliche Interaktionsverhalten in engem Zusammenhang dem Verlauf der Qualität sowie der Stabilität einer Partnerschaft steht.

Lösel & Bender (1998) fassen die empirischen Ergebnisse der Metaanalyse von Karney & Bradbury (1995) tabellarisch zusammen (vgl. Tab. 1).

Tabelle 1: Effektstärken von Prädiktoren für Ehestabilität und Ehezufriedenheit, geordnet nach Stärke des Zusammenhangs mit Ehestabilität; zitiert nach Lösel & Bender (1998, S. 36; in Klammer Anzahl der zugrundeliegenden Studien)

<b>Prädiktoren/Kriterien</b>	<b>Ehestabilität</b>	<b>Ehezufriedenheit</b>
Positives Verhalten des Mannes	.46 (2)	.18 (4)
Positives Verhalten der Frau	.33 (1)	.04 (10)
Vermeidungsverhalten der Frau	-	.13 (4)
Einstellungsähnlichkeit	.28 (3)	.10 (4)
Ehezufriedenheit	.26 (10)	.28 (6)
Sexuelle Zufriedenheit	.24 (3)	.18 (2)
Maskulinität	.14 (3)	.11 (6)
Bildung	.12 (14)	.09 (2)
Persönlichkeitsähnlichkeit	.11 (1)	.31 (2)
Einkommen des Mannes bzw. der Familie	.11 (6)	.12 (6)
Alter	.11 (14)	-
Alter bei der Heirat	.11 (7)	-
Positives Verhalten des Paares	.09 (3)	.36 (8)
Positive Reziprozität	-.44 (1)	-.20 (1)
Negatives Verhalten des Mannes	-.37 (2)	-.15 (15)
Negatives Verhalten der Frau	-.34 (2)	-.21 (12)
Neurotizismus	-.21 (13)	-.16 (12)
Elterliche Scheidung	-.19 (5)	-.24 (4)
Negatives Verhalten des Paares	-.17 (4)	-.30 (4)
Stress	-.14 (3)	-.26 (5)
Voreheliches Zusammenwohnen	-.13 (4)	-
Offenheit	-.12 (4)	-.03 (4)
Negative Reziprozität	-.11 (1)	-.32 (2)
Unglückliche Kindheit	-.11 (4)	-.23 (8)
Voreheliche Schwangerschaft	-.10 (3)	-
Depressivität	-.10 (1)	-.12 (4)
Ehedauer	-.05 (3)	-.23 (7)
Aufregung während des Streites	-	-.33 (4)
Unangepasste Attributionen	-	-.24 (4)
Vermeidungsverhalten des Mannes	-	-.14 (4)

Anmerkung: Um die Darstellung der vielfältigen Ergebnisse der Untersuchung von Karney & Bradbury zu vereinfachen, unterscheiden Lösel & Bender, (1998, S. 35ff) nicht wie im Original zwischen den Ergebnissen der verschiedenen Datenquellen (Frau, Mann, Paar), sondern errechneten aufgrund vergleichbarer Zusammenhänge einen gemeinsamen Effektstärke-Index.

Ohne hier im einzelnen auf die Ergebnisse dieser Metaanalyse eingehen zu können (vgl. hierzu Braukhaus et al., 2000, S. 176ff.; Karney & Bradbury, 1995, S. 17ff.; Lösel & Bender,

1998, S. 37ff.), fallen zunächst die insgesamt geringen Effektstärken der einzelnen Variablen auf. Da den verschiedenen Längsschnittstudien unterschiedliche Theorien zugrundelagen (Bindungstheorie-, Belastungs-Ressourcen-Theorie, soziale Austausch- und Verhaltenstheorie; vgl. Karney & Bradbury, 1995, S. 4ff.), wird die Integration der verschiedenen theoretischen Ansätze postuliert (Lösel & Bender, 1998). Karney & Bradbury (1995) merken in diesem Zusammenhang an, dass viele der Untersuchungen sich nicht explizit auf einen bestimmten theoretischen Hintergrund bezogen, wodurch eine Zuordnung und Prüfung theoriebezogener Aussagen erschwert wird.

Insgesamt zeigen die Ergebnisse bezüglich der *Stabilität einer Ehe/Partnerschaft*, dass sich das konkrete Kommunikations- und Konfliktverhalten der Partner/innen als der beste Prädiktor für die Stabilität erweist: Sowohl das als „positiv“ bezeichnete Verhalten (z.B. Zeigen von Zuneigung, Mitteilen von positiven Gefühlen, gegenseitige Unterstützung) sowie das „negativ“ Verhalten der Partner (z.B. kritische Bemerkungen, Zeigen von negativen Gefühlen, Ablehnen von Wünschen) hängt den Befunden zufolge eng mit der Stabilität der Ehe zusammen. Eine ganze Reihe neuerer Untersuchungen bestätigen, dass Bewältigungsfähigkeiten eines Paares im Umgang mit Belastungen und Konflikten („dydisches Coping“) als ein entscheidender Prädiktor für die *Stabilität* einer Partnerschaft angesehen werden kann (Bodenmann, 2001; Bradbury, Fincham & Beach, 2000; Gottman & Notarius, 2000).

Weniger eindeutig waren die Ergebnisse zur *partnerschaftlichen Zufriedenheit*:

Zwar zeigte sich in den analysierten Untersuchungen häufig, dass „offensive“ Konfliktstrategien wie verbale Beschuldigungen, offene Kritik (criticism), feindselige Bemerkungen (Zynismus, Sarkasmus) und körperliche Aggressionen mit einer Abnahme der (späteren) Partnerschaftszufriedenheit zusammenhing. Auch „defensives“ Konfliktverhalten wie Rückzugs- und Vermeidungsverhalten (withdrawal; stonewalling), Sturheit (stubbornness), übertriebene Nachgiebigkeit/Unterwerfung oder das einseitige Verleugnen von Konflikten erwiesen sich als wichtiger Prädiktor für die Verschlechterung einer Beziehung. In einigen Längsschnittuntersuchungen kam es jedoch zu unerwarteten Befunden. Entgegen der ursprünglichen Vermutung wurde festgestellt, dass als „negativ“ klassifiziertes Verhalten wie „Äußern von Kritik“, „Zeigen von Ärger und Unzufriedenheit“ oder auch „Rückzugsverhalten“ und die „Vermeidung offener Auseinandersetzungen“ *positiv* mit der späteren Partnerschaftszufriedenheit korrelierte (sog. „reversal effects“; Fincham & Beach, 1999; S. 52ff.):

So stellten Gottman & Krokoff (1989) in einer Längsschnittuntersuchung mit 55 Paaren entgegen ihrer Erwartung fest, dass offensives „zum Ausdruck bringen“ von Unzufriedenheit/Ärger und Kritik (criticism) bei Konflikten zwar hoch signifikant *negativ* mit der *aktuellen* Partnerschaftszufriedenheit, jedoch signifikant *positiv* mit der *zukünftigen* Partnerschaftszufriedenheit drei Jahre später zusammenhing (Gottman & Krokoff, 1989, S. 50). Zudem korrelierte zustimmendes (approve) und anpassendes (assent) Verhalten der Frauen zwar positiv mit der aktuellen Zufriedenheit der Paare, doch nahm die Partnerschaftszufriedenheit bei diesen Paaren über die Zeit hinweg deutlich ab. Das zum Zeitpunkt 1 in der Beobachtungsstudie registrierte Vermeidungs- und Rückzugsverhalten der Männer erwies sich als besonders de-

struktiv für die gemeinsame Paarzufriedenheit nach drei Jahren. Zusammenfassend interpretieren die Autoren diese Befunde als Hinweis darauf, dass Paare, die ihre Konflikte offen austragen, zwar kurzfristig unzufriedener mit ihrer Beziehung sind, langfristig jedoch eine positivere Prognose bezüglich der partnerschaftlichen Zufriedenheit bzw. des partnerschaftlichen Zusammenhalts haben können (vgl. auch Karney et al., 1997, S. 1089)

Auch Heavey, Layne & Christensen (1993) stellten in einer Beobachtungsuntersuchung zu Auswirkungen spezifischer *dyadischer Konfliktmuster* auf der Grundlage von 29 Paaren fest, dass zwar das geschlechterstereotype „demand-withdraw-pattern“ bei Konflikten – zunehmendes Drängen der (Ehe-)Frau  $\Leftrightarrow$  zunehmender Rückzug des (Ehe-)Mannes – ein wichtiger Prädiktor für der *Abnahme* der Partnerschaftszufriedenheit darstellt. Interessante und gegenteilige Befunde zeigten sich jedoch bei Paaren, die nicht das „rollenstereotype Muster“ (demand/wife – withdrawal/husband) aufwiesen, sondern bei denen eher der männliche Partner seinen Unmut zum Ausdruck brachte und die weibliche Partnerin sich vorwiegend zurückzog. In Partnerschaften, in denen zum Zeitpunkt 1 das „rollenuntypische“ Muster demand/husband – withdrawal/wife beobachtet werden konnte, korrelierte dies zwar negativ mit der aktuellen Partnerschaftszufriedenheit, jedoch positiv mit der Partnerschaftszufriedenheit ein Jahr später (Heavey et al., 1993, S. 24; vgl. auch Heavey, Christensen & Masamuth, 1995). Vor allem das offene Konfliktengagement (demand) der unzufriedenen Männer korrelierte hoch signifikant *positiv* mit der Zufriedenheit der Ehefrauen ein Jahr später. Hingegen ergaben sich keine klaren Prädiktoren für die Veränderung der Partnerschaftszufriedenheit der (Ehe-)Männer auf der Grundlage des unterschiedlichen Konfliktverhaltens (vergleichbare Befunde bei Noller, Feeney, Bonnell & Callan, 1994; Noller & Feeney, 1998).

Die Ergebnisse dieser Studien, in denen sowohl die offene Kritik und das Äußern „negativer“ Gefühle wie Ärger als auch Rückzug und Vermeidungsverhalten (sog. „negatives Verhalten“) zwar mit der *aktuellen* Paarzufriedenheit *negativ*, mit der *zukünftigen* Paarzufriedenheit jedoch *positiv* zusammenhängen, regten neben methodischer Kritik (Woody & Constanco, 1990) und konzeptuellen Auseinandersetzungen (Sher & Weiss, 1991; Smith, Vivian & O’Leary, 1991) eine ganze Reihe weiterer Längsschnittuntersuchungen zu diesem – als „reversal effect“ bezeichneten - Phänomen an. Die Ergebnisse konnten jedoch nicht immer eindeutig repliziert werden, was vermutlich mit unterschiedlichen Fragestellungen, methodischen Zugängen und Auswertungsverfahren zusammenhängt. Doch bestätigten auch neuere Untersuchungen unter Berücksichtigung des „synergetischen“ Zusammenspiels verschiedener Konfliktmuster sowie internaler und externaler Moderatorvariablen, dass das häufig als „negativ“ bezeichnete Konfliktverhalten langfristig auch positive Konsequenzen haben kann. Sowohl in Bezug auf impulsiv-offenes Konfliktverhalten als auch bezüglich der Vermeidung offener Auseinandersetzungen konnte gezeigt werden, dass die „Negativität“ des Konfliktverhaltens differenzierter zu analysieren und zu bewerten ist, als dies durch Querschnittsuntersuchungen zunächst nahegelegt wurde (Fincham & Beach, 1999):

- Mit Blick auf das *impulsiv-offene Konfliktverhalten* (persönliche Kritik, Zeigen von Ärger und Wut) stellte u.a. Kurdek (1995) in einer längsschnittlichen Fragebogenuntersuchung an

155 Paaren fest, dass unter Berücksichtigung synergetischer („synergistic“) Interaktionseffekte das engagiert-impulsive Konfliktverhalten der *Männer* (Selbsteinschätzung) *positiv* mit ihrer Partnerschaftszufriedenheit nach 2 Jahren zusammenhing (multiple Regressionsanalysen). Dieser Effekt zeigte sich jedoch nur, wenn die weiblichen Partnerinnen angaben, sich nicht aus den Konflikten zurückzuziehen (non-withdrawal). Zusätzlich wirkte sich die selbstberichtete Nachgiebigkeit (compliance) der Männer in Verbindung mit häufigem Rückzugsverhalten der Frauen positiv auf die Zufriedenheit der Männer nach zwei Jahren aus. Interessanterweise zeigten sich im Gegensatz zu früheren Untersuchungen keine derartigen Effekte in Bezug auf die Zufriedenheit der Frauen (Kurdek, 1995, S. 162).

In einer Längsschnittstudie von Cohan & Bradbury (1997) mit 60 frischvermählten Paaren zeigte sich, dass der zum Ausdruck gebrachte Ärger von *Frauen* dann (regressionanalytisch) zu einer Verbesserung der Zufriedenheit der Frauen nach 18 Monaten führte, wenn die Frauen sich zum Zeitpunkt 1 als stark belastet beschrieben und eine erhöhte Depressivität aufwiesen. Im Gegensatz dazu hatte in dieser Untersuchung der von Männern gezeigte Ärger keine positiven Auswirkungen auf die beidseitige Partnerschaftszufriedenheit (Cohan & Bradbury, 1997, S. 118ff.). Ergänzend stellten Pasch & Bradbury (1998) fest, dass der offensive Umgang mit Ärger sich nur dann negativ auf die partnerschaftliche Zufriedenheit (von Frauen und Männern) auswirkte, wenn die Partner sich gegenseitig als wenig unterstützend bei der Bewältigung von Konflikten wahrnahmen (Pasch & Bradbury, 1998, S. 222ff.).

- Auch in Bezug auf die langfristigen Konsequenzen von *Vermeidungs- und Rückzugsverhalten* auf die Partnerschaftszufriedenheit stellte Roberts (2000, S. 396ff.) widersprüchliche Ergebnisse in verschiedenen Untersuchungen fest. In ihrer eigenen umfassenden Untersuchung fand die Autorin auf der Grundlage der Beobachtungs- und Fragebogendaten von 77 frischvermählten Paaren heraus, dass das Rückzugsverhalten der untersuchten Männer *nicht* mit einer Abnahme der Partnerschaftszufriedenheit der Frauen nach drei Jahren zusammenhing. Statt dessen erwies sich das offen-feindselige Konfliktverhalten der männlichen Partner (regressionsanalytisch) als besonders destruktiv für die Partnerschaftszufriedenheit der Frauen. Genau entgegengesetzt die Ergebnisse zur Zufriedenheit der Männer: Die Abnahme ihrer Partnerschaftszufriedenheit hing mit dem Rückzugsverhalten, nicht jedoch mit feindselig-reziprotem Verhalten der Partnerinnen zusammen. Die Autorin hebt hervor, dass ihre Befunde genau im Widerspruch zu populärwissenschaftlichen Vorurteilen stehen, denen zufolge Partnerschaften durch „feindselige, nörgelnde Frauen“ und „emotional zurückgezogene Männer“ gefährdet würden. Statt dessen zeigten ihre Befunde, dass die Paarzufriedenheit dann abnahm, wenn in den Partnerschaften die Männer als nörgelnd-kritisierend und die Frauen als zurückgezogen und eher desinteressiert eingeschätzt wurden. Nach Ansicht der Autorin ist aufgrund der Ergebnisse weiter zu prüfen, inwiefern die Wahrnehmung von Verhalten, das nicht den Stereotypen entspricht, sich besonders destruktiv auf die Partnerschaftszufriedenheit auswirkt bzw. Geschlechterstereotypen der PartnerInnen („Frauen/Männer sind nun mal so“) eine Pufferfunktion für die Zufriedenheit der Paare zukommt (Roberts, 2000, S. 701ff.).



### **Zwischenfazit**

Zusammenfassend ist festzuhalten, dass im Kontext der verhaltensbezogenen Partnerschaftsforschung eine ganze Reihe individueller Konfliktstrategien und interpersonaler Konfliktmuster identifiziert werden konnte, die sowohl mit der aktuellen Partnerschaftszufriedenheit als auch mit der zukünftigen Beziehungszufriedenheit zusammenhängen (zusammenfassend: Bodenmann, 2001; Gottmann & Notarius, 2000; Weiss & Heymann, 1997):

Als Ergebnis der *Querschnittsuntersuchungen* zeigte sich, dass unzufriedene Paare sich bei Konflikten feindseliger verhalten als zufriedene Paare (unabhängig davon, ob sie ihre Feindseligkeit zeigen oder aber versuchen, sie zu unterdrücken). Zudem lässt sich das Konfliktverhalten von unzufriedenen Paaren durch markante dyadische Konfliktmuster kennzeichnen, wobei sowohl kurzfristige als auch langfristige destruktive Eskalationen („Teufelskreise“) des Streitverhaltens, bestehend aus Anklagen, Angriffen, Vorwürfen und Bagatellisierungen, Beschwichtigungen und Rückzugsverhalten als maßgeblich angesehen werden. Zufriedene Paare hingegen schaffen es, derartige „Eskalationsschleifen“ zu durchbrechen, indem sie bei konflikthafter Auseinandersetzungen häufiger einlenken, eigene Fehler eingestehen und versuchen, den Konflikt in beidseitigem Interesse zu lösen.

Weniger eindeutig sind die Befunde zu *langfristigen Auswirkungen* des Konfliktverhaltens: Zwar herrscht als empirisches Ergebnis bisheriger *Längsschnittuntersuchungen* im wesentlichen Einigkeit darüber, dass feindselig-aggressives Konfliktverhalten negative Konsequenzen für die Partnerschaft nach sich zieht. Unklarheit besteht jedoch darüber, ob das Zeigen von Ärger, Unzufriedenheit und Kritik *generell* negative Konsequenzen auf die Partnerschaft hat und von welchen Bedingungen dies im Einzelfall abhängt. Denn sowohl offensives Konfliktverhalten (z.B. Vorwürfe und das impulsive Zeigen von Ärger) wie auch der defensive Umgang mit Konflikten (Vermeidung von Auseinandersetzungen; Rückzug) kann den empirischen Befunden zufolge jeweils positive wie negative Konsequenzen für die zukünftige Partnerschaftszufriedenheit nach sich ziehen (zum Überblick: Fincham & Beach, 1999; S. 52ff.; Roberts, 2000, S. 693ff.).

Unter theoretischer wie methodologischer Perspektive wird die Auseinandersetzung mit den Konsequenzen des Konfliktverhaltens durch unterschiedliche Operationalisierungen sowie die mangelnde konzeptuelle Klärung zentraler Konstrukte erschwert (Bradbury et al., 2000, S. 975; Fincham et al., 1999). In Bezug auf das häufig tautologisch genutzte und zirkulär definierte Konzept der „Negativität“ („negatives Verhalten ist negativ für die Partnerschaft“) stellen beispielsweise Weiss & Heyman (1997, S. 31) lakonisch fest: „Defining negativity is a bit like the US Supreme Courts definition of pornography: I know it when I see it“.

Sowohl diese Probleme bei einer präzisen Beschreibung zentraler Konstrukte als auch die uneindeutigen Befunde zu den langfristigen Konsequenzen des Konfliktverhaltens zeigen die Notwendigkeit, für die Beschreibung und Erklärung des Konfliktverhaltens sowie der Konsequenzen auf die Partnerschaft die *kognitiv-emotionalen Bedingungen* stärker zu berücksichtigen. Im Folgenden werde ich mich daher mit den internalen Faktoren des Konfliktverhaltens befassen und die m.E. wichtigsten Ergebnisse zusammenfassen.

## 2.2 Kognitiv-emotionale Bedingungen partnerschaftlichen Konfliktverhaltens

Die verhaltenstheoretisch orientierte Partnerschaftskonfliktforschung analysierte lange Zeit primär die Zusammenhänge von gezeigtem Konfliktverhalten (als Explanans bzw. unabhängige Variable) und Partnerschaftsstabilität bzw. –zufriedenheit (als Explanandum bzw. abhängige Variable). An den antezedenten Bedingungen unterschiedlicher Formen des Konfliktverhaltens war die frühe Partnerschaftsforschung vergleichsweise wenig interessiert (zu dieser Kritik vgl. Fincham & Bradbury, 1990; Fitness, 1996). Auf der Suche nach psychologischen Erklärungen für das Konfliktverhalten sowie dem Ziel, therapeutische Ansatzpunkte für die Modifikation destruktiven Konfliktverhaltens zu erarbeiten, wurde das Interesse zunehmend auch auf subjektive/internale Variablen ausgeweitet (zum Überblick: Fletcher & Fincham, 1991; Fletcher & Fitness, 1996; Noller, Beach & Osgarby, 1997).

Da davon ausgegangen wurde, dass Attributionsprozesse sowohl bei der Wahrnehmung und Bewertung des Partnerverhaltens als auch für das eigene Konfliktverhalten von zentraler Bedeutung sind, lag der Schwerpunkt der empirischen Forschung zunächst vor allem auf „formalen“ Kausal- bzw. Verantwortlichkeitsattributionen der Paare (vgl. Bradbury & Fincham, 1990; Fletcher & Fincham, 1991). Ergänzend wurden zunehmend „inhaltliche“ Aspekte (z.B. Wertüberzeugungen/Standards) in die theoretischen Modelle und Untersuchungen miteinbezogen (Baucom et al., 1989; Baucom et al., 1996; Epstein, Baucom & Rankin, 1993) und emotionale Strukturen und Prozesse bei der Analyse und Modifikation des Konfliktverhaltens berücksichtigt (z.B. Fitness & Strongman, 1991; Fitness, 1996; Johnson & Greenberg, 1994).

Explizit mit Blick auf partnerschaftliches Konfliktverhalten entwickelten Fincham, Bradbury & Grych (1990) auf der Grundlage eines übergreifenden kognitiven Ansatzes der partnerschaftlichen Interaktion („contextual model“; vgl. Bradbury & Fincham, 1988) ein umfassendes attributionstheoretisches „Konflikt-Prozess-Modell“ unter Berücksichtigung kognitiver, emotionaler und behavioraler Facetten:

In Anlehnung an attributionstheoretische Motivations- und Emotionsmodelle (z.B. Weiner, 1986; Lazarus, 1990) gehen die Autoren davon aus, dass bei Interaktionen das wahrgenommene Verhalten einer Person zunächst spontan positiv, negativ oder neutral in Relation zu den eigenen Zielen, Bedürfnissen und Motiven von der Partnerin bewertet wird (primary appraisal). Ob das Verhalten (oder ein Ereignis) als unangebracht und standardverletzend eingeschätzt wird, ist zum einen abhängig von individuellen Wertvorstellungen und der Beziehungsgeschichte, zum anderen von der Einschätzung, ob die wahrnehmende Person in einer vergleichbaren Situation ähnlich gehandelt hätte.

In einem zweiten Schritt (secondary appraisal) werden unter Rückgriff auf die Kausalattribution dimensionsdimensionen (Lokalität, Stabilität und Globalität) und unter Berücksichtigung von Verantwortlichkeitsattributionen (Intentionalität und Kontrollierbarkeit) die Ursachen/Gründe des Partnerverhaltens eingeschätzt.

In Abhängigkeit dieses Bewertungs- und Attributionsprozesses (aus dem z.B. ein Schuldvorwurf resultieren kann) ergeben sich nach Ansicht der Autoren spezifische Emotionen: Ärger, wenn sich eine Vorwurf-Attribution auf die andere Person richtet, Scham und Schuld bei selbstbezogener Attribution, Trauer, wenn sich die Attribution auf die Partnerschaft richtet.

Die Intensität der Gefühle ist dabei abhängig von der Anzahl und Bedeutsamkeit der verletzten Bedürfnisse.

Zu Hilf- und Hoffnungslosigkeit kommt es, wenn zusätzlich zu den Attributionsprozessen die Effizienz der Situationsbewältigung (efficacy expectations; Dimensionen: magnitude, generality, strength) negativ eingeschätzt wird. Das Verhältnis zwischen Affekt und Attribution wird als bidirektional beschrieben (S. 175), da sich Affekte wiederum auf die Attributionen auswirken können. Dem potenziellen Einwand, dass Konfliktverhalten häufig automatisch abläuft und nicht von derart komplexen Einschätzungen abhängt, halten die Autoren entgegen, dass diese Einschätzungsprozesse nicht bewusst ablaufen müssen und sich das Verhalten bei Konflikten zudem im Laufe der Beziehungsgeschichte automatisiert.

Das letztlich gezeigte Konfliktverhalten ist nach dieser Theorie insgesamt abhängig von zwei Bedingungskomplexen: zum einen von den situativen (proximalen) Bewertungsprozessen bzw. spezifischen Emotionen (vgl. Fincham, Bradbury & Grych, 1990, S.164ff.), zum anderen von relativ stabilen (distalen) individuellen Erwartungen und Wertüberzeugungen (zusammenfassend Bradbury & Fincham, 1991; Fitness, 1996, S. 206ff.).

Auch wenn dieses Rahmenmodell (m.W.) bislang nicht explizit empirisch überprüft wurde, lassen sich die Ergebnisse der Fülle an Untersuchungen zu psychologischen Bedingungen des Konfliktverhaltens den einzelnen Facetten dieses Modell zuordnen. Zudem besteht ein entscheidender Vorteil dieses Modells in der Berücksichtigung emotionaler Faktoren, die in anderen kognitiven Konfliktmodellen vernachlässigt werden: "In sum, our model ist among the first to provide an account of cognitive and affektive processes in conflict" (Fincham, Bradbury & Grych, 1990, S. 178).

Im Folgenden werde ich mich auf die m.E. wichtigsten empirischen Befunde im Sinne proximaler und distaler Bedingungen beschränken, die insbesondere für die weitere Auseinandersetzung mit Ärger und Zorn in Paarbeziehungen relevant sind.

### **2.2.1 Situative Wahrnehmungs- und Attributionsprozesse bei Konflikten**

Unterschiede in der Wahrnehmung und Attribution des partnerschaftlichen Verhaltens bei zufriedenen und unzufriedenen Paaren waren Gegenstand einer Reihe empirischer Untersuchungen (vgl. Baucom & Epstein, 1990, S. 68ff; Bradbury & Fincham 1990; Fincham, 1985). Als Ergebnis dieser Untersuchungen lässt sich zusammenfassen, dass sich unzufriedene Paare von zufriedenen Paaren dadurch unterscheiden, dass unzufriedene Partner/innen ihren Partnern vor allem „schlechte/böse“ („maladaptive“) Gründe und Absichten bei (konflikthaften) Interaktionen unterstellen. In einer Metaanalyse über 23 Studien zu Attributionen in Partnerschaften stellten Bradbury & Fincham (1990) zusammenfassend fest, dass unzufriedene Partner/innen negativ wahrgenommenes Verhalten der Partner als internal, stabil, global, beabsichtigt, kontrollierbar, freiwillig, selbstsüchtig, schändlich und im Sinne eines traits („typisch für ihn/sie“) wahrnehmen, positives Verhalten hingegen external, instabil, spezifisch, unbeabsichtigt, unkontrollierbar, unfreiwillig, ebenfalls selbstsüchtig, kaum lobenswert und state („es war eine Ausnahme“) attribuieren. Zufriedene Paare hingegen attribuieren das Verhalten der

Partner jeweils in die andere Richtung der Attributions-Dimensionen (vgl. Fincham & Bradbury, 1990, S. 13ff; Noller & Ruzzene, 1991).

Präzisieren lassen sich diese Ergebnisse durch Untersuchungen, in denen explizit Perspektivenunterschiede bei der Interpretation konflikthafter Ereignisse berücksichtigt wurden: Aus gerechtigkeitspsychologischer Sicht analysierte beispielsweise die Arbeitsgruppe um Mikula (1994; Mikula et al., 1997) Attributionen bei ungerechten/negativen Ereignissen in Partnerschaften unter Berücksichtigung unterschiedlicher Perspektiven (Sicht der „Täter“ vs. Sicht des „Opfers“). In mehreren Untersuchungen (vgl. Mikula, Athenstaedt, Heimgartner & Heschgl, 1997) wurden PartnerInnen zunächst gebeten, unabhängig voneinander jeweils ein Erlebnis zu berichten, in denen sie ungerecht behandelt worden waren, sowie ein Ereignis, in dem sie selbst ihre PartnerIn ungerecht behandelt hatten. In einem zweiten Schritt wurden den Untersuchungspersonen die von ihrer PartnerIn genannten Vorkommnisse genannt und sie gebeten, diese aus ihrer eigenen Sicht zu schildern und anhand verschiedener Attributionsdimensionen zu beurteilen. Als Ergebnis zeigte sich, dass die „Opfer“/Leidtragenden ungerichteter Verhaltensweisen die Verantwortlichkeit und Schuld (Ursächlichkeit) der Verursacher hervorheben, um - so die leider nicht empirisch überprüfte Interpretation - sowohl den „Täter“ gerechtfertigterweise bestrafen zu können, als auch das (positive) Selbstkonzept und das soziale Image aufrechtzuerhalten (Mikula 1994, S. 180). Die „Opfer“ hingegen beschreiben das erfahrene Ereignis als ungerechter und schwerwiegender als die „Täter“ und attribuieren mehr auf Ursächlichkeit, Vorhersehbarkeit, Kontrollierbarkeit und Intentionalität (o.c. S.183). „Täter“ entschuldigen ihr (negatives) Verhalten mit äußeren Umständen (Situationen/Personen), eigenem Temperament oder unter Bezug auf übergeordnete höhere Werte. Diese Perspektivenunterschiede zeigen sich insbesondere bei unzufriedenen Paaren, bei denen die „Opfer“ die negativen Ereignisse als ungerechter, schwerwiegender, ungerechtfertigter beurteilen und mehr auf Ursächlichkeit, Kontrollierbarkeit und Absichtlichkeit attribuieren als bei zufriedenen Paaren. Je unzufriedener die Partnerschaften, um so anklagender reagieren die „Opfer“ und um so (selbst)verteidigender die „Täter“. Mit anderen Worten: Die Verantwortung für den Konflikt wird bei unzufriedenen Paaren jeweils der anderen Person zugeschoben. Bei zufriedenen Paaren hingegen beurteilen die Opfer die Unangemessenheit des Vorgefallenen sowie die Verantwortung und Schuld des Partners nachsichtiger, die Täter hingegen betonen die Unangemessenheit ihres Tuns und übernehmen die Verantwortung und Schuld für das Ungerechtigkeitsereignis (vgl. Mikula et al., 1997, S. 87).

Allerdings stellte Schütz (1999) in Interviews mit 25 Paaren fest (getrennte Interviews mit beiden PartnerInnen über dieselben Konfliktsituationen), dass auch bei zufriedenen Paaren häufig die Verantwortung bei Auseinandersetzungen der jeweiligen PartnerIn „zugeschoben“ und das Verhalten der „streitauslösenden“ PartnerIn als böswillig, ungerecht und unfair interpretiert wird. Im Gegensatz dazu schätzten die befragten Personen das eigene Verhalten als angemessen und fair ein und berichteten von eher „guten“ Absichten. Letztendlich war am Konflikt fast immer die jeweilige PartnerIn schuld - „It was your fault“ lautet der Titel der Arbeit (zu vergleichbaren Ergebnisse bzgl. der Wahrnehmung von ärgerauslösenden Ereignissen und seinen Konsequenzen: Baumeister, Stillwell & Wotman, 1990).

In Ergänzung zu diesen wahrnehmungsbezogenen Studien wurde versucht, die Zusammenhänge zwischen Attributionen/Attributions“stilen“ und dem tatsächlich gezeigten Kommunikations- und Konfliktverhalten näher zu bestimmen. In verschiedenen Beobachtungs- und Fragebogenstudien konnte gezeigt werden, dass die Ursachen- (causal) und Verantwortungszuschreibungen (reponsibility) der Partner für die Partnerschaftsprobleme in engem Zusammenhang mit dem konkreten Konfliktverhalten stehen (zsf. Fincham, 2001, S. 10ff.):

Personen, die in ihren Partnern die Ursache für die Partnerschaftsprobleme sehen und diesen die Verantwortung für die Konflikte geben, zeigen deutlich mehr destruktives (feindselige Angriffe/Vermeidungsverhalten) und weniger konstruktives (problembezogenes) Konfliktverhalten als Personen, die weniger anklagend attribuieren. Bei einem Vergleich von Kausalitäts- (globale, stabile und internale Ursachen) und Verantwortlichkeitsattributionen (z.B. eigennützige Intentionen) zeigte sich, dass Verantwortlichkeitszuschreibungen in deutlich engerem Zusammenhang zu negativen und positiven Verhaltensweisen standen als die Kausalattributionen (Bradbury & Fincham, 1992, S. 620). Der Zusammenhang von Attributionen und Verhalten scheint zudem bei unzufriedenen Paaren deutlicher ausgeprägt zu sein als bei zufriedenen Paaren (vgl. Fincham, & Bradbury, 1992, Studie 1 & 2; Miller & Bradbury, 1995. Bradbury, Beach, Fincham & Nelson, 1996, S. 574 konnten diesen Befund allerdings nicht replizieren). In einer längsschnittlichen Untersuchung über zwölf Monate stellten Fletcher & Thomas (2000) fest, dass Verantwortungszuschreibungen während Konfliktgesprächen mit destruktivem Konfliktverhalten ein Jahr später zusammenhing, diese Zusammenhänge sich jedoch nicht zwischen aktuellem Konfliktverhalten und späteren Attributionsmustern fanden (vgl. Fletcher & Thomas, 2000, S. 125ff.).

Dass Attributionsprozessen eine ganz zentrale Rolle im Zusammenhang mit Emotionen und Konfliktverhalten in der Partnerschaft zukommt, stellte Reichle (1998) als Ergebnis verschiedener eigener Studien fest. Ihren Ergebnissen zufolge werden negative emotionale Reaktionen (Ärger/Trauer/Enttäuschung) und aktives Sanktionierungs- bzw. Rückzugsverhalten vor allem dann gezeigt, wenn die Gründe für die Verletzung von Bedürfnissen vorwiegend beim Partner oder in der Partnerschaft und nicht bei sich selbst oder äußeren Umständen gesucht werden. Insbesondere dem Ärger kommt ihren Ergebnissen zufolge eine gravierende prädiktive Rolle im Zusammenhang mit der Partnerschaftszufriedenheit zu: Als Teilergebnisse ihrer Untersuchungen (zu erstmaliger Elternschaft bei Paaren) stellte sie fest, dass globaler Ärger über die PartnerIn deutlich höher negativ mit der Partnerschaftszufriedenheit (pfadanalytisch) korrelierte als einzelne kognitive Attributionszuschreibungen und Ungerechtigkeitsbewertungen (Reichle, 1998, S. 51ff.).

Mit Blick auf Geschlechterunterschiede zeigte sich, dass insbesondere unzufriedene Frauen deutlich weniger konstruktives Konfliktverhalten zeigten, wenn sie ihren Partner für die Partnerschaftsprobleme verantwortlich machten (vgl. Acitelli, Douvan & Verhoff, 1993; Bradbury & Fincham, 1992, Studie 1). Bei unzufriedenen Männern hingegen konnte dieser Zusammenhang häufig nicht gefunden werden. Auch bei sequenziellen Beobachtungen des Konfliktverhaltens zeigte sich häufig, dass Frauen vor allem dann reziprok feindselig auf das feindselige Verhalten ihrer Partner reagierten, wenn sie diesen die Verantwortung und Schuld für die Partnerschaftsprobleme gaben. Andererseits erwiderten Frauen das negativ-

unfreundliche Verhalten ihrer Partner signifikant häufiger mit freundlichem Verhalten, wenn sie ihre Partner nicht für die Probleme in der Partnerschaft verantwortlich machten. Bei Männern hingegen war das Konfliktverhalten nahezu unabhängig sowohl von den Attributionsmustern als auch von dem gezeigten Verhalten der Frau (Acitelli et al.; 1993; Bradbury & Fincham, 1992, Studie 2). Dieser Effekt blieb häufig auch erhalten, wenn die Partnerschaftszufriedenheit herauspartialisiert wurde.

Der häufige Befund, dass das Konfliktverhalten von Frauen enger von spezifischen Attributionsstilen abhängt bzw. in Abhängigkeit mit dem Verhalten der Männer steht, wird zumeist dahingehend interpretiert, dass Frauen ganz allgemein sensitiver bzgl. des Verlaufs von Partnerschaften sind und mehr Aktivität zum Verständnis des Partnerverhaltens aufwenden als dies ihre Partner tun. Acitelli et al. (1993) heben hervor, dass für Frauen das (interpersonale) „Klima“ wichtiger für die Partnerschaftszufriedenheit ist als für die Männer, die sich bei der Bewertung der Partnerschaft eher an (selbstbezogenen) Normen orientieren (vgl. auch Acitelli & Young, 1996, S. 154f.; Bradbury & Fincham, 1992, Levenson et al., 1994). Im Gegensatz zum Konfliktverhalten der Frauen geben attributionstheoretische Ansätze nur unzureichende Hinweise auf die Erklärbarkeit des Konfliktverhaltens der Männer, was von verschiedenen Autoren immer wieder als erstaunlich und weiter zu analysierend beschrieben wird (z.B. Bradbury et al., 1996, S. 574; Miller & Bradbury, 1995, S. 205).

### **2.2.2 Überdauernde Persönlichkeitsmerkmale im Umgang mit Konflikten**

In Ergänzung zu den rein attributionstheoretischen Untersuchungen wurde in den letzten Jahren damit begonnen, vermehrt die Inhalte kognitiver Strukturen im Sinne distaler Persönlichkeitsmerkmale zu berücksichtigen (z.B. Fletcher & Fitness, 1996; Fletcher, Simpson, Thomas & Giles, 1999). Gegenstand dieser Untersuchungen war insbesondere das Verhältnis zwischen Persönlichkeitsmerkmalen und der partnerschaftlichen Zufriedenheit (z.B. Baucom, Epstein, Daiuto, Carels, Rankin, & Burnett, 1996; Epstein, Baucom & Rankin, 1993; Karney, Mc Nulty & Bradbury, 2001). Vereinzelt wurde zudem analysiert, durch welche Persönlichkeitsmerkmale ganz spezifisch der Umgang mit Konflikten in Paarbeziehungen beeinflusst wird (z.B. Feeney, Noller & Roberts, 1998; Karney & Bradbury, 1997).

Als Ergebnis einer Fülle an empirischen Untersuchungen kann festgehalten werden, dass den subjektiven *Bedürfnissen* und *Erwartungen* der Paare eine zentrale Rolle für die partnerschaftliche Zufriedenheit sowie das Konfliktverhalten zukommt (zum Überblick Noller, Beach & Osgarby, 1997). Für die partnerschaftliche Zufriedenheit ist dabei weniger die Übereinstimmung der Bedürfnisse zwischen den Partnern ausschlaggebend, sondern vielmehr, inwiefern die Paare es schaffen, diese (durchaus unterschiedlichen) Bedürfnisse der jeweiligen PartnerIn zu erfüllen. Ein hohes Ausmaß an unrealistischen Vorstellungen von einer Partnerschaft, z.B. „der Partner sollte meine Bedürfnisse erkennen, auch ohne dass ich sie benenne“; „Konflikte kommen unausweichlich durch grundsätzliche Unterschiede zwischen den Geschlechtern zustande“, fanden sich insbesondere bei unzufriedenen Paaren (Epstein et al., 1993, S. 48ff).

Sowohl Ausmaß als auch Häufigkeit der Verletzung spezifischer Erwartungen/Bedürfnisse (z.B. nach Gemeinsamkeiten, Einflussmöglichkeiten und Engagement in der Partnerschaft) scheint in engem Zusammenhang mit der Attribution auf globale, negative Gründe und destruktivem Konfliktverhalten zu stehen. Baucom et al., (1996) stellten fest, dass die von ihnen befragten Paare dann von verstärktem Ärger („upset“) und aktiv-distanzierendem Verhalten berichteten, wenn als Ursache für die Verletzung der Bedürfnisse die jeweiligen PartnerInnen bzw. die Atmosphäre in der Partnerschaft verantwortlich gemacht wurden. Die Zuschreibung auf situative Umstände oder auf eigene Unzulänglichkeiten zog hingegen kein aktiv destruktives Verhalten nach sich. Keine eindeutigen Ergebnisse ergaben sich mit Blick auf das Rückzugsverhalten der PartnerInnen (Baucom et al., 1996, S. 215ff.).

Vanzetti, Notarius & NeeSmith (1992) stellten hinsichtlich der antizipierten *Erwartungen bzgl. des Ausgangs von Konflikten* fest, dass unzufriedene PartnerInnen im Vergleich mit zufriedenen Paaren von einer geringeren Effektivität und Wirksamkeit ihres Konfliktverhaltens ausgingen und deutlich negativere Konsequenzen auf ihr Verhalten erwarteten. Unter längsschnittlicher Perspektive präzisierten Fincham, Harold & Gano-Phillips (2000) diesen Befund in dem sie feststellten, dass Wirksamkeitserwartungen eine wichtige Moderatorfunktion im Zusammenhang mit Attributionen und der Partnerschaftszufriedenheit zukommt: Wirksamkeitserwartungen zum Zeitpunkt 1 standen sowohl in positiv signifikantem Zusammenhang mit der Partnerschaftszufriedenheit nach einem Jahr, als auch in negativem Zusammenhang mit der Ursachenzuschreibung für Paarkonflikte an die PartnerIn (signifikant nur bei Frauen).

In Bezug auf die Relevanz von *Bindungsstilen* konnten u.a. Feeney, Noller & Callan (1994) zeigen, dass Personen mit einem sicheren Bindungsstil deutlich mehr unterstützendes und entgegenkommendes Verhalten bei Konflikten zeigten als ängstlich-ambivalente Personen, die bei Konfliktsituationen eher zu aggressivem Verhalten oder Rückzug neigten (zu diesem Ansatz vgl. auch Bierhoff & Grau, 1999). Personen mit einem sicheren Bindungsstil (Vertrauen in Partnerschaft) kontrollieren zudem deutlich weniger den Ausdruck ihrer Emotionen als Personen, die sich in Beziehungen als eher unsicher beschrieben (Feeney, Noller & Roberts, 1998). Explizit mit Blick auf den Umgang mit Ärger stellte Mikulincer (1998) fest, dass Personen mit einem sicheren Bindungsstil nach eigenen Angaben ihren Ärger mehr zeigten und konstruktivere Ziele anstrebten als Personen mit einem unsicheren Bindungsstil, die sich eher zurückzogen und selbstbezogener Ziele verfolgten. Personen mit ambivalenten Bindungsstilen beschrieben sich am deutlichsten als ärgerkontrollierend und –unterdrückend. Keine Unterschiede zwischen den Gruppen zeigten sich in Bezug auf aggressives Verhalten bzw. schädigende und die andere Person beeinträchtigende Ziele (vgl. Mikulincer, 1998, S. 516ff., der seine Untersuchung allerdings nicht bezogen auf Paarbeziehungen durchführte).

Mit den Auswirkungen der generellen „*Affektivität*“ auf das Konfliktverhalten befassten sich u.a. Karney & Bradbury (1994; 1997). Die Autoren stellten fest, dass „Neurotizismus“ (erhoben über Eysencks Neurotizismusskala) als Hintergrundvariable für den Zusammenhang von negativen Attributionsstilen (Verantwortlichkeit und Verursachung), feindseligem Verhalten und abnehmender Partnerschaftszufriedenheit angesehen werden kann (zu diesem Ansatz vgl. auch Beach & Fincham, 1994). In einer längsschnittlichen Verlaufsuntersuchung unter Be-

rücksichtigung *intrapersonaler* und *interpersoneller* Variablen stellten die Autoren beispielsweise fest, dass die *intrapersonelle* Variable „Neurotizismus“ zwar mit der aktuellen Partnerschaftszufriedenheit negativ zusammenhing, jedoch nicht als Prädiktor für die Abnahme der Zufriedenheit geeignet war. Im Gegensatz dazu erwies sich die *interpersonelle* Variable „negatives Konfliktverhalten“ als guter Prädiktor für die Abnahme der Partnerschaftszufriedenheit nach 4 Jahren, sie stand jedoch nur in mässigem Zusammenhang mit der aktuellen Partnerschaftszufriedenheit. Auffallend waren zudem die Ergebnisse zu geschlechterspezifischen Unterschieden des Konfliktverhaltens: Je negativer sich die Männer während eines Konfliktgesprächs verhielten, um so deutlicher sank die Zufriedenheit der Partnerinnen. Dieser Effekt war deutlich weniger ausgeprägt, wenn die Frauen bei Konfliktgesprächen sich negativ verhielten (Karney & Bradbury, 1997, S. 1086). Als Fazit halten die Autoren fest, dass bei der Weiterentwicklung bestehender Präventions- und Therapieprogramme insbesondere differentielle und geschlechterspezifische Effekte der intra- wie interpersonellen Variablen zu berücksichtigen sind (Karney et al., 1997, S. 1089; vgl. auch Bradbury & Karney, 1998, S. 73ff.).

### **Zwischenfazit**

Die Befunde der verschiedenen Untersuchungen verdeutlichen, dass sowohl aktualgenetische (proximale) kognitiv-emotionale Bedingungen als auch überdauernde (distale) Bedürfnisse und Persönlichkeitsmerkmale das konkrete Konfliktverhalten beeinflussen (Beach & Fincham, 1999; Noller, Beach & Osgarby, 1997).

Mit Blick auf *proximale Faktoren* konnte insbesondere nachgewiesen werden, dass Attributionen eine zentrale Rolle im Zusammenhang mit dem Konfliktverhalten sowie der partnerschaftlichen Zufriedenheit zukommen, auch wenn immer wieder darauf verwiesen wird, dass attributionstheoretische Untersuchungen und Befunde viele Fragen offen lassen (z.B. Geschlechterdivergenzen; kausale Zusammenhänge zu Konfliktverhalten und partnerschaftlicher Zufriedenheit). Weiter auszuarbeiten bleibt u.a., inwiefern diesen Attributionen eine maßgebliche Rolle im Zusammenhang mit spezifischen Emotionen wie Ärger, Enttäuschung oder Trauer sowie spezifischen Konfliktstrategien zukommt (Bradbury, Beach & Fincham, 2000, S. 966).

Ergänzen lassen sich diese Befunde durch die Berücksichtigung *distaler Bedingungen* wie Bedürfnissen, Erwartungen und genereller „Affektivität“. Auffallend ist hier allerdings, dass diese distalen Merkmale zwar häufig in Bezug auf die Partnerschaftszufriedenheit untersucht wurden, jedoch bislang nur vergleichsweise wenige Untersuchungen zum Zusammenhang von inhaltlichen Bedürfnissen und emotionalen Konfliktverhalten vorliegen (Baucom et al., 1996; Fletcher et al., 1999). Aufgrund der Komplexität der Zusammenhänge zwischen kognitiv-emotionalen Strukturen und konkretem Verhalten gilt dieser Bereich der Partnerschaftsforschung daher als bislang „not well advanced“ (Gottman & Notarius, 2000, S. 938).

In den meisten Untersuchungen zum Konfliktverhalten bleibt offen, welche Ziele und Intentionen die PartnerInnen mit ihrem Verhalten verfolgen (vgl. hierzu Fincham & Beach, 1999, S. 60ff.). In Bezug auf die unerwarteten Befunde zu den *langfristig positiven Konsequenzen* des *kurzfristig „negativen“* Verhaltens („reversal effects“; s.o. Kap. 2.1.3) könnten sich diese Effekte jedoch durch Berücksichtigung der intendierten Ziele des Konfliktverhaltens klären



lassen. So vermuten Karney & Bradbury (1997, S. 1089), dass mit impulsiver Kritik oder Rückzugsverhalten („negatives Verhalten“) durchaus intendiert sein kann, sich konstruktiv für die Partnerschaft einzusetzen. In Bezug auf die häufig gefundenen Geschlechtereffekte vermuten die Autoren, dass Kritik und Vorwürfe von (weiblichen) Partnerinnen als Ausdruck eines konstruktiven Veränderungsbedürfnisses, das Rückzugsverhalten der Männer als Bemühen um eine Deeskalation verstanden werden kann (vgl. auch Fincham et al., 1999, S. 70).

Spezifisch mit Blick auf Emotionen wird von verschiedenen AutorInnen dafür plädiert, in Ergänzung zur Kenntnis formaler Attributionsprozesse vermehrt die konkreten Inhalte der subjektiven und auf die Partnerschaft bezogenen Bedürfnisse, Ziele, Einstellungen zu analysieren (wie z.B. der subjektive Stellenwert von Intimität, Sicherheit etc.). Um Emotionen und Verhalten in der Partnerschaft angemessen beschreiben und verstehen zu können, bedarf es einer differenzierten Kenntnis der zugrundeliegenden Bedürfnisse und Wertvorstellungen der Paare (vgl. z.B. Anderson & Guerrero, 1998; Fincham & Beach, 1999). Fitness (1996) postuliert zudem, spezifische kognitiv-emotionale Wissensstrukturen (emotion knowledge) in der Partnerschaftsforschung vermehrt zu berücksichtigen. Insbesondere Subjektiven Theorien (lay theories) über Emotionen, die dem distalen Bereich zuzuordnen sind, kommen ihrer Ansicht nach eine wichtige Rolle im Verständnis des Umgangs mit Ärger und Konflikten zu. Sie hält allerdings fest: „The role that emotion knowledge structures (which should include in the distal context) might play has been ignored“ (Fitness, 1996, S. 208). Entsprechend liegen bislang erst wenige Untersuchungen zu Subjektiven Theorien über Emotionen vor (zu Subjektiven Theorien über Ärger: Fehr et al., 1996; 1999; vgl. ausführlich Kap. 4).

Für die weitere Auseinandersetzung mit emotionalem Konfliktverhalten erscheint es mir sinnvoll, aufgrund der dargestellten Relevanz kognitiv-emotionaler Strukturen und Prozesse für das Konfliktverhalten diese Bedingungen durch die Berücksichtigung Subjektiver Theorien weiter zu analysieren. So kann beispielsweise durch die Erfassung spezifischer Intentionen versucht werden, das Konfliktverhalten *handlungstheoretisch* zu konzeptualisieren und dadurch präzise zu beschreiben. Durch die Erfassung Subjektiver Theorien lässt sich zudem der Frage nachgehen, von welchen spezifischen kognitiv-emotionalen Bedingungen nach Ansicht der agierenden Personen das von ihnen gezeigte emotionale Konfliktverhalten abhängt (z.B. offensives Konfliktverhalten vs. Rückzug und Vermeiden von Auseinandersetzungen).

Besonders auffallend ist für mich, dass dem Erleben von Ärger und Zorn im Zusammenhang mit dem Konfliktverhalten nur relativ wenig Beachtung geschenkt wurde. Obgleich konflikthafter Emotionen (wie Ärger und Zorn) eine zentrale Rolle in dem m.E. sehr nützlichen „Konflikt-Prozess-Modell“ von Fincham, Bradbury & Grych (1990) zukommt, wurde das Erleben und der Umgang mit Ärger bei Partnerschaftskonflikten kaum untersucht. Die Auseinandersetzung mit diesen Emotionen wird daher Gegenstand der weiteren (auch empirischen) Arbeit sein. Zuvor möchte ich jedoch die Partnerschaftstheorie nach Gottman (z.B. 1994; 2000) vorstellen, in der versucht wird, die Fülle theoretischer Ansätze und empirischen Befunde in einem umfassenden Modell zum Verlauf von Partnerschaften zu integrieren.

### 2.3 Konfliktverhalten in der Partnerschaftstheorie von Gottman

Mit dem Verlauf von Partnerschaften/Ehen hat sich in den letzten Jahren insbesondere die Arbeitsgruppe um Gottman (z.B. 1979; 1988; 1994; 1998; 2000) befasst. Ziel der Bemühungen war es, die Bedingungen und Prozesse in ehelichen Partnerschaften zu identifizieren, die letztendlich zur Trennung und Scheidung von ursprünglich zufriedenen Paarbeziehungen führen (Titel der zentralen Publikation: „What predicts divorce“, 1994). Hierzu versucht Gottman die theoretischen Ansätze und empirischen Befunde der jahrzehntelangen Partnerschaftsforschung in einem integrativen Verlaufsmodell zusammenzufassen, bei dem insbesondere dem Konfliktverhalten eine zentrale Rolle zukommt.

Aufgrund der gefundenen empirischen Ergebnisse muss nach Ansicht Gottmans der Mythos, dass die Häufigkeit von Partnerschaftskonflikten ausschlaggebend für die Qualität und Stabilität einer Ehe ist, dringend revidiert werden. Entscheidend sind seiner Meinung nach weniger die Häufigkeit oder die „Ergebnisse“ konflikthafter Auseinandersetzungen, sondern die Art und Weise, *wie* Partnerschaftskonflikte ausgetragen werden (vgl. auch Gottman, Coan, Carre & Swanson, 1998).

Unter Berücksichtigung einer Fülle verschiedener Beobachtungs- und Längsschnittstudien unterscheidet Gottman fünf verschiedene „Ehetypen“ anhand ihres Konfliktstiles und mit prognostischem Blick auf eine Ehescheidung (Gottman, 1993, 1994; Gottman & Levenson 1992):

Bei **instabilen Paarbeziehungen**, die er als scheidungsgefährdet kennzeichnet, unterscheidet er zwei Subtypen:

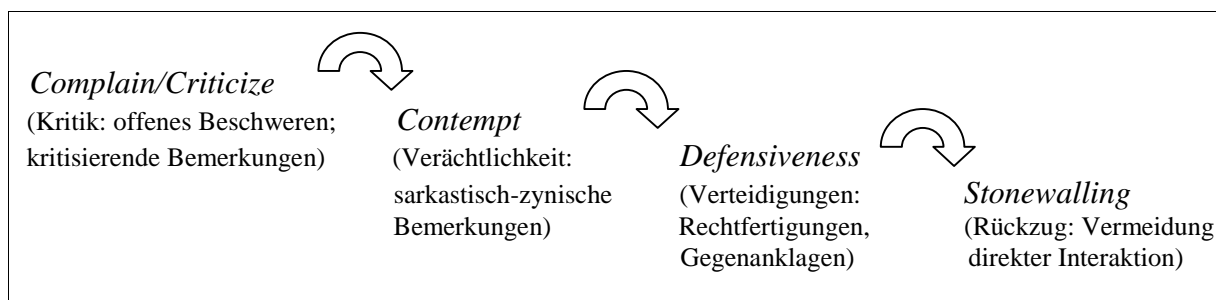
- *Feindselig engagierte Paare*, die sich in hitzigen Auseinandersetzungen beschimpfen, beleidigen und gegenseitig abwerten
- *Feindselig distanzierte Paare*, die nur wenig Streit miteinander haben, jedoch sehr feindselig und abwertend miteinander kommunizieren.

Bei **stabilen Paaren**, die sich nicht scheiden lassen und nur sehr selten an Trennung denken, fand er in seinen Untersuchungen drei Subtypen:

- *Konflikt-vermeidende Paare* („conflict-avoiders“), die eher emotional distanziert ihre Meinungsverschiedenheiten austragen
- *Lebhaft-impulsive Paare* („volatile couples“), die sich leidenschaftlich und engagiert, aber auch mit Humor auseinandersetzen und streiten
- *Konstruktive Paare* (*validating couples*), die selten massive Auseinandersetzungen haben und sich durch hohe Kompromissbereitschaft und ein ausgeprägtes „Wir“-Gefühl auszeichnen

Dem konkreten Konfliktverhalten kommt bei diesem Ansatz deshalb eine so besondere Rolle zu, da sich nach Gottman stabile und instabile Paare anhand unterschiedlicher (beobachtbarer) emotionaler Konfliktreaktionen unterscheiden lassen: Scheidungsgefährdete Paare weisen Gottmans Theorie zufolge eine Kombination von Konfliktstilen auf (die „vier apokalyptischen Reiter der Ehe“), die als Hinweise auf die zunehmende Auflösung einer Partnerschaft anzusehen sind (vgl. Gottman, 1994; zur Operationalisierung der emotionalen Verhaltensreaktionen vgl. Schneewind, Graf & Gerhard, 2000, S. 103):

Abbildung 2: Die „Vier Apokalyptischen Reiter“ nach Gottman (1994)



Zusätzlich zu den genannten „vier apokalyptischen Reitern der Ehe“ wird vereinzelt noch auf eine weitere Form des destruktiven Paarverhaltens verwiesen: „*belligerence*“, ein Verhalten, das durch Provokation gekennzeichnet ist und die Ansprüche und Autorität der anderen Person in Frage stellt (Bsp.: „Was kannst Du schon dagegen machen, wenn ich mit Dave jetzt einen trinken gehe?“ (vgl. Gottman, 1994, S. 300; Gottman et al., 1998, S. 6)).

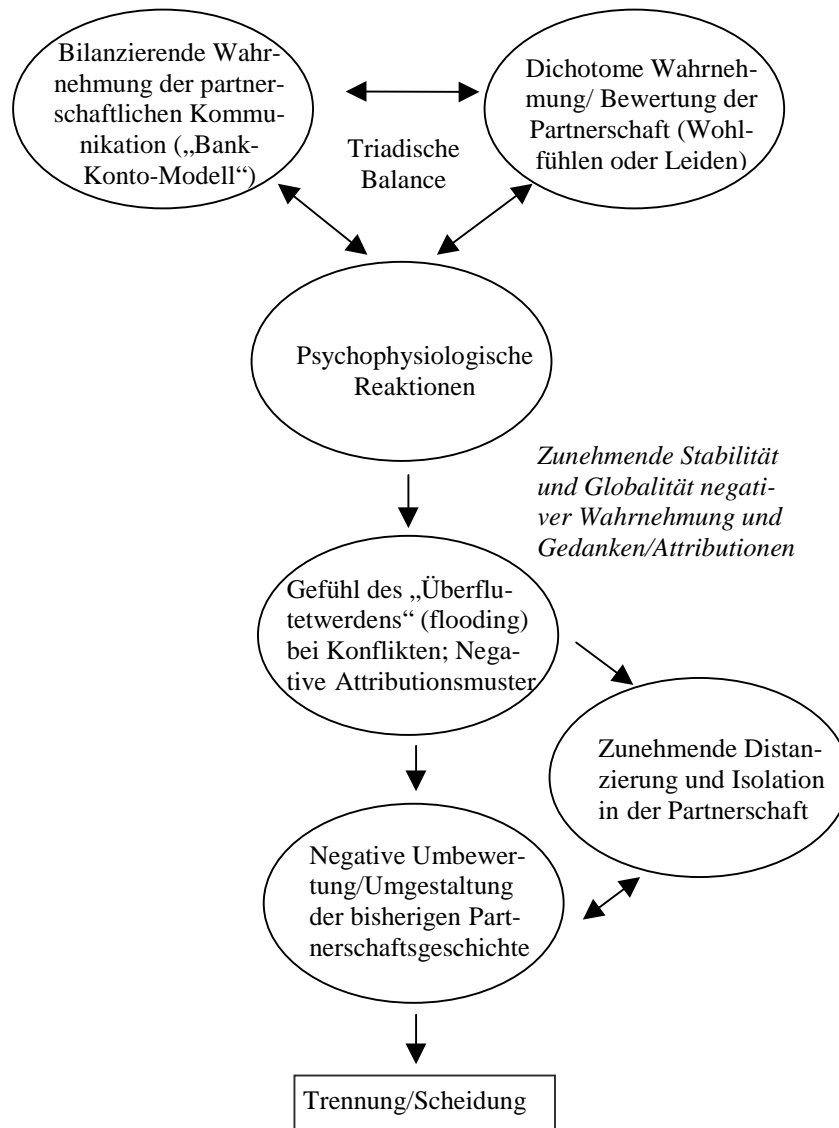
In einem umfassenden Partnerschaftsmodell geht nun Gottmann (z.B. 1994; 1998; 2000) in Anlehnung an verhaltenstheoretische Überlegungen davon aus, dass der Ausgangspunkt für die Auflösung/Zerstörung von Partnerschaften in der alltäglichen Kommunikation der Paare liegt (vgl. Abbildung 3). Seiner Theorie nach ist eine Partnerschaft dann gefährdet, wenn die Partner auf der Grundlage einer subjektiven „Kosten-Nutzen-Bilanzierung“ zunehmend unzufriedener mit der partnerschaftlichen Interaktion werden und es in ihrem Alltag durch destruktive Konfliktmuster (vgl. die „apokalyptischen Reiter“) nicht schaffen, dieses „gestörte“ Verhältnis von positiven zu negativen Interaktionen/Erfahrungen wieder in eine stabilisierende, faire und subjektiv „gewinnbringende Bilanz“ zu bringen (sogenanntes „bank account model“).

Mit Blick auf die Zerrüttung von Beziehungen sieht Gottman (1994, S. 330ff; 1998) eine „interaktive triadische Balance“ von interpersonaler Kommunikation, Wahrnehmungsmustern und psychophysiologischen Prozessen als maßgeblich an: Bei einer negativen Beziehungsbilanz, der Unterschreitung einer Relation von 5:1 im Verhältnis von positiver zu negativer Kommunikation (sog. „Gottman-Konstante“; Schneewind et al., 2000, S. 110), kippt nach Gottmans Ansicht die Wahrnehmung und subjektive Bewertung der gesamten Beziehung: die gesamte Partnerschaft und partnerschaftliche Interaktion wird in einem negativen Licht gesehen („negativ sentiment override“). Die Attributionen der Partner verändern sich (z.B. externe Schuldzuweisungen) und bei Konflikten kommt es zu massiver psychophysiologischer Erregung, die sich wiederum negativ auf kognitiv-emotionale Prozesse (z.B. mangelnde Präzision der Wahrnehmung) und das konkrete Kommunikationsverhalten auswirkt.

Das Wechselspiel zwischen negativer Wahrnehmung und Kommunikation, der negativen Bewertung der Beziehung und einer sich aufschaukelnden psychophysiologischen Erregung hat bei zunehmender Unzufriedenheit mit der Partnerschaft zur Folge, dass sich die ursprünglich situative Wahrnehmung zu stabilen Wahrnehmungs- und Attributionsmuster entwickelt. Bei dadurch häufiger werdenden Konflikten fühlen sich die Partner durch die steigende Negativität der Interaktion und ungünstige Attribuierungen „überflutet“ (flooding). Es kommt zur einer Distanzierung und Isolierung der Partner und im weiteren Verlauf zur einer Umge-

staltung und negativen Umbewertung der bisherigen Beziehungsgeschichte. Dieses Überdenken der Beziehungsgeschichte entzieht schlussendlich der Partnerschaft den gemeinsamen Boden und lässt den Wunsch nach Trennung/Scheidung aufkommen (dt. Zusammenfassung bei Schindler, 1998, S. 58ff.; Braukhaus et al., 2000, S. 183ff.).

Abbildung 3: Modell der Zerrüttung von Paarbeziehungen (nach Gottman, 1994, S. 370)



Unter psychophysiologischer Perspektive postuliert Gottman, dass der Abbruch der dyadischen Interaktion bei unzufriedenen Männern in Konfliktgesprächen (das häufig gefundene „stonewalling“/“withdrawal“) einen Versuch darstellt, die eigene Anspannung zu dämpfen bzw. „im Zaum zu halten“. In seinen Untersuchungen konnte er vereinzelt feststellen, dass Männer bei Konfliktgesprächen ausgeprägtere/stärkere physiologische Reaktionen zeigen als Frauen (vgl. Gottman & Levenson, 1986; Levenson, Carstensen & Gottman, 1994). Diese geschlechterspezifische Anspannung konnte in empirischen Untersuchungen anderer AutorInnen, in denen ebenfalls physiologische Variablen bei Konfliktverhalten erforscht wurden, allerdings nicht immer bestätigt werden; vgl. Feeney, Noller & Roberts, 1998, S. 493; Fehm-Wolfsdorf, Groth, Kaiser & Hahlweg, 1998, S. 266f.).

Zur Überprüfung des prädiktiven Wertes dieses Modells – dessen Annahmen nach Gottman's eigenen Angaben z.T. noch spekulativ sind (vgl. Gottman, 1994, S. 332) – wurden eine Reihe verschiedener Längsschnittuntersuchungen durchgeführt (vgl. Buehlman, Gottman, & Katz, 1992; Carrère & Gottman, 1999; Carrère, Buehlmann, Gottman, Coan & Ruckstuhl, 2000; Gottman, 1994; Gottman & Levenson, 1999, 2000):

In einer Längsschnittstudie über 8 Jahre mit 69 Paaren (Gottman, 1994) konnte beispielsweise gezeigt werden, dass sich stabile Paare in ihrem Konfliktverhalten zum Zeitpunkt 1 deutlich von Paaren unterschieden, die sich im Verlauf der Studie scheiden ließen. Die Männer der Scheidungspaare zeigten zum Zeitpunkt 1 deutlich mehr Rückzug, kritisierten ihre Partnerinnen häufiger feindselig, waren weniger gute Zuhörer und zeigten weniger Humor als die Männer der stabilen Partnerschaften. Die Frauen der geschiedenen Ehen zeigten zum Zeitpunkt 1 häufiger Verächtlichkeit („contempt“), mehr Ekelgefühle („disgust“), lachten weniger und wirkten trauriger. Ein entscheidender Prädiktor für die Trennung nach acht Jahren war das Rückzugsverhalten der Männer („stonewalling“) sowie die gezeigte Traurigkeit der Frauen (vgl. Gottman, 1994, S. 387ff). Bei Berücksichtigung einer generellen Bewertung der Partnerschaft zeigte sich sowohl bei Frauen wie bei Männern, dass Erwägungen einer möglichen Trennung/Scheidung zum Zeitpunkt 1 hoch signifikant mit einer späteren Trennung korrelierte und der beste Prädiktor für eine acht Jahre spätere Scheidung war. Entgegen früherer Annahmen standen objektiv gemessene physiologische Variablen kaum im Zusammenhang mit der späteren Scheidung; das *subjektive* Gefühl des „Überflutet-Seins“ hingegen war bei den Männern ein wichtiger Indikator für eine spätere Trennung (Gottmann, 1994, S. 382ff.).

Carrère, Buehlmann, Gottman, Coan & Ruckstuhl (2000) überprüften in einer Längsschnittuntersuchung die prädiktive Validität eines von der Arbeitsgruppe um Gottman entwickelten semistrukturierten Paarinterviews zur Partnerschaftsgeschichte (OHI; Oral History Interview; vgl. auch Buehlman, Gottman, & Katz, 1992). Im Rahmen dieses Interviews wurden die Paare zu ihrer Beziehungsgeschichte sowie ihrer „Ehe-Philosophie“ befragt. Ausgewertet wurden die videographierten Interviews mit Hilfe verschiedener Kategoriensysteme und Skalen zum Kommunikationsverhalten (z.B. Ausmaß an Zärtlichkeit und Zuneigung; Ausmaß an geäußelter Enttäuschung und Desillusionierung), Detailliertheit der Angaben und Indikatoren für das Gefühl der Verbundenheit („Wir-Gefühl“) oder Distanziertheit. Die prädiktive Validität mit Blick auf eine Scheidung wurde an 95 Paaren sowohl nach fünf als auch nach ca. acht Jahren überprüft. Aufgrund der Ausgangsdaten konnte nach einem Zeitraum von fünf Jahren für 87%, nach einem Zeitraum von 7-9 Jahren für 81% der Beziehungsstatus der Paare (Ehe vs. Scheidung) richtig vorausgesagt werden. Als besonders valide Prädiktoren für eine Trennung innerhalb von 5 Jahren erwies sich die von den Ehemännern zum Ausdruck gebrachte Enttäuschung sowie das Ausmaß, in dem die Paare sich von nichtkontrollierbaren Einflüssen belastet fühlten (sog. „Chaos-Scale“). Der Beziehungsstatus nach 7-9 Jahren ließ sich insbesondere durch die gezeigte Enttäuschtheit der beiden Partnerinnen sowie – als positive Prädiktoren – durch die Zugewandtheit der Ehemänner und das „Wir“-Gefühl der Ehefrauen vorhersagen (Carrère et al., 2000, S. 48ff.; vgl. auch Buehlman et al., (1992) die mit diesem Verfahren bei 94% der Paare den Beziehungsstatus nach drei Jahren richtig voraussagten).

Mit Blick auf die Sinnhaftigkeit konkreter therapeutischer Interventionen und den Verlauf von Partnerschaften diskutierten Gottman, Coan, Carrère & Swanson (1998) in jüngster Zeit verschiedene „Partnerschaftsprozessmodelle“ unter Berücksichtigung der Längsschnittdaten von 130 frischverheirateten Paaren. Entgegen der bisweilen in der paartherapeutischen Literatur vertretenen Ansicht fanden sich *keine* Belege dafür, dass (1) Ärger über den/die Partner/in „schädlich“ für den Verlauf einer Partnerschaft sei, (2) negative Affekt-Reziprozität sich generell negativ auf eine Partnerschaft auswirken muss und (3) langfristig glückliche Paare zugewandteres („validating“) Kommunikationsverhalten zeigen als unzufriedene Paare (z.B. mehr „Ich-Botschaften“ vermitteln; Gottman et al., 1998, S. 12ff.).

Statt dessen erwiesen sich nach Ansicht der Autoren folgende Aspekte als wichtige Prädiktoren für die Trennung/Scheidung einer Partnerschaft oder Ehe (o.c. S. 16ff.; Gottman, & Silver, 2000, S. 39ff.):

- (a) In Übereinstimmung mit den Ergebnissen früherer Untersuchungen zeigte sich, dass insbesondere feindselige Konfliktverhaltensweisen (wie „Verächtlichkeit/contempt“, „Kriegeserklärungen/belligerence“ und „Vermeidungsverhalten/withdrawal“ sich besonders destruktiv für den Verlauf einer Beziehung auswirkten (vgl. die „apokalyptische Reiter“).
- (b) Es konnte mehrfach bestätigt werden, dass die mangelnde Fähigkeit, die Eskalation bei Konflikten zu verhindern, ein wichtiger Prädiktor für die Auflösung von Partnerschaften darstellt (Misslingen von „Reparatur“versuchen).
- (c) Als wichtige Moderatorvariable stellte sich dabei die Impulsivität der Frauen zu Beginn von Konfliktgesprächen heraus (impulsiv aggressives Verhalten zu Beginn des Streitgesprächs erwies sich als besonders schädlich). Dies wird insofern als bedeutsam angesehen, als vor allem von Frauen - auch in zufriedenen Partnerschaften - die Konfliktgespräche initiiert werden (Carrere & Gottman, 1999, S. 297; Gottman et al., 2000, S. 141). Ausschlaggebend scheint zu sein, *wie* die Partnerinnen die Konfliktgespräche beginnen.
- (d) Zudem erwies sich die mangelnde Bereitschaft der Männer, das gleichberechtigte Mitspracherecht der Partnerinnen zu achten und auf Kritik und Ärger der Partnerinnen ruhig und freundlich („gentleness“) einzugehen, als besonders relevant. Insbesondere das „Mauern“ und „Dichtmachen“ der Männer (z.B. als „feindselige“ Reaktion auf die impulsiv-aggressiven Vorwürfe der Frau), wird als sehr destruktiv angesehen.

Hingegen erwies sich die Fähigkeit, bei Konflikten neutrale Gefühle oder Humor zu zeigen und dadurch zu einer (auch physiologischen) Entspannung und De-Eskalation beizutragen, als besonders relevanter (positiver) Prädiktor für die spätere Partnerschaftszufriedenheit bzw. Partnerschaftsstabilität (vgl. Gottman et al., 1998, S. 19).

Mit Hilfe eines Diskriminationsfunktions-Modells unter Berücksichtigung der Informationen über den Beginn von Konflikten, das Ausmaß der De-Eskalationsfähigkeiten, den „apokalyptischen Reitern“ sowie das Ausmaß positiver und negativer Affekte bei Konfliktgesprächen konnten die Autoren nach eigenen Angaben zu über 80% die Aufrechterhaltung bzw. Trennung der Partnerschaften vorhersagen (vgl. Gottman et al. 1998, S. 16; vgl. auch Gottman & Levenson, 1999). Zudem stellten Carrère & Gottman (1999) auf der Grundlage der Analyse von videographierten Konfliktgesprächen von 124 frischverheirateten Paaren fest, dass sich

diese destruktiven Interaktionsmuster schon in den ersten Minuten eines Konfliktgesprächs zeigen. Damit ist es Gottman - nicht von Selbstzweifeln geplagt - möglich, „in 96% der Fälle vorherzusagen, ob ein ehelicher Konflikt gelöst werden wird oder nicht, nachdem ich nur drei Minuten dem Streit zugehört habe“ (Gottman & Silver, 2000, S. 57).

Die wichtigsten Ergebnisse dieser Arbeitsgruppe werden von Gottman & Silver (2000) in einer populärwissenschaftlichen Publikation in Form der „sieben Geheimnisse“ einer glücklichen Ehe zusammengefasst:

1. *„Bringen Sie Ihre Partner-Landkarte auf den neuesten Stand“*

Glückliche Paare wissen viel über das Leben, die Bedürfnisse, Hoffnungen und Wünsche und die (z.T. gemeinsame) Vergangenheit ihrer PartnerInnen. „Man kann auch sagen, dass diese Paare viel kognitiven Raum für ihre Partnerschaft geschaffen haben“ (o.c., S. 66).

2. *„Pflegen Sie Zuneigung und Bewunderung füreinander“*

Als wichtige Basis für eine erfüllte Beziehung wird die positive Bewertung der gemeinsamen Beziehungsgeschichte angesehen. Zufriedene Paare, die sich (auch in schwierigen Phasen einer Partnerschaft) an die (frühere) besseren Zeiten erinnern können, gelingt es besser, Zuneigung und Bewunderung zu bewahren. „Ich habe herausgefunden, dass in 94 Prozent der Fälle Paare, die die Geschichte ihrer Ehe positiv sehen, auch eine glückliche Zukunft haben werden“ (o.c., S. 84).

3. *„Wenden Sie sich einander zu und nicht voneinander ab“*

Als „Gift“ für die Ehe wird von Gottman die Ignoranz und Gedankenlosigkeit bzgl. der Bedürfnisse der jeweiligen PartnerIn angesehen. Entsprechend dem „Bankkontomodell“ muss die positive „Bilanz“ für beide PartnerInnen stimmen. Hierzu ist es notwendig, sowohl die Bedürfnisse der anderen Person zu kennen als auch aktiv dafür zu sorgen, dass diese Bedürfnisse befriedigt werden.

4. *„Lassen Sie sich von Ihrem Partner beeinflussen“*

Nach Gottman zeigen die empirischen Befunde, dass sich im Konfliktverhalten widerspiegelnder Respekt, Gleichberechtigung und das gegenseitige „Sich ernst nehmen“ als wichtige Indikatoren für glückliche und stabile Partnerschaften anzusehen sind. Insbesondere mit Blick auf die Männer plädiert er für Respekt gegenüber geäußelter Kritik und Nachgiebigkeit bei konflikthafter Auseinandersetzungen (o.c., S. 123ff.).

5. *„Lösen Sie lösbar Probleme“*

Bei dem Versuch, konflikthafte Themen zu lösen, ist für Gottman vor allem das *wie* der Auseinandersetzung relevant. Er empfiehlt die folgenden Schritte: (1) Beginnen Sie in sanftem Ton, (2) Lernen Sie, Rettungsversuche zu unternehmen und anzunehmen (3) Beruhigen Sie sich selbst (4) Gehen Sie Kompromisse ein und (5) Tolerieren Sie die Fehler des anderen (o.c., S. 188).

6. *„Überwinden Sie Pattsituationen“*

Entscheidendes Ziel der Ehe ist es nach Gottman „einander zu helfen, seine Träume Wirklichkeit werden zu lassen“ (o.c., S. 260). Hierzu ist es seiner Ansicht nach unabdingbar notwendig, die eigenen Bedürfnisse, Erwartungen, Forderungen und Wünsche – gegebenenfalls in Konfliktgesprächen (s.o.) - zu thematisieren.

7. *„Schaffen Sie einen gemeinsamen Sinn“*

Nach Gottman kann (und soll) eine Partnerschaft auch eine spirituelle Dimension haben, die sich nicht (nur) auf materielle Aspekt bezieht. Symbole, Rituale und gemeinsame Lebensziele können als Manifestationen dieses „gemeinsamen Sinns“ angesehen werden.

Ohne hier auf die konkrete Umsetzung bzw. Umsetzbarkeit der von Gottman et al. vorgeschlagenen „Geheimnisse“ weiter einzugehen, können die empirischen Befunde der Arbeitsgruppe um Gottman als sehr bedeutsam für die Beschreibung partnerschaftlicher Prozesse bewertet werden (vgl. Schindler et al., 1998, S. 58; Braukhaus et al., 2000, S. 189). Insbesondere kommt Gottman und MitarbeiterInnen das Verdienst zu, die verschiedenen empirischen Ergebnisse der Partnerschaftsforschung zu einer umfassenden Rahmentheorie über die Veränderung ehelicher Paarbeziehungen zu integrieren, mit deren Hilfe nicht nur die Auflösung, sondern auch die Aufrechterhaltung von Partnerschaften erklärt werden soll.

Dennoch lassen sich einige grundlegende Probleme dieses Ansatzes identifizieren:

Ein Hauptproblem dieses Ansatzes stellen begriffliche Unklarheiten sowie die unpräzise Konzeptualisierung zentraler Konstrukte dar. Verdeutlichen lässt sich dies an der Explikation von „Kritik“, die nach Gottman in Partnerschaften unbedingt zu vermeiden ist (vgl. „erster apokalyptischer Reiter“). Gottman scheint unter „Kritik“ jedoch nicht die (eventuell berechtigt) geäußerte negative Bewertung des Verhaltens der PartnerIn zu verstehen (die er als „Beschwerde“ bezeichnet), sondern er versteht unter „Kritik“ eine globale Schuldzuweisung und die generelle Verurteilung und Abwertung des Charakters einer anderen Person (bzw. der PartnerIn; vgl. Gottman & Silver, 2000, S. 42). Auch bezogen auf den „Ärger“, der von Gottman et al., 1998, S. 12) als nicht schädlich für eine Partnerschaft angesehen wird, bleibt unklar, was damit genau gemeint ist: So stellen Stanley, Bradbury & Markman (2000, S. 261) u.a. die Frage, ob nicht die destruktiven „apokalyptischen Reiter“ als eine Manifestation des Umgangs mit Ärger verstanden werden können und somit gerade der Umgang mit Ärger als maßgeblich für den Verlauf einer Partnerschaft angesehen werden muss. Gottman, Carrère, Swanson & Coan (2000, S. 270f.) entgegnen darauf, dass der mit Hilfe des Beobachtungsinstrumentes SPAFF operationalisierte Ärger sich deutlich von den „apokalyptischen Reitern“ unterscheiden lässt. Als Problem bleibt jedoch bestehen, dass durch die beobachtungsfokussierte Operationalisierung des Ärgers zwar behaviorale und physiologische Komponenten erfasst werden, nicht jedoch das für den Ärger konstitutive emotionale Erleben. Das Erleben des Ärgers kann jedoch durchaus als eine Bedingung für destruktives Verhalten (z.B. die „apokalyptischen Reiter“) angesehen werden.

In Verbindung damit bleibt in Gottman's Publikationen häufig unklar, welcher theoretische Stellenwert den empirischen Befunden zum Konfliktverhalten beigemessen wird. Zumeist wird nicht spezifiziert, inwiefern beobachtbares Konfliktverhalten als *Indikator* für interne Variablen bzw. theoretische Konstrukte wie gegenseitiger Respekt, Fairness, Achtsamkeit, Fürsorglichkeit etc., verstanden werden soll bzw. in welcher Relation das Konfliktverhalten zu diesen kognitiv-emotionalen Bedingungen steht.

Inhaltlich und methodologisch ist auffallend, dass aufgrund der beobachtungstheoretischen Fokussierung (Ehe“labor“ in Seattle) interne Strukturen und Prozesse, die sowohl für die Partnerschaftszufriedenheit als auch für das konkrete Konfliktverhalten relevant sind, stark vernachlässigt wurden. Insbesondere im Zusammenhang mit der (für einen Eheforscher erstaunlichen) und selbst kritisch gesehenen „agnostischen“ Perspektive auf Emotionen (vgl. Gottman, 1993, S. 480) bzw. der primär behavioral-physiologischen Erfassung emotionaler Phänomene wird die subjektive Perspektive der untersuchten Paare ausgeklammert. Dass



*Emotionen* rein behavioral operationalisiert und erfasst werden, ist unter anderem deshalb so erstaunlich, da in dieser Arbeitsgruppe der subjektiven Perspektive durchaus hoher prädiktiver Wert beigemessen wird und empirisch im Zusammenhang mit dem „Oral-History Interview“ (Subjektive Perspektive auf die Partnerschaftsgeschichte) auch nachgewiesen werden konnte. Weiter auszuarbeiten bleibt im Rahmen dieses Ansatzes daher, durch die verstärkte Beachtung der subjektiven Sichtweise der Paare konzeptuelle Schwierigkeiten zu überwinden und Emotionen auch unter Berücksichtigung des emotionalen Erlebens in das umfassende Partnerschaftsmodell zu integrieren.

#### **2.4. Fazit: Konfliktverhalten und Partnerschaftszufriedenheit**

Zusammenfassend lassen sich auf der Grundlage der verschiedenen Forschungsbemühungen zunächst folgende konsistente Befunde festhalten (vgl. Gottman, 1998, S. 190ff.; Weiss & Heyman, 1997, S. 22ff.):

- Bei unglücklichen Paaren ist die Wahrnehmung von positiven und negativen Ereignissen auf Kosten der positiven Ereignisse verschoben, das heißt, unzufriedene Partner/innen nehmen das Verhalten der/s anderen in einem negativeren Licht wahr als zufriedene Partner/innen und unterstellen „böswilligere“ Absichten.
- In unzufriedenen Partnerschaften findet sich eine stark ausgeprägte Affektreziprozität zwischen den Partnern, d.h. es werden negative Affekte besonders deutlich wahrgenommen und die Partner reagieren entsprechend negativ auf diese Affekte (Teufelskreis).
- In Verbindung damit zeigte sich, dass unglückliche Paare eine negativere Grundhaltung/Grundbilanz („negative sentiment override“) haben als glücklichere Paare.
- Bei unzufriedenen Partnerschaften findet sich eine stärkere Ausprägung des demand (wife) - withdrawal (husband) – pattern als bei zufriedenen Paaren; bei Konflikten zeigen unzufriedene Frauen mehr Konfliktengagement, Männer hingegen ziehen sich eher zurück.
- Im Zusammenhang mit der Auflösung von Partnerschaften wurden als destruktives Interaktionsverhalten die „vier apokalyptischen Reiter“ gefunden: Kritizismus („criticism“), Verachtung („contempt“), Defensivität („defensiveness“) und Rückzug/Abschottung („stonewalling“).
- Bei unzufriedenen Paaren finden sich mehr negative Attributionen bzgl. des Partner/innenverhaltens und mehr negative Erinnerungen/Erzählungen („narratives“) bzgl. der eigenen Partnerschaft als bei zufriedenen Paaren.
- In Konfliktsituationen weisen unzufriedene Paare eine größere physiologische Erregung auf als zufriedene Paare.

Die Relevanz dieser empirischen Befunde für den Verlauf von Paarbeziehungen konnte in längsschnittlichen Verlaufsuntersuchungen z.T. bestätigt werden (vgl. Bradbury, 1998; Karney & Bradbury, 1995). Gottman's integrativem Modell sowie den verschiedenen empirischen Befunden zufolge stellt das Kommunikations- und Konfliktverhalten in Zusammenhang mit der intersubjektiven Wahrnehmung den Ausgangspunkt für die Verschlechterung und Zerrüttung von Paarbeziehungen dar. Stablen Persönlichkeitsmerkmalen und soziodemographischen Variablen wird hingegen nur geringer prädiktiver Wert für die Beziehungsqualität-

und Beziehungsstabilität zugesprochen, was als ermutigend für die Möglichkeit und Nützlichkeit präventiver und paartherapeutischer Maßnahmen angesehen werden kann (vgl. Bodenmann, 2001; Karney & Bradbury, 1995).

Trotz der theoretischen wie empirischen Erkenntnisse bleiben eine ganze Reihe von Fragen im Zusammenhang mit Konfliktwahrnehmung und -Verhalten offen (vgl. ausführlich z.B. Fincham & Beach, 1999; Weiss & Heyman, 1997):

Unter prozessualer Perspektive bleibt vor dem Hintergrund der empirischen Befunde z.T. unklar, welche Konsequenzen mit verschiedenen Möglichkeiten des Umgangs mit Konflikten verbunden sind. So besteht zwar Einigkeit darüber, dass häufiges „negatives“ feindseliges Verhalten zu einer langfristigen Abnahme der Partnerschaftszufriedenheit führt. Weiter zu präzisieren ist jedoch, welche Verhaltensweisen genau als langfristig destruktiv für die Partnerschaft anzusehen sind. So stellt beispielsweise interpersonale Kritik (criticism) in Gottmans Modell den ersten „apokalyptischen Reiter“ dar. Eine Reihe von Untersuchungen zeigt jedoch (z.B. Gottman & Krokoff, 1989; Heavey et al., 1993; Karney & Bradbury, 1997; Kurdek, 1994), dass Kritik und offenes Zeigen von Unzufriedenheit und Ärger sehr wohl positive Konsequenzen für eine Partnerschaft haben kann. Andererseits zeigen verschiedene Untersuchungen, dass das Vermeiden von offenen Auseinandersetzungen und Rückzug - in den meisten Untersuchungen verbunden mit destruktiven Konsequenzen - sich positiv auf die beidseitige Zufriedenheit auswirken kann (zusammenfassend Roberts, 2000). Für die weitere Forschung erscheint mir in diesem Zusammenhang besonders interessant, inwiefern die PartnerInnen sich der kurz- wie langfristigen Konsequenzen ihres Handelns bewusst sind bzw. inwiefern die antizipierten Konsequenzen den Umgang mit Ärger und Konflikten beeinflussen.

Mit Blick auf Geschlechterdivergenzen zeigen die meisten empirischen Befunde, dass Frauen und Männer sich in ihrem Umgang mit Konflikten unterscheiden: Als Ergebnis der verschiedenen Beobachtungs- und Fragebogenuntersuchungen lässt sich festhalten, dass in heterosexuellen Partnerschaften im Durchschnitt die Frauen sich bei Partnerschaftskonflikten mehr engagieren und impulsiver reagieren als die Männer. Männliche Partner hingegen tendieren eher dazu, offene Auseinandersetzungen zu vermeiden und sich bei Konflikten zurückzuziehen (zusammenfassend z.B. Hojjat, 2000; Julien et al., 1997). Insbesondere dem geschlechterstereotypen „demand-withdraw-Konfliktmuster“ (Frauen drängen auf Veränderung, Männer blocken ab und ziehen sich zurück) kann eine gewichtige Rolle bei der langfristigen Verschlechterung der Partnerschaft zugeschrieben werden (vgl. z.B. Heavey et al., 1995).

Als Erklärungen für diese geschlechterspezifischen Unterschiede werden sowohl Unterschiede in den subjektiven Bedürfnissen als auch strukturelle Bedingungen wie z.B. die ungleiche Verteilung von Macht und Mitspracherecht herangezogen (zum Überblick z.B. Klein & Johnson, 1997). Interessanterweise wurde in der Partnerschaftsforschung jedoch erst vergleichsweise selten analysiert, inwiefern Frauen und Männer tatsächlich unterschiedliche Ansprüche, Bedürfnisse und Wünsche an die Partnerin bzw. die Partnerschaft haben (Hassebrauck, 1995). Verbunden damit fällt in der Partnerschaftskonfliktforschung auf, dass inhaltliche Bedürfnisse und Ziele im Zusammenhang mit Konfliktverhalten nur ungenügend oder sehr abstrakt be-

rücksichtigt werden (zu dieser Kritik: Fincham & Beach, 1999). Erst vergleichsweise wenige Untersuchungen berücksichtigen – über Attributionen hinausgehend – explizit intrapsychische Bedingungen und Prozesse, die als antezedente Bedingungen dem unterschiedlichen Umgang mit Konflikten zugrundeliegen (vgl. auch Fitness, 1996; Kurdek, 1998). Dies ist vor allem angesichts empirischer Befunde erstaunlich, die zeigen, dass die subjektive Wahrnehmung und Interpretation des interaktionellen Geschehens durch die PartnerInnen entscheidende Bedeutung im Zusammenhang mit Konfliktverhalten zukommt (z.B. Bradbury et al., 1996; Kurdek, 1995). In Ergänzung zu beobachtungstheoretischen Ergebnissen zu Konfliktverhalten sind daher Erkenntnisse über zugrundeliegende kognitiv-emotionale Strukturen und Prozesse, die sinnvollerweise aus der Perspektive der PartnerInnen zu erfassen sind, weiter auszuarbeiten. Insbesondere Fincham & Beach (1999) fordern in diesem Zusammenhang, verstärkt die subjektiven Interpretationen und Ziele bei partnerschaftlichen Interaktionen zu berücksichtigen und Konfliktverhalten bspw. handlungstheoretisch zu konzeptualisieren.

Besonders auffallend ist m.E. jedoch die mangelnde Berücksichtigung von Emotionen im Zusammenhang mit Partnerschaftskonflikten. Wenn Emotionen in der Partnerschaftskonfliktforschung berücksichtigt werden, dann zumeist in Form behavioraler oder physiologischer Reaktionen (z.B. Gottman & Levenson, 1986, 1992; vgl. auch Gottmans „agnostische Perspektive“ auf Emotionen). Beobachtbare emotionale Reaktionen werden in der gegenwärtigen Emotionspsychologie jedoch nur als Teilkomponenten des emotionalen Geschehens aufgefasst. Emotionales Erleben bspw. als antezedente Bedingung für individuelles Konfliktverhalten wird in den meisten theoretischen Ansätzen und empirischen Untersuchungen vernachlässigt, obgleich es eine Fülle von Anhaltspunkten gibt, dass gerade dem Erleben von Emotionen eine zentrale Rolle bei Konflikten zukommt (z.B. im Zusammenhang mit Attributionsprozessen und subjektiven Bedürfnissen; vgl. Berscheid & Ammazzalorso, 2001). So ist beispielsweise bislang unklar, in welchem Zusammenhang das Erleben von Ärger und Zorn mit spezifischen Formen des Umgangs mit Konflikten steht (z.B. den apokalyptischen Reitern nach Gottman; vgl. Stanley et al., 2000, S. 261). Zudem kann postuliert werden, dass das Konfliktverhalten (auch) als eine Bewältigungsreaktion auf Emotionen wie Ärger, Enttäuschung oder Zorn angesehen werden kann (vgl. Notarius, Lashley & Sullivan, 1997). Gerade die Relation von Ärger und Konfliktverhalten erscheint mir schon aus analytischer Perspektive sehr naheliegend: „Konflikt“ wird über die Inkompatibilität von Bedürfnissen definiert, „Ärger“ als Reaktion auf die Verletzung subjektiv relevanter Bedürfnisse.

Diesen Zusammenhängen näher nachzugehen, ist Gegenstand der weiteren theoretischen wie empirischen Auseinandersetzung. Im Folgenden werde ich daher zunächst den Bereich der Partnerschaftsforschung verlassen und mich emotionstheoretischen Grundlagen und Ausarbeitungen zum Gefühl des Ärgers und Zorns zuwenden. Diese emotionspsychologischen Grundlagen sind m. E. notwendig, um fundiert und theoriegeleitet weiter zu untersuchen, welche Bedeutung Ärger und Zorn im Zusammenhang mit dem Konfliktverhalten in Partnerschaften und der Partnerschaftszufriedenheit zukommt.

### 3 Ärger und Zorn aus emotionspsychologischer Perspektive

Im Gegensatz zum konkreten Konfliktverhalten sind Emotionen „trotz ihrer augenscheinlichen Relevanz im Kontext von Familie und Partnerschaft nur unzureichend erforscht worden“ (Laux & Weber, 1990, S. 661). Insbesondere „wird kaum untersucht, wie sich Ärger auf die interpersonale Kommunikation und Interaktion auswirkt“ (Fichten, 1993a, S. 108). Konkret mit Blick auf Ärger in Paarbeziehungen ist zudem festzustellen, „dass empirisch abgesicherte Zusammenhänge zwischen Ärgerausdruck und Partnerschaftsqualität bzw. –stabilität noch in ungenügendem Maße vorliegen“ (Bodenmann, 1995, S.90).

Diese Feststellungen sind erstaunlich, denn der Ärger wurde sowohl in der allgemeinspsychologischen Emotionsforschung als auch im Kontext klinischer Fragestellungen intensiv erforscht (für Überblicke z.B. Averill, 1982; Biaggio, 1987; Dusi, 1998; Hodapp & Schwenkmezger, 1993; Kassinove, 1995; Mees, 1992; Müller, 1993; Schwenkmezger et al., 1999; Steffgen, 1993; Tavris, 1992; Weber, 1994; Sonderhefte zu klinischen Aspekten des Ärgers z.B. *Journal of Counseling Psychology*, 1996, 43, Heft 2; *Journal of Clinical Psychology*, 1999; 55, Heft 3). Im Mittelpunkt dieser Auseinandersetzungen stand jedoch trotz der viel beachteten sozial-konstruktivistischen Arbeiten von Averill (1982, 1983) zumeist die individualsbezogene Perspektive auf den Ärger; die soziale Dimension und interpersonelle Auswirkungen des Ärgers wurden hingegen stark vernachlässigt (vgl. z.B. Parkinson, 1996; Weber, 1994). In sozialpsychologischen Arbeiten wurde Ärger häufig mit Aggression nahezu gleichgesetzt (Berkowitz, 1990; Selg, 1992; vgl. auch das sog. „AHA-Syndrom: „anger, hostility, aggression“: Spielberger, Reheiser & Sydeman 1995, S. 50ff.), doch wird der Beitrag der Aggressionstheorien zum Verständnis des Ärgers als Emotion „recht gering“ eingeschätzt (vgl. Weber, 1994, S. 72f.). Ärger entsteht jedoch besonders häufig in sozialen Situationen (z.B. bezogen auf Freunde und Bekannte; vgl. Averill, 1982; Mees, 1992; Wallbott, 1993) und hat je nach Umgang mit dem Gefühl gravierende Auswirkungen auf die jeweilige soziale Situation: „Anger, especially intense anger, is an interpersonal event“ (Fehr & Baldwin, 1996, S. 221). Erst in jüngster Zeit wird vermehrt – vor allem angeregt durch die „social-cognition“-Forschung – die Relevanz von Emotionen und z.B. den zugrundeliegenden kognitiven Strukturen sowie die Auswirkungen emotionalen Verhaltens im Zusammenhang mit Partnerschaften untersucht. „However, the detailed analysis of emotion and affect in close relationships has only just begun“ (Fletcher & Fitness, 1996, S. xiv).

Als eine mögliche Erklärung für die Vernachlässigung des Ärgers in Partnerschaften bieten sich grundlegende emotionstheoretische Probleme in der Ärgerforschung an, die sich m.E. insbesondere in den Schwierigkeiten bei der theoretischen Konzeptualisierung des Ärgers zeigen. Je nach Forschungsinteresse und zugrundegelegter Emotionstheorie werden verschiedene Facetten des Ärgers als maßgeblich für die Beschreibung des Ärgers angesehen, was zu einer Fülle unterschiedlicher und kontrovers diskutierter Beschreibungs- und Operationalisierungsversuche des Ärgers führt. „As a scientific construct, anger remains a tough nut to crack“ (Canary, Spitzberg, & Semic, 1998; S. 191). Zudem wird kritisiert, dass es an genuin auf den Ärger bezogenen Analysen mangelt (Weber, 1994, S. 11) bzw. noch immer keine „richtiggehende Ärgertheorie“ vorliegt (Dusi, 1998, S. 18).

Die Schwierigkeiten bei der Festsetzung, was sinnvollerweise unter Ärger zu verstehen ist, zeigen sich beispielsweise auch in der Partnerschaftsforschung: hier wird häufig nicht zwischen Ärger und *Konfliktverhalten* differenziert, sondern das *Gefühl* des Ärgers mit *Konfliktverhalten* gleichgesetzt (z. B. bei Baucom & Epstein, 1990, S. 229ff.; zu dieser Kritik vgl. auch Fitness, 1991). In der derzeitigen Emotionsforschung werden Emotionen jedoch vorwiegend als Syndrome - bestehend aus verschiedenen Komponenten – konzeptualisiert. Das Verhalten stellt dabei lediglich ein Merkmal des emotionalen Geschehens dar, zusätzlich werden beispielsweise kognitive Bewertungen, physiologisch-somatische Prozesse und das subjektive Erleben als notwendige Merkmale für Emotionen angesehen.

Als Ausgangspunkt für die weitere Auseinandersetzung mit Ärger und Zorn erscheint es mir sinnvoll, von den alltagssprachlichen Bedeutungen auszugehen und zunächst die Ärger- und Zorndefinitionen des DUDENS (Deutsches Universalwörterbuch) zu nutzen. Demnach steht „Ärger“ für „bewusstes, von starker Unlust und aggressiver innerer Auflehnung geprägtes erregtes Erleben (vermeintlicher) persönlicher Beeinträchtigung, insbesondere dadurch, dass etwas nicht ungeschehen zu machen, zu ändern ist“ (Duden, 1989, S. 139). Der Begriff des „Zorns“ wird definiert als „heftiger Unwille über etwas, das man als Unrecht empfindet oder was den eigenen Wünschen zuwiderläuft“ (Duden, 1989, S. 1787). Wie diese beiden Definitionen verdeutlichen, werden als charakteristische Merkmale für Ärger und Zorn einerseits bestimmte Erlebnisqualitäten herangezogen (z.B. starke Unlust, aggressive innere Auflehnung, heftiger Unwille), zum anderen werden situationale Bewertungen (unabänderliche persönliche Beeinträchtigungen, wahrgenommenes Unrecht) als charakteristisch angesehen. Diese Kernmerkmale (Erlebnisqualität und Bewertung) zu präzisieren und bezogen auf Ärger und Zorn in Partnerschaften zu spezifizieren, stellt ein Ziel der weiteren Auseinandersetzung dar.

Aufgrund der theoretischen wie konzeptuellen Probleme in der Ärgerforschung werde ich mich zunächst mit den emotionstheoretischen Grundlagen von Ärger und Zorn auseinandersetzen. Als (meta)theoretische Rahmenkonzeption wird hierzu der „Grundriss einer epistemologischen Emotionstheorie“ skizziert, der als emotionstheoretische Ausgangsbasis für die weitere (auch empirische) Auseinandersetzung mit Ärger und Zorn dienen soll (vgl. Kap. 3.1). Darauf aufbauend werden verschiedene theoretische Ansätze und empirische Ergebnisse der (kognitiven) Ärgerforschung dargestellt und herausgearbeitet, welche Beschreibungsmerkmale in der Ärgerpsychologie als maßgeblich für Ärger/Zorn (auch in der Partnerschaft) angesehen werden können (Kap. 3.2). Da der Zorn als eigenständige Emotion in der Forschung bislang vernachlässigt wurde, wird im Anschluss daran unter Berücksichtigung verschiedener Perspektiven der „Zorn“ als mögliche Differenzierung des umfassenden Phänomenbereichs Ärger vorgestellt und versucht, Präzisierungen zur weiteren Auseinandersetzung mit diesem vermeintlich „antiquierten“ Konstrukt (Weber, 1994, S. 269) herauszuarbeiten (Kap. 3.3). Mögliche Auslöser für Ärger und Zorn sind Gegenstand von Kapitels 3.4. Als Zwischenfazit werden die emotionstheoretischen Grundannahmen und Ergebnisse zusammengefasst und dargestellt, welche Konsequenzen daraus für die weitere Auseinandersetzung mit Ärger und Zorn – spezifisch in Paarbeziehungen – gezogen werden können (Kap. 3.5).

### 3.1 Emotionstheoretische Grundlagen und der „Grundriß einer epistemologischen Emotionstheorie“

In der derzeitigen Emotionsforschung werden Emotionen vorwiegend als Syndrome - bestehend aus verschiedenen Komponenten - konzeptualisiert (z.B. physiologische-, expressive-, motivational-aktionale-, kognitive-, subjektive Komponente; vgl. Averill, 1982; Scherer, 1990; Schmidt-Atzert, 1996; bezogen auf Ärger: Weber, 1994). Dabei wird bei syndromatischen Mehrkomponentenmodellen meist davon ausgegangen, dass keine der Komponenten als notwendiges oder hinreichendes Emotionsmerkmal angesehen werden kann, sondern die Komponenten ein „variables Set“ von Beschreibungsmerkmalen darstellen (Weber, 1994, S.14). Entsprechend ergeben sich je nach Zusammenstellung der Komponenten völlig unterschiedliche Emotionsdefinitionen, bei denen einzelne Komponenten ganz fehlen können. Interessanterweise spielt dabei das subjektive Gefühlserleben in diesen Emotionstheorien häufig nur eine untergeordnete Rolle als isolierte sogenannte „subjektive Komponente“ (z.B. Scherer, 1990, S. 14ff.). Und so „gibt es auch, vielleicht ein bisschen befremdlich, Ärger ohne das Gefühl des Ärgers“ (Weber, 1994, S. 14).

Die Probleme der willkürlichen Zusammenstellung notwendiger Emotionsmerkmale versuchen verschiedene AutorInnen dadurch zu überwinden, dass sie durch weitere Unterteilungen und Zuordnung der Komponenten unterschiedliche „Formen“ von Emotionen differenzieren: So unterscheidet z.B. Krause (1997) zwischen „auftretenden Emotionen“ und (bewusst) „erlebten Emotionen/Gefühlen“: „Auf tretende Emotionen“ sind in seiner Konzeption bestimmt durch die Subsysteme „motorisch-expressive“, „physiologische“ und „motivationale“ Komponente, für „Erlebte Emotionen/Gefühle“ hingegen sind die Komponenten „Wahrnehmung der körperlichen Korrelate“, „Benennung und Erklärung der eigenen Wahrnehmung“ und die „Wahrnehmung der situativen und sozialen Bedeutung“ ausschlaggebend; vgl. zusammenfassend Bastine, 1998, S. 381f.). Als Schwierigkeit dieser Unterscheidung bleibt jedoch das Problem bestehen, dass damit nicht spezifiziert wird, durch welche *gemeinsamen* Merkmale die verschiedenen „Subtypen“ der Emotionen gekennzeichnet sind (i.S.v. „was macht Emotionen zu Emotionen“). Statt dessen werden – durchaus sinnvoll - verschiedene *Perspektiven* auf Emotionen unterschieden (i.S.v. einer Unterscheidung der „Außen“-/Beobachterperspektive auf physiologisch messbare Veränderungen, Mimik oder emotionales Verhalten im Gegensatz zur „Innen“-perspektive des fühlenden Subjekts: subjektive Bewertungen, Verhaltensimpulse und somatische Empfindungen; vgl. hierzu Laucken (1989), der in diesem Zusammenhang von einer „physiographischen“ Betrachtung von Emotionen im Gegensatz zu einer „phänomenographischen“ Perspektive sprechen würde; s.u. Kap.3.2.).

Für die Auseinandersetzung mit Ärger in Paarbeziehungen ist meines Erachtens das subjektive Erleben der Partnerinnen und Partner der angemessene Ausgangspunkt. Denn insbesondere mit Blick auf mögliche Erklärungen des beobachtbaren Ärger- und Konfliktverhaltens in Paarbeziehungen erscheint es mir notwendig, in Ergänzung zu den „objektiv“-beobachtungstheoretischen Ergebnissen zum Konfliktverhalten die subjektive Perspektive der fühlenden (und denkenden) PartnerInnen und Paare zu berücksichtigen und in den Vordergrund der weiteren Auseinandersetzung zu stellen.

Die Vorstellung, bei der Explikation von Emotionen von dem subjektiv-phänomenalen Erleben einer Person auszugehen, deckt sich mit dem Gegenstands(vor)verständnis und den Menschenbildannahmen des „Forschungsprogramms Subjektive Theorien“. Im Mittelpunkt dieses Forschungsprogramms steht das bewusstseinsfähige, sinnkonstituierende Subjekt, das „prinzipiell fähig ist zu Reflexivität, potentieller Rationalität, sprachlicher Kommunikation und sozialer Interaktion“ (vgl. Groeben, 1986, S. 59ff.; Groeben, Wahl, Schlee & Scheele, 1988).

Erweitert wurde dieses Forschungsprogramm durch Scheele (1990, 1996), die einen „Grundriß einer epistemologischen Emotionstheorie“ skizzierte. Als ein zentrales Postulat beinhaltet dieser Ansatz, dass Emotionen primär über das bewusste Erleben zu definieren und zu beschreiben sind. In Anlehnung und Weiterentwicklung kognitiver Emotionstheorien (z.B. Lazarus, 1980, 1991; Pekrun, 1988; Scherer, 1990) geht Scheele in ihrem „hierarchischen Mehr-Komponenten-Modell“ davon aus (vgl. Scheele, 1996, S. 353f.), dass sich alle Emotionen durch zwei grundlegende und obligatorisch notwendige Merkmale charakterisieren lassen:

(1) Zum einen durch Bewusstheit bzw. bewusstes Erleben (*awareness*), zum anderen – als inhaltlich spezifizierendes Kernmerkmal des Bewusstseinzustandes – (2) durch die „Bewertung von Person-Umwelt-Relationen unter Bezug auf bedürfnisrelevante Wertmaßstäbe“ (vgl. Scheele, 1990, S. 41ff; 1996, S. 353ff.). Mit anderen Worten: Emotionen sind dadurch gekennzeichnet, dass eine Person sich selbst oder die ‚Welt‘ auf der Grundlage selbstkonzept-relevanter Bedürfnisse bewertet und sich dieser Bewertung auch *bewusst* ist. Unbewusste (oder nach Scheele, 1990, S. 31 „*ungewusste*“) kognitive Prozesse können diesem Ansatz zufolge zwar sehr relevant für die *Erklärung* von Emotionen sein, stellen jedoch kein konstitutives Merkmal der *Beschreibung* von Emotionen dar.

Verdeutlichen lässt sich dies beispielhaft an der Begriffsexplikation von „Ärger/Zorn“, die Scheele in Anlehnung an vergleichbare kognitionspsychologische Ansätze vorstellt. Demnach steht „Ärger/Zorn“ für das „Feststellen von weitgehend unkontrollierbaren Ereignissen, die den moralischen Anforderungen (insbesondere Gerechtigkeitsvorstellungen) des Subjekts widersprechen“ (Scheele, 1990, S. 49f.).

Ergänzend zu den obligatorischen Beschreibungs- und Definitions-Merkmalen von Emotionen („subjektives Erleben“; „bedürfnisrelevante Bewertung“) ist nach Scheele zu prüfen, ob für die Spezifizierung einzelner Emotionen eventuell weitere fakultative Merkmale (z.B. Handlungsimpulse, somatisches Empfinden) als charakteristisch anzusehen sind (vgl. Scheele, 1996, S. 353f). So lassen sich beispielsweise Handlungsimpulse bzw. die Veränderung der Handlungsbereitschaft, die nach Frijda (1986) das zentrale Charakteristikum von Emotionen darstellt, ohne Schwierigkeiten in dieses Modell integrieren, zumal das eher motivational ausgerichtete Emotionskonzept von Frijda und MitarbeiterInnen sowohl die „Bewusstheit“, „kognitive Bewertungen“ als auch den „Person-Welt-Bezug“ der Handlungsimpulse beinhaltet (vgl. Frijda, Kuipers & Terschure, 1989; Frijda, 1993). Auch körperlich-spürbare Veränderungen (z.B. das „hitzige“ Erleben des „aufflammenden“ Zorns) lassen sich in die Beschreibung des prototypischen Erlebens von Gefühlen aufnehmen (z.B. Stemmler, 1984; 1997), ohne dass diese jedoch als notwendige Bedingungen für das Erleben von Emotionen angesehen werden (Scheele, 1990, S. 77).

Der kognitionspsychologische „Grundriß einer epistemologischen Emotionstheorie“ ist für die weitere Auseinandersetzung mit Ärger und Zorn aufgrund einer Reihe von Vorteilen m.E. besonders geeignet (eine umfassende Diskussion zu Scheeles Ansatz findet sich in der Zeitschrift „Ethik und Sozialwissenschaften“, 1996, S. 298-360):

Entsprechend der (meta)theoretischen Grundannahmen wird die epistemologische Konzeption von Emotionen zunächst der potentiellen Reflexionsfähigkeit des fühlenden Subjekts gerecht und trägt dem Postulat Rechnung, dass Emotionen durch persönliche Betroffenheit und Involviertheit bestimmt sind: „Emotionen sind subjektive Erfahrungstatsachen bzw. Bewusstseinsinhalte, die persönliche Betroffenheit und Engagement in unsere Beziehung zur Welt ausdrücken“ (Ulich, 1985, S. 80; vgl. auch Ulich, 1992, S. 49ff.); „Fühlen heißt, in etwas involviert sein“ (Heller, 1980, S. 19; vgl. auch Bottenberg, 1995). Genau diese Involviertheit und Betroffenheit unter Rückbezug auf die gesamte Person mit ihren selbstkonzeptrelevanten Bedürfnissen wird am Beispiel von Ärger und Zorn besonders deutlich (z.B. „ich *bin* verärgert“; „ich *bin* zornig“); ohne die Berücksichtigung des subjektiven emotionalen Erlebens ist es m.E. nicht sinnvoll, von Ärger und Zorn (in Partnerschaften) zu sprechen.

Ein weiterer Vorteil der epistemologischen Grundannahmen besteht in dem hohen theoretischen Integrationspotential. Zum einen können die Annahmen der differenzierten kognitiven Emotionstheorien integriert werden, denen zufolge spezifische kognitive Bewertungen als ausschlaggebend für Emotionen/das emotionale Erleben anzusehen sind (z.B. Lazarus, 1991; Roseman et al., 1991, 1996; Smith & Lazarus, 1993; Scherer, 1990, 1993). Zum anderen lassen sich entsprechend emotionstheoretischer Komponentenmodelle weitere (fakultative) Merkmale bei der Beschreibung des emotionalen Erlebens integrieren (vgl. Scheele, 1996, S. 289). Im Gegensatz zu rein „syndromatischen Mehrkomponentenmodellen“ hat die „hierarchische“ Strukturierung von Emotionskomponenten den Vorteil, dass das Charakteristikum von Emotionen klar bestimmt wird, ohne dass es zu Widersprüchen oder zu wenig sinnvollen Konstruierungen kommt (z.B. das „nichtgefühlte Gefühl“ des Ärgers). Bei syndromatischen Mehrkomponentenmodellen bleibt aufgrund der fakultativen Zusammenstellung von Komponenten unklar, welche Merkmale das Spezifische an Emotionen ausmachen. „Denn die Idee des Syndroms besagt, dass alle Komponenten gleich wichtig oder unwichtig sind“ (Weber, 1994, S. 14). Durch die Unterscheidung obligatorisch notwendiger Komponenten und die Berücksichtigung weiterer fakultativer Merkmale wird dieses Problem im Rahmen der epistemologischen Emotionstheorie gelöst.

Empirisch lassen sich durch Berücksichtigung der Reflexionsfähigkeit fühlender Personen einzelne Emotionen unter Rückgriff auf das Erleben und Erfahrungen präzise beschreiben und voneinander abgrenzen (vgl. die empirischen Untersuchungen bei Scheele, 1990, S. 174ff.). Als sinnvoll erscheint es – entsprechend dem Kernmerkmal des „bewussten Erlebens“ – diese Beschreibungsmerkmale aus der „Innenperspektive“, d.h. aus der Sicht des reflexiven Subjekts zu erheben. Dies bedeutet nicht, dass Merkmale, die eher aus der „Außenperspektive“ (externe/r BeobachterIn) wahrzunehmen oder zu erfassen sind (z.B. messbare physiologische Variablen, mimische Reaktionen, Verhaltensreaktionen) für das emotionale Geschehen unwichtig wären (zumal im Zusammenhang mit sozialen Interaktionen). Doch werden diese



Merkmale entsprechend dem dargestellten Emotionsverständnis nicht als notwendige und konstitutive Definitionsmerkmale von Emotionen angesehen, sondern sind angemessener als ermöglichende und/oder antezedente Bedingungen zu verstehen oder – insbesondere bei Bewältigungsreaktionen – dem sukzedenten Bereich zuzuordnen (vgl. auch Scheele, 1996, S. 355ff.).

Durch die Berücksichtigung der Innenperspektive kann zudem das z.B. in der Partnerschaftsforschung bestehende Problem aufgefangen werden, bei beobachtungstheoretischen Operationalisierung von Emotionen das eigentlich Emotionale, das subjektive Erleben, nicht erfassen zu können (bezogen auf Ärger vgl. Stanley et al., 2000, S. 261). Durch Berücksichtigung der Innenperspektive lassen sich nicht nur *intraindividuelle* Unterschiede im Erleben verschiedener Emotionen analysieren, sondern es können darüber hinaus auch *interindividuelle* Unterschiede beim Erleben von Ärger und Zorn in Paarbeziehungen untersucht werden.

Konkret mit Blick auf Paarbeziehungen erscheinen mir für die weitere Auseinandersetzung mit Ärger/Zorn auf der Grundlage einer epistemologischen Emotionstheorie vor allem zwei Fragestellungen relevant:

- a) Unter emotionstheoretischer Perspektive stellt sich mit Blick auf eine differenzierte *Beschreibung* von Ärger und Zorn die Frage, welche Merkmale als besonders charakteristisch für den Zorn in Partnerschaften anzusehen sind. Ergänzend zu den definitiven Bewertungsmerkmalen ist empirisch zu prüfen, welche weiteren Facetten des Zornerlebens (z.B. die Wahrnehmung körperlicher Reaktionen oder Sanktionsimpulse) von Personen in Partnerschaften für den Zorn als charakteristisch angesehen werden und für eine umfassende und (alltagsnahe) Beschreibung des Ärger-/Zornerlebens notwendig sind (vgl. Kap. 3.2.2). Zudem ist weiter zu untersuchen, durch die Verletzung welcher inhaltlichen Bedürfnisse und Werte der Ärger und Zorn in Partnerschaften ausgelöst werden kann.
- b) Bezogen auf Paarbeziehungen ist meines Erachtens die Frage nach dem *Umgang und der Bewältigung von Ärger und Zorn* besonders weiterführend. Von vorrangigem Interesse ist für mich, welche Erklärungen die Paare für ihren eigenen Umgang mit Ärger und Zorn angeben. Damit verbunden ist die Frage, welche Ziele, Intentionen und Erwartungen Paare mit spezifischen Reaktionsformen verbinden und ob das Agieren im Ärger sinnvollerweise als bewusstes Handeln, weniger reflektiertes Tun oder reflexhaftes Verhalten einzuordnen ist (vgl. Groeben, 1986). Zudem sind für den Verlauf von Partnerschaften die bewusst repräsentierten Bedingungen und Konsequenzen von emotionalen Konflikten von zentraler Bedeutung und im Zusammenhang mit Ärger und Zorn in Partnerschaften bislang wenig untersucht worden (Fitness, 1996; Fletcher & Thomas, 1996). Durch die *Erfassung Subjektiver Theorien zum Umgang mit Ärger und Zorn* lassen sich diese Fragestellungen im Rahmen des „Forschungsprogramms Subjektive Theorien“ (Groeben et al., 1988) analysieren und bestehende Ansätze weiter präzisieren (Scheele, 1990, S. 257ff.).

Zunächst sollen jedoch unter Berücksichtigung bestehender theoretischer Ansätze die Beschreibungsmerkmale von Ärger und Zorn spezifiziert werden. Ziel ist es, die emotionspsychologischen Ansätze und Befunde zu Ärger/Zorn darzustellen, die m.E. für die weitere Auseinandersetzung mit Ärger und Zorn in Paarbeziehungen besonders weiterführend sind.

### 3.2 Psychologische Beschreibungsansätze zu Ärger und Zorn

Bei dem Versuch einer umfassenden und alltagsnahen Beschreibung von Ärger und Zorn lassen sich drei verschiedene theoretische Ansätze und Vorgehensweisen unterscheiden: Zum einen die rein analytische Beschreibung der sprachlogischen Bedeutung von Emotionskonstrukten wie Ärger (vgl. z.B. Laucken; 1989, Mees, 1985, 1991, 1992; Ortony, Clore & Collins, 1988). Zum anderen die empirisch fundierte Beschreibung des Ärgererlebens aus der subjektiven Selbstsicht (insbesondere im Kontext des Prototypenansatzes; vgl. z.B. Fehr & Baldwin, 1996; Fitness & Fletcher, 1993; Russell & Fehr, 1994; Shaver, Schwartz, Kirson & O'Connor, 1987). Als dritte und in der gegenwärtigen Theorienlandschaft häufig genutzte Möglichkeit bieten sich sogenannte Mehrkomponentenmodelle an; vor allem Weber (1994) analysiert den Ärger unter dieser Perspektive und versucht dadurch, den „prototypischen“ Ärger zu definieren. Im Folgenden werde ich in der gegebenen Kürze versuchen, diese drei Perspektiven auf den Ärger zusammenzufassen.

#### 3.2.1 Ärger und Zorn aus sprach-psychologischer Perspektive

Mees (1991, 1992) geht bei der Analyse von Emotionen zunächst von einer grundlegenden Unterscheidung verschiedener „Denkformen der Psychologie“ (Laucken, 1989) aus, die mir aus wissenschaftstheoretischer Sicht so relevant erscheint, dass ich zunächst kurz darauf eingehen möchte:

Es lassen sich, so Laucken und Mees, drei Denkformen und damit verbundene Gegenstandsentwürfe, Aussagemittel und Prüfweisen auch im Rahmen der Emotionspsychologie voneinander unterscheiden (Laucken, 1989, S. 104ff.; Mees, 1991, S. 13ff.; Mees, 1992):

1. Bei einer „physiographischen“ Sichtweise in der Psychologie ist die *Körperwelt* Gegenstand der Analysen; Emotionen werden dann als körperliche Einheiten verstanden, die mit Hilfe naturwissenschaftlicher Methoden „beobachtet“ und „gemessen“ werden können (z.B. Veränderung des Blutdrucks, Hormonausschüttungen, Mimikreaktionen und Verhaltensaktivitäten)
2. Unter „logographischer“ Perspektive werden Emotionen als *geistesweltliche* Einheiten verstanden, als theoretische Konstrukte, deren Bedeutungsgehalt im Sinne semantischer Inhalte analysiert wird (bezogen auf Emotionen z.B., was verschiedene Emotionsbegriffe bedeuten bzw. was Personen meinen, wenn sie von „Liebe“, „Ärger“ oder „Zorn“ sprechen).
3. Die „phänographische“ Analyse von Emotionen befasst sich mit Gefühlen als *lebensweltliche* Phänomene und „gelebte Einheiten“. Während bei einer „logographischen“ Analyse untersucht wird, was unter den Konstrukten wie „Liebe“ und „Zorn“ zu verstehen ist, interessiert unter phänographischer Perspektive, was eine Person in ihrer (mundanen) Lebenswelt ganz konkret empfindet, wenn sie „verliebt“ oder „zornig“ ist.

Diese drei „Denkformen/Perspektiven“ und die damit verbundenen „Gegenstandsentwürfe“ werden nach Ansicht der Autoren in der Psychologie häufig nicht auseinandergelassen bzw. nicht dargelegt, welche Beziehung zwischen den verschiedenen Betrachtungsebenen angenommen werden. Übertragen auf die Partnerschaftsforschung zeigt sich dies darin, dass beispielsweise „Ärger“ zumeist beobachtungstheoretisch im Sinne einer „phy-

sikographischen“ Erfassung von Mimikreaktionen oder sprachlichen Äußerungen erfasst wird (z.B. bei Gottman, 1994). Durch unzureichende theoretischen Klärung des Konstrukts „Ärger“ bzw. der Gleichsetzung beobachtbarer „emotionaler Verhaltensreaktionen“ mit dem „subjektiv phänomenalen Erleben“ setzen sich diese beobachtungstheoretischen Untersuchungen zu Emotionen dem Vorwurf begrifflicher Unklarheiten bzw. von Kategorienfehlern aus (Laucken, 1989, S. 11; bezogen auf Ärger in Paarbeziehungen: Fitness & Strongman, 1991, S. 179; Stanley et al., 2000, S. 261)

Unter Berücksichtigung der Unterscheidung verschiedener Denkformen analysiert Mees (1985, 1991, 1992) unter „logographischer Perspektive“ Emotionen hinsichtlich ihrer (sprachlichen) Struktur und den zugrundeliegenden konstituierenden Beschreibungsmerkmalen. Entsprechend kognitiver Emotionstheorien definiert Mees Emotionen als kognitive Bewertungsreaktionen, wobei seines Erachtens alleine die unterschiedliche Art der Bewertung ausschlaggebend für die verschiedenen Emotionen/Emotionskonzepte ist. „Die Art der Gefühle wird konstituiert von den jeweils involvierten Bewertungsrelationen, also den Wünschen/Zielen in Hinblick auf Ereignisse, den Normen und Standards im Hinblick auf das Tun und Lassen von Urhebern, sowie den Werten und Vorlieben im Hinblick auf Personen bzw. Objekte“ (Mees, 1991, S. 195). Für das emotionale *Erleben* sind zudem noch weitere emotionsspezifische „Intensitätsindikatoren“ notwendig, die jedoch nicht die *Art* des Gefühls, sondern die *Intensität* des emotionalen Erlebens bestimmen (vgl. Mees, 1991, S. 185ff.).

Im Rahmen seines kategorialen Emotionsstrukturmodells geht der Autor ausführlich auf den Ärger und damit „verwandte“ Emotionen ein. „Ärger“ klassifiziert er als Kombination einer „Ereignisbewertung“ und der „Bewertung des Tuns/Lassen von Urhebern“; „Ärger“ definiert er als die „Unzufriedenheit mit einem unerwünschten Ereignis aufgrund des tadelnswerten Tuns oder Lassen eines anderen“ (Mees, 1992, S. 30ff). Für das emotionale Erleben des Ärgers sind nach Mees (1991; 1992, S. 32) noch die ärgerspezifischen „Intensitätsvariablen“, das „Ausmaß der Unerwünschtheit des Ereignisses“ und das „Ausmaß der beurteilten Tadelnswürdigkeit des Tuns/Lassens“ konstitutiv: weitere Variablen (wie körperliches Empfinden, Handlungsimpulse) können die Intensität des emotionalen Erlebens beeinflussen, ohne jedoch die Art des Gefühls zu verändern (vgl. Mees, 1991, S. 188ff.).

Als einer der wenigen Emotionspsychologen unterscheidet Mees zwischen Ärger und Zorn: Bei *Ärger* wird seines Erachtens (immer) ein unerwünschtes Ereignis *und* das Agieren von Personen negativ bewertet (bei Selbstärger auch das der eigenen Person; Mees, 1992, S. 33ff.). Fehlt die Verantwortungszuschreibung für das negative Ereignis auf das tadelnswerte Tun oder Lassen einer Person, ist nach Mees nicht von Ärger sondern angemessener von Frustration oder Enttäuschung zu sprechen, oder aber es kommt zu seltsamen „Personifizierungen“ (z.B. im Zusammenhang mit Ärger über einen verregneten Urlaub).

*Zorn* sowie *Empörung/Entrüstung* spezifiziert Mees als reine Attributions- und Vorwurfsemotionen, bei denen „das Tun/Lassen von als verantwortlich aufgefassten Urhebern anhand von Normen und Standards bewertet“ wird (Mees, 1992, S. 59ff). D.h. während bei Ärger seines Erachtens immer ein unerwünschtes Ereignis und der Urheber negativ bewertet wird, fokussiert der Zorn auf das tadelnswerte Agieren einer Person.

Bei den Normen und Standards, die zur Bewertung der Tat einer anderen Person herangezogen werden, unterscheidet Mees zwischen „inhaltlichen“ und „formalen“ Normen (Mees, 1992; vgl. auch Laucken & Mees, 1987):

*Inhaltliche* Normen beschreiben den „materialen“ Gehalt einer Norm (welche Norm wird übertreten oder verletzt?), *formale* Normen oder Intensionsmodi beziehen sich auf die Beweggründe der beurteilten Person (vgl. zusammenfassend Mees, 1992, S. 38ff.). Beide Facetten sind für die emotionale Bewertung bei Zorn entscheidend, da sowohl die Verletzung der „inhaltlichen“ Normen missbilligt wird, als auch die Verletzung von „formalen“ Normen eingeschätzt wird (i.S.v. Gedankenlosigkeit, Rücksichtslosigkeit oder Böswilligkeit: „Wird man von einer anderen Person unberechtigterweise beschimpft, so liegt nicht nur eine Missachtung eines Rechts auf Achtung der eigenen Würde vor (= Verletzung einer inhaltlichen Norm), sondern auch eine Verletzung einer formalen Norm: Der andere hat dies mit voller Absicht und zwar *böswillig* getan“ (Mees, 1991, S. 138). Für den Zorn werden die inhaltlichen Normen weiter spezifiziert: „Je mehr die bewertende Person nun unterstellt, dass Normen dieser Art gültig sind, von allen geteilt werden (müssen) und absolute Konformität erfordern, desto mehr wird sie sich bei einer solchen Attribution ´im Recht´ glauben; so gesehen macht dann die Redewendung vom ´gerechten´ oder ´heiligen Zorn´ Sinn“ (Mees, 1985, S. 9)

Das Besondere an diesem kategorial-sprachlogischen Ansatzes ist nun, dass es aufgrund der „sprachanalytischen Wahrheit“ der Bedeutungsinhalte von Emotionsbegriffen nach Mees (z.B. 1991, S. 27ff; 180ff.) nicht notwendig und sinnvoll ist, empirisch unter Rückgriff auf das Sprachwissen von Untersuchungspersonen den Bedeutungsgehalt von Emotionsbegriffen zu überprüfen (vgl. auch Brandstädter, 1993; Laucken 1989; Smedslund, 1988; kritisch Groeben, 1999, S. 354ff.). Der Begriff „Zorn“ steht nach Mees nach *per definitionem* für den Vorwurf an eine Person, rücksichtslos oder böswillig moralische Normen verletzt zu haben (Mees, 1992, S. 38). Methodologisch sinnvoll hingegen ist es seines Erachtens, empirisch konkrete Auslöser, Bewältigungsstrategien oder Konsequenzen der sprachanalytisch vorab geklärten Emotionskonstrukte zu untersuchen (vgl. Mees, 1991, S. 180ff.).

Diesem empiriebezogenen Postulat ist sicherlich zuzustimmen, doch dürfte auch die alltags-sprachliche Bedeutungsstruktur von Emotionsbegriffen nicht so eindeutig sein, wie dies von Mees postuliert wird (insbesondere unter Berücksichtigung der auch von Mees (1991, S. 24) festgehaltenen Geschichts- und Kulturvarianz von Begriffsbedeutungen):

So stellten bspw. Sommers & Kosmitzki (1988) empirisch fest, dass im angloamerikanischen Raum die Begriffe „anger/rage“ mit deutlich negativeren und destruktiveren Assoziationen verbunden sind als „Ärger/Wut“ im deutschsprachigen Raum. Nach Selbstauskunft werden diese Gefühle von AmerikanerInnen zudem deutlich seltener erlebt als von deutschsprachigen Personen (Sommers & Kosmitzki, 1988, S. 39f.). Auch werden im süddeutschen Sprachraum (z.B. Schwaben) gängige Emotionsbegriffe (z.B. Zorn) in „Nord“deutschland (z.B. Ruhrgebiet) nur sehr selten genutzt (persönliche Mitteilung von S. Hase).

Ergänzend zu den rein sprachanalytischen orientierten Analysen wurde daher von verschiedenen AutorInnen gefordert, durch empirische Erfassung des subjektiven Emotionsverständnisses von Untersuchungspersonen (i.S.v. emotion knowledge oder Subjektiven Emotionstheorien) zu einer alltagsnahen Beschreibung von Emotionen zu gelangen (z.B. Fitness & Fletcher, 1993; Scheele, 1990, 1996; Shaver et al., 1987). Die empirischen Ergebnisse dieser Ansätze sind Gegenstand des folgenden Abschnitts.

### **3.2.2 Empirische Ergebnisse zur Beschreibung von Ärger aus subjektiver Perspektive**

Im Gegensatz zu den Versuchen, Emotionen durch die Angabe von analytisch notwendigen und hinreichenden Beschreibungsmerkmalen zu kategorisieren, gehen AutorInnen des sogenannten „Prototypenansatzes“ davon aus, dass Emotionen (wie auch andere sprachliche Konzepte) sinnvoller als Konzepte mit „verschwommenen Grenzen“ aufzufassen sind („fuzzy set-theory“ der Emotionen; z.B. Fehr & Russell, 1984). Entsprechend wird in diesem Ansatz davon ausgegangen, dass auch das emotionale Erleben häufig nicht eindeutig mit einem bestimmten Emotionskonzept zu kennzeichnen ist, sondern ein bestimmtes Emotionskonzept mehr oder weniger „prototypisch“ für das Erleben sein kann. Im Kontext dieser Prototypentheorie wurden in einer ganzen Reihe empirischer Untersuchungen die Vorstellungen zu Emotionskonzepten wie beispielsweise Ärger sowie dem subjektiven Erleben verschiedener Emotionen untersucht:

Shaver, Schwartz, Kirson & O’Connor (1987) überprüften dieses Prototypenmodell in mehreren Untersuchungen. Auf der Grundlage des Emotionsverständnisses von 100 Studierenden stellten sie zunächst fest, dass Ärger neben Liebe, Freude, Trauer und Angst zu den prototypischen Emotionsbegriffen gehört (Shaver et al., 1987, S. 1067ff.). Auf der Suche nach der prototypischen Struktur dieser Oberkategorien baten die AutorInnen weitere Studierende, das eigene Erleben zu diesen typischen Emotionsbegriffen anhand einer charakteristischen Emotionsgeschichte (Szenario) ausführlich zu beschreiben (Studie 1: Perspektive des *subjektiven Emotionserlebens*). Die TeilnehmerInnen einer zweiten Gruppe wurden gebeten, in einer Geschichte möglichst präzise zu beschreiben, welche Merkmale ganz generell charakteristisch für diese thematischen Emotionen sind (Studie 2: *typisches Emotionserleben*). Für das Erleben des Ärgers fanden die AutorInnen u.a. heraus, dass als charakteristischer Auslöser für Ärger die mangelnde Realisierungsmöglichkeit persönlicher Ziele und Pläne (z.B. Verlust an Einflussmöglichkeiten/Macht; Verletzung von Erwartungen; Handlungsunterbrechungen) oder aber drohender oder tatsächlicher physischer oder psychischer Schmerz war. Zudem wurde sehr häufig – aus der Selbstperspektive bei 95 % der Berichte – die Illegitimität der Bedürfnisverletzungen hervorgehoben. Weitere zentrale Beschreibungsmerkmale waren Handlungstendenzen und Verhaltensweisen (z.B. Schimpfen/Schreien, vorgestellte oder tatsächliche verbale Attacken gegen die andere Person) sowie eine Reihe somatischer Manifestationsformen (z.B. Rot werden, sich verkrampfen, Hitzeempfinden; vgl. o.c., 1074ff).

Anknüpfend an diese Untersuchung analysierten Fitness & Fletcher (1993) ebenfalls die subjektiven Vorstellungen (emotion knowledge) über Emotionen, nun jedoch gezielt in Bezug auf Partnerschaften (am Beispiel von Liebe, Hass, Ärger und Eifersucht). Die Ergebnisse entsprechen im wesentlichen den Befunden kognitiver Emotionstheorien sowie den Ergebnissen

von Shaver et al. (1987). Zum Empfinden von Ärger kam es nach Auskunft der befragten Partner/innen vor allem aufgrund unfairen Verhaltens, bei dem die Schuld (fault) der Partner/innen hervorgehoben wurde. Zudem wurde Ärger als angespannt (muscle tension), heiß (hot) und quälend (bothered) erlebt, verbunden mit dem Bedürfnis, das Gefühl (verbal oder nonverbal) zum Ausdruck zu bringen. Im Gegensatz zu Hass und Eifersucht wurden Ärgerereignisse als eher vorhersagbar und die Situation als vergleichsweise kontrollierbar eingeschätzt (Fitness & Fletcher, 1993, S. 948).

Ausführlich mit dem Konzept und Erleben des Ärgers befassten sich Russell & Fehr (1994) in verschiedenen empirischen Studien. Ausgangspunkt ihrer Analysen war die Kritik an dem renommierten „Ärger“-Forscher Berkowitz (vgl. die Diskussionen in Wyer & Srull, 1993), Gegenstand seiner Ärgeruntersuchungen sei gar nicht der Ärger, sondern allgemein aggressives Verhalten, da ein zentrales Merkmal des Ärgers (der Schuldvorwurf) in seiner Definition des Ärgers fehlen würde. Als potentielle Komponenten des Ärgers, die in der Forschungsliteratur jedoch *alle* kontrovers hinsichtlich ihrer Notwendigkeit diskutiert werden, stellen sie die „physiologische Komponente“, die „ursächliche Komponenten“ (i.S.v. Wahrnehmung der ärgerauslösenden Situation), die „Verhaltenskomponente“ (zumeist operationalisiert über aggressives Verhalten) sowie andere „Gefühle als Teilkomponenten des Ärgers“ (z.B. Irritation, Wut) vor. Da in der Forschungsliteratur bzgl. keiner der Komponenten Einigkeit herrscht, plädieren die Autoren dafür (vgl. Russell & Fehr, 1994, S. 187ff), zwar von einer „inneren Struktur“ und einer hierarchischen Kategorisierung verschiedener Unterkonzepte des Ärgers auszugehen, jedoch fließende Grenzen zu anderen Konzepten und Erlebnisweisen zu berücksichtigen. Zudem vertreten sie die Ansicht, dass das Konzept des Ärgers zwar prototypische Merkmale aufweist, diese jedoch in Abhängigkeit von der jeweiligen Situation und der subjektiv zugeschriebenen Bedeutung unterschiedliches Gewicht haben können (vgl. o.c., S. 203).

In verschiedenen Studien versuchten sie nun, ihr Postulat empirisch zu stützen. Durch unterschiedliche Formen der empirischen Erhebung (Fragebögen, Zuordnungsansatz, Wahrnehmungsexperiment, Szenarios) stellten sie fest, dass sowohl die sprachlichen Konzepte als auch die Beschreibung des Erlebens von Ärger den Annahmen des Prototypenansatzes entsprechen: Demnach weist das übergeordnete Konzept des Ärgers eine hierarchische Struktur auf, d.h. verschiedene „Ärgerbegriffe“ lassen sich hinsichtlich ihrer „Prototypikalität“ unterscheiden. Ihre Ergebnisse bestätigten zudem die Annahme fließender Grenzen des Ärgerkonzepts, d.h. die Untersuchungspersonen ordneten bestimmte Ärgerkonzepte (z.B. Wut/“outrage“) klar dem Konzept des Ärgers zu, während andere Konzepte (z.B. Verdrießlichkeit/“annoyance“) als eher uneindeutige Beispiele für die Ärgerkategorie eingeschätzt wurden (vgl. hierzu auch Averill, 1982, S. 229ff.). Als Konsequenz ihrer Ergebnisse postulieren die Autoren, Emotions-Konzepte wie „Ärger“ als „Skripte“ aufzufassen: „To know the concept of anger is to know a script (to be able to simulate a scenario) in which prototypical antecedents, feelings, expressions, behaviors, physiological changes, and consequences are laid out in a causal and temporal sequence. Actual experiences resemble the prototypical script in various ways and to various degrees“ (Russell & Fehr, 1994, S. 202).

### 3.2.3 Komponenten des Ärgers im Kontext syndromatischer Emotionsmodelle

Syndromatische Emotionsmodelle versuchen, die unterschiedlichen sprachimmanenten, erlebnisbezogenen und beobachtbaren Merkmale von Emotionen zu berücksichtigen und beschreiben den Ärger mit Hilfe von (meistens) fünf Komponenten (vgl. Weber, 1994):

Die *physiologische Komponente* des Ärgers wird insbesondere im Kontext somatisch-psychophysiologischer Forschung als notwendige Bedingung des Ärgers angesehen. Analysiert wird, inwiefern der Ärger sich durch spezifische psychophysiologische Muster von anderen Emotionen (z.B. Angst) abgrenzen lässt (zum Überblick über die Rolle psychophysiologischer Prozesse bei Emotionen, speziell auch Ärger vgl. z.B. Stemmler, 1997, 2000, S. 484ff.). Die Ergebnisse für die Ärger-Emotion sind bislang nicht eindeutig (vgl. Weber, 1994, S. 17), was unter anderem damit erklärt wird, dass häufig nicht vorab geklärt wird, was genau unter Ärger verstanden werden soll und es zur Konfundierung von Konzepten wie Aggression und Feindseligkeit kommt (vgl. Dusi, 1998, S. 7).

Die *expressive Komponente* umfasst alle Ausdrucksformen des Ärgers (z.B. Mimik, Körpersprache; vgl. z.B. Ekman, 1988). Grundgedanke ist dabei, dass Ärger sich in spezifischen und kulturübergreifenden Ausdrucksformen manifestiert („Zornesfalte“ auf der Stirn, „stechender Blick“, zusammengepresste Lippen). Weber (1994, S. 20ff.) hebt in diesem Zusammenhang jedoch hervor, dass die theoretische Relation von Mimik und Gefühl alles andere als geklärt angesehen werden kann und vor allem die kulturell geprägte und bewusste Regulation des Ärgerausdrucks eine „unendliche Ausdrucksvariabilität“ nach sich zieht – wodurch *der* prototypische Ärgerausdruck nur schwer zu identifizieren sein dürfte.

Unter der *motivational-aktionalen Komponente* werden alle Handlungsimpulse zusammengefasst, von denen man annimmt, dass sie prototypisch für den Ärger sind. Insbesondere Frijda (z.B. 1986), der Emotionen unter funktionaler Perspektive i.S.v. Handlungsbereitschaften („action readiness“) versteht, verweist darauf, dass Ärger dem Ziel dient, Hindernisse zu beseitigen und Kontrolle über eine Situation (wieder) zu erlangen. Auch Averill (1982) verweist in seinem sozialkonstruktivistischem Ansatz auf die Funktion des Ärgers, durch den Impuls zur Ahndung bzw. Vergeltung bei Normverstößen soziale Beziehungen zu regeln. In Bezug auf die Ärgerforschung ist jedoch auffallend, dass nicht nur Verhaltensimpulse, sondern auch „tatsächliche“ aktionale Verhaltensweisen (z.B. verbale oder physische Angriffe) als prototypisch für die „Ärgererscheinung“ angesehen und unter diese Komponente subsumiert werden (z.B. bei Schwenkmezger et al., 1999, S. 24ff.; zur Diskussion dieses Problems vgl. ausführlicher Kap. 4.).

Die *kognitive Komponente* stand im Mittelpunkt einer ganzen Reihe von Emotionstheorien, in denen die subjektive Bewertung das zentrale Merkmal des Ärgers darstellt:

Lazarus und Mitarbeiter gehen bspw. davon aus, dass es zu Ärger kommt, wenn eine Person feststellt, dass ein Ereignis den eigenen Motiven und Bedürfnissen widerspricht und für dieses bedürfnis-inkongruente Ereignis einer anderen Person die Verantwortung zugeschrieben wird. Als zusammenfassendes Kernmerkmal des Ärgers ergibt sich damit die Zuschreibung von „Fremdschuld“ für die Verletzung subjektiv relevanter Bedürfnisse („core relational-theme“: „other-blame“; vgl. Lazarus, 1991, S. 222ff.; zur empirischen Überprüfung dieses Ansatzes vgl. Smith & Lazarus, 1993).

Auch für Roseman (1991) und MitarbeiterInnen ist für den Ärger charakteristisch, dass eine Person ein eingetretenes Ereignis als inkongruent zu den eigenen (appetitiven) Motiven wahrnimmt und andere Personen als Verursacher identifiziert werden. Als Abgrenzung zur Verachtung hebt die Autorin hervor, dass im Ärger weniger die gesamte Person (ihr „Charakter“) negativ bewertet wird, sondern die Bewertung sich auf das Verhalten bezieht (vgl. auch die empirischen Ergebnisse bei Roseman, Antoniou & Jose, 1996, S. 260ff.). Zu Ärger kommt es nach Ansicht dieser Arbeitsgruppe zudem aus einer Position der Stärke und Macht, wobei diese Position im Sinne der Kontrollierbarkeit der Situation verstanden wird (vgl. hierzu Weber, 1994, S. 32, die diese Einschätzung von Stärke und Macht kritisiert und dafür plädiert, zwischen Macht (im Sinne von Einfluss) und Legitimität (als moralisches „im Recht sein“) zu unterscheiden).

Scherer (1993) geht in seiner prozessual orientierten Emotionstheorie von einer differenzierten Kombination verschiedener Bewertungsschritte als antezedente Bedingungen von Emotionen aus („stimulus evaluation check“). Als einer der wenigen Emotionstheoretiker unterscheidet er dabei zwischen (kaltem) Ärger und (heißer) Wut (Scherer, 1993, S. 333): Zu (kaltem) Ärger kommt es seiner Ansicht nach, wenn ein Ereignis den eigenen Bedürfnissen und Zielen zuwiderläuft und als vertraut, jedoch nur halbwegs vorhersehbar, eingeschätzt wird. Die Relevanz und Dringlichkeit ist von mittlerem Grad, die Bewältigungsfähigkeit (z.B. Kontrollierbarkeit, Anpassungsfähigkeit) wird als hoch, die Macht (i.S.v. Einflussmöglichkeit auf andere) jedoch als eher mittel eingeschätzt. Im Gegensatz zum Ärger entsteht die (heiße) Wut seiner Ansicht nach, wenn eine Situation unerwartet eintritt, als besonders relevant und dringlich eingeschätzt wird und die Person sich mit mehr Macht bzgl. der Situation ausgestattet sieht (vgl. Scherer, 1993; dort auch das Procedere der empirischen Überprüfung dieser Bewertungskomponenten mit Hilfe eines computerunterstützten „Expertensystems“).

Zusammenfassend lässt sich festhalten, dass die einzelnen kognitiven Emotionstheorien zwar unterschiedliche Differenzierungen und Schwerpunkte bei den Bewertungsprozessen im Zusammenhang mit Ärger hervorheben, im Kern jedoch von ähnlichen Einschätzungsprozessen ausgehen: „Ärger, das ist Konsens, wird ausgelöst durch die Bewertung, dass irgendetwas meinen Bedürfnissen und Motiven zuwiderläuft *und* dem Urteil, dass an diesem Zustand (in der Regel) ein anderer Mensch Schuld ist, der mit seinem Verhalten gegen Standards und Normen verstößt“ (Weber, 1994, S. 34). Entscheidend bei diesen Bewertungsdimensionen ist, dass in kognitiven Theorien nicht davon ausgegangen wird, dass die einzelnen Bewertungsprozesse den ärgerlichen Personen bewusst sind. Stattdessen wird postuliert, dass diese Bewertungsdimensionen Bestandteile emotionspezifischer „Skripts“ oder „Schemata“ darstellen, die bei der Wahrnehmung von situationalen Ereignissen aktiviert werden (vgl. z.B. Lazarus, 1991; Scherer, 1993; Ulich, 1992).

Bei kognitiven Emotionstheorien stellt sich Frage, ob es sich bei den Bewertungen um antezedente Bedingungen oder aber um Beschreibungsmerkmale des emotionalen Erlebens handelt (vgl. z.B. Frijda, 1993, S. 357ff; Lazarus, 1991b, S. 353ff.). Im Sinne einer komplexen Ärgerexplikation erscheint es sinnvoll, die kognitiven Bewertungen als analytische Beschreibungsmerkmale des Ärgers anzusehen (vgl. Scheele, 1996, S. 286ff.). Analog zu Handlungsbeschreibungen, in denen die Handlungsintention als notwendiges spezifizierendes Merkmal bei der Handlungsbeschreibung einbezogen wird, lässt sich die subjektive Bewertung damit als notwendig-



spezifizierendes Beschreibungsmerkmal von Emotionen verstehen (zur fließenden Grenze zwischen analytischen und empirischen Bedingungen gerade auch bei Emotionen vgl. Brandstädter, 1993; Groeben, 1999, S. 354ff.).

Als weiteres Merkmal von Emotionen wird die *subjektive „Gefühls“-Komponente* unterschieden, die nach Ansicht von Weber (1994, S. 40ff.) in der gegenwärtigen Emotionsforschung stark vernachlässigt und nur unpräzise von der kognitiven Komponente unterschieden wird (vgl. auch Scherer, 1990, 14f.). Als mögliche Unterscheidung bietet sich an, dass kognitive Bewertungsprozesse nicht unbedingt bewusst ablaufen müssen, die erlebensbezogen-subjektive Komponente jedoch per definitionem als bewusster Erlebnis- bzw. Gefühlszustand zu charakterisieren ist. Die subjektive „Gefühlsqualität“ des Ärgers wurde u.a. durch die Dimensionen Valenz (angenehm/unangenehm) und Aktivierung (Anspannung/Entspannung) zu beschreiben versucht (vgl. Watson & Tellegen, 1985), wobei das Empfinden von Ärger als unangenehm und verbunden mit Anspannung beschrieben wird (vgl. auch die eingangs beschriebene DUDEN-Definition). Zudem wird im Zusammenhang mit Ärger immer wieder auf das subjektive Erleben von Einfluss auf andere, Macht und Stärke verwiesen, ohne dass jedoch bislang empirisch geklärt wurde, inwiefern dieses Erleben tatsächlich als charakteristisch für den Ärger anzusehen ist (vgl. Weber, 1994, S. 43; zu weiteren phänomenologischen Beschreibungen insbesondere des Zorns: vgl. Kap. 3.3).

An dem Problem der unzureichenden Unterscheidung von kognitiver und subjektiver Komponente wird deutlich, dass bei Komponentenmodellen meist nicht geklärt ist, „wovon“ dies Komponenten sein sollen: Komponenten von Emotionen als theoretische (sprachliche) Konstrukte (z.B. der Begriff „Ärger“) oder Komponenten des Erlebens von Gefühlen (das „ärgerlich Sein“). Mit Komponentenmodellen wird häufig (implizit) der Anspruch erhoben, eine Verbindung von theoriebezogener Begriffsexplikation und der Beschreibung von emotionalem Erleben zu bieten, ohne dabei die Relation zwischen theoretischem Begriff und erlebtem Gefühl zu spezifizieren bzw. auf unzulässige kategoriale Brüche zu achten (vgl. Laucken, 1989; Mees, 1992). Und so stehen die „kognitive“ und „subjektive“ Komponente häufig nebeneinander, obgleich diese Komponenten starke Überschneidungen aufweisen bzw. damit z.T. andere Perspektiven zum Ausdruck gebracht werden.

### **Zwischenfazit**

Zusammenfassend lässt sich festhalten, dass „Ärger“ zwar je nach theoretischer Perspektive unterschiedlich definiert wird, sich jedoch auch eine ganze Reihe an Übereinstimmungen zeigen. Für die weitere Auseinandersetzung mit Ärger/Zorn in Partnerschaften sind meines Erachtens vor allem die folgenden Punkte relevant:

- Ärger wird entsprechend kognitiver Emotionstheorien zumeist als „Wahrnehmung der Verletzung subjektiv relevanter Bedürfnisse/Werte“ beschrieben. Als weiteres Merkmal wird häufig hervorgehoben, dass einer anderen Person die Schuld für die Bedürfnisverletzung zugeschrieben wird (vgl. Lazarus: „other blame“) und somit der Ärger als Kombination einer „Leid- und Vorwurfsemotion“ (Mees) gekennzeichnet werden kann.

- Im Gegensatz zur Partnerschaftskonfliktforschung wird in emotionspsychologischen Ärgertheorien das *emotionale Erleben* als ein (wichtiges) Merkmal des Ärgers angesehen. Während z.B. bei Gottman versucht wird, den Ärger durch „objektive“ Beobachtungsverfahren zu operationalisieren und zu erfassen (vgl. Kap. 2), stehen bei kognitiven Emotionsmodellen subjektive Bewertungen bei der Beschreibung und Erfassung des Ärgers im Mittelpunkt. Syndromatische Mehrkomponentenmodelle ermöglichen es, durch eine multimodale Perspektive die verschiedenen Facetten des Ärger zu berücksichtigen, doch bleibt dabei häufig unklar, in welcher (hierarchischen) Relation diese Komponenten zueinander stehen. Zudem wird bei Mehrkomponentenmodellen häufig nicht spezifiziert, aus welcher Perspektive die einzelnen Merkmale expliziert werden und entsprechend zu erfassen sind (z.B. *objektive* physiologische Maße vs. *subjektives* somatisches Erleben). Entsprechend kognitiver Ärgertheorien ist für die weitere Auseinandersetzung mit Ärger und Zorn in Partnerschaften die subjektive Perspektive des Ärgererlebens als maßgeblich anzusehen. Weiter zu prüfen ist, inwiefern beispielsweise das subjektive Erleben des Ärgers als handlungsleitend bei Partnerschaftskonflikten angesehen werden kann bzw. in welchem Zusammenhang die subjektiven Erlebnisqualitäten (des Ärgers) mit objektiv erfassbaren Ärgermanifestationen (z.B. physiologische Masse, Verhaltensreaktionen) stehen.
- Die empiriegestützten Beschreibungen des Ärgers aus subjektiver Perspektive machen deutlich, dass die Bewertungskomponente zwar ein zentrales Merkmal des Ärgers darstellt, für das emotionale Erleben des Ärgers jedoch noch zusätzlich charakteristische Merkmale angeführt werden: insbesondere somatische Empfindungen (wie Hitze, muskuläre Anspannungen), Handlungsimpulse (Aufbegehren, Aggression, Kritik, Widerspruch) sowie weitere Erlebnisqualitäten („Aufgewühltheit, Irritation, Macht“) wurde in verschiedenen Untersuchungen als charakteristisch für den Ärger herausgearbeitet. Offen bleibt, inwiefern das tatsächliche Ärgerverhalten in die Alltagsbeschreibung des Ärgers miteinzubeziehen ist bzw. wie insbesondere die Erlebnisqualitäten weiter zu präzisieren sind (z.B. das Erleben von Macht(losigkeit) und Kontrolle). Zudem macht der Prototypen-Ansatz deutlich, dass „Ärger“ nicht im Sinne einer „monolithischen“ Emotion zu verstehen ist (vgl. Weber, 1994, S. 269f.), sondern sich die Bedeutung je nach Gewichtung der einzelnen Merkmale in Abhängigkeit von Situation und Kontext ändern kann. Vor diesem Hintergrund ist es sinnvoll zu analysieren, wie von Paaren der Ärger und Zorn ganz spezifisch in Partnerschaften beschrieben wird.
- Interessanterweise wurde in der Ärgerpsychologie bis auf wenige Ausnahmen (z.B. Mees, Scherer) nicht zwischen verschiedenen Unterformen des Ärgers (z.B. Empörung, Groll, Wut und Zorn) unterschieden. Um den umfassenden Phänomenbereich des Ärgers zu differenzieren und präzise Aussagen über das emotionale Erleben beispielsweise bei Partnerschaftskonflikten machen zu können, ist es sinnvoll, unter Berücksichtigung der Ausprägung unterschiedlicher Emotionsmerkmale verschiedene „Ärgervarianten“ zu unterscheiden. Da der Zorn als besonders „explosives“ Gefühl für Paarbeziehungen angesehen werden kann, soll im folgenden Kapitel zunächst theoretisch versucht werden, den Zorn als spezifische Form des Ärgers näher zu analysieren.

### 3.3 Zorn als Differenzierung des Phänomenbereichs „Ärger“

Der Zorn wurde – wie erwähnt – als eigenständige Emotion in der Emotionspsychologie bis auf wenige Ausnahmen (z.B. Mees, 1992) vernachlässigt. Im angloamerikanischen Bereich gilt das englischsprachige Synonym für den Zorn – „wroth“ bzw. „wrath“ – als „veraltet“ (Collins, 1992) und wurde bspw. bei der Begriffsanalyse von Ärgerbegriffen durch Russell & Fehr (1994) gar nicht genannt. Es wird das Wort „anger“ im Zusammenhang mit Zorn genutzt (vgl. z.B. Averill, 1982). Der kulturabhängig-sprachgeschichtliche Unterschied der Begriffe zeigt sich auch in der Literatur: J. Steinbecks „The grapes of wrath“ („Früchte des Zorns“) aber J. Osborns „Look back in anger“ („Blick zurück im Zorn“).

Averill (1982, 1983) geht davon aus, dass Emotionen wie Ärger, Wut und Zorn primär soziale Konstruktionen darstellen, deren Bedeutungen und Erscheinungsformen von der Kultur und Gesellschaft definiert und geprägt sind (z.B. Averill, 1982; Averill & Nunley, 1993). Um zu verstehen, was „Zorn“ oder „zornig sein“ in der Alltagssprache bedeutet, ist es sinnvoll, die historischen und kulturellen Implikationen zu berücksichtigen. Dies nicht nur aus rein akademischer Neugier, sondern gerade mit Blick auf die forschungspraktische Relevanz: Will man empirisch untersuchen und verstehen, was „Zorn in Partnerschaften“ für Paare bedeutet, ist es notwendig, sich vorab möglicher Assoziationen und Konnotationen des Zornkonstrukts zu vergegenwärtigen. Dies ist am besten durch die Berücksichtigung der historischen und kulturellen Bedeutungen des Zorns möglich, die unser heutiges Verständnis geprägt haben (vgl. Averill, 1982, S. 73-101). Im Folgenden möchte ich daher in einem kurzen Überblick einige besonders markante Ansichten zu Zorn darstellen und herausarbeiten, welche Merkmale als charakteristisch für den Zorn angesehen werden können. Ziel ist es, durch die Spezifizierung des Zorns einen Beitrag zur Differenzierung des umfassenden Phänomenbereichs Ärger zu leisten (zu dieser Forderung an die Ärgerforschung vgl. Weber, 1994, 269f.). Hierbei beschränke ich mich auf vier Perspektiven, die aufgrund ihrer historisch-gesellschaftlichen Relevanz sowie der Differenziertheit ihrer Beschreibungsversuche als heuristisch besonders hilfreich für eine *psychologische* Explikation des Zorns anzusehen sind: Zorn aus religionsgeschichtlich-philosophischer Perspektive, Zorn bei Vertretern der „Klassischen Antike“, Zorn aus phänomenologischer Sicht und Zorn als Beispiel für sogenannte moralische Emotionen.

#### *a. Der Zorn aus religionsphilosophisch-theologischer Perspektive*

Als Ausgangspunkt für die Bedeutungsanalyse des Zorns bietet sich der „heilige“ Zorn der Bibel an: Die Auffassungen vom „heiligen“ Zorn Gottes in der Bibel variieren sehr stark in Abhängigkeit von religionsgeschichtlichen Hintergründen und den jeweils damit verbundenen theologischen Auslegungen. Im wesentlichen lassen sich jedoch drei verschiedene Bedeutungen des „heiligen“ Zorns in der Bibel unterscheiden (Fichtner, 1954, S. 394ff.; „Lexikon zu Religion in Geschichte und Gegenwart (RGG)“, 1986, S. 1929ff; Stählin, 1954, S. 419ff.):

- der „heilige“ Zorn als „Affekt“ Gottes, als „anthropopathisches Gefühl“,
- der „heilige“ Zorn als eschatologisches (endzeitliches) Gericht („Tage des Zorns“), das von sog. „Zornpropheten“ (z.B. Jeremia, Ezechiel) verkündet wird,
- der „heilige“ Zorn als göttliches strafendes Walten, das z.B. Hiob zu spüren bekommt (eine psychologische „Antwort auf Hiob“ gibt C.G.Jung, 1952/1990).

Diese verschiedenen Bedeutungen lassen sich häufig nicht klar unterscheiden; festzuhalten bleibt jedoch, dass in den meisten Fällen der „heilige Zorn“ Gottes mit der Strafe und Rache für mangelnden Gehorsam einzelner Personen oder Völker gleichgesetzt wird. Übersetzt in die Sprache der Psychologie: Der Zorn Gottes wird als Sanktionierungsverhalten definiert.

Als Auslöser für den „heiligen“ Zorn lässt sich die Verletzung von absolut gültigen Normen, den Ungehorsam gegen die Gebote und den Willen Gottes, identifizieren. Es bleibt jedoch häufig unklar (vgl. Hiob), worin die Inhalte der Gebote genau bestehen; die „Allkausalität des Zorns steigert sich bis zur dämonischen Rätselhaftigkeit“ (vgl. RGG, 1986, S. 1930). Zu beachten ist dabei, dass insbesondere im Alten Testament „Gerechtigkeit“ mit „Gehorsam gegenüber Gott“ gleichgesetzt wurde; das heutige Gerechtigkeitsverständnis wurde erst durch Aristoteles geprägt (vgl. Mertens, 1969, S. 279). Die „Heiligkeit“ des göttlichen Zorns kommt durch den Absolutheitsanspruch der eingeklagten Gebote und Normen zustande.

Der Zorn richtet sich (mehr oder weniger gezielt) gegen die Ungehorsamen; intentionales Objekt des Zorns sind einzelne Personen oder Völker, über die der göttliche Zorn mit vernichtender Kraft (gleich Sturm, Feuer, Wasser) hereinbricht.

Da es nur Gott zusteht, Gebote und Gesetze zu erlassen und die Menschen zu „richten“, wird der Zorn des Menschen in der Regel als (Tod-)„Sünde“ bezeichnet (vgl. neuzeitlich: Bertolt Brecht (1967): „Die sieben Todsünden der Kleinbürger“). Ausnahmen zeigen sich dann, wenn eine Person im Namen der göttlichen Gesetze zornig wird (Jesus bei der Tempelaustreibung). Verdeutlicht wird der „heilige“ Zorn Gottes häufig durch Metaphern und Metonymien: Der Zorn ergießt sich (z.B. als Wein) aus den „Schalen des Zorns“, das „Feuer des Zorns“ bricht hervor etc. (zur Diskussion über die psychologische Bedeutsamkeit derartiger Sprachbilder vgl. z.B. Kövecses, 1990; Mees, 1992, S. 74ff.).

Bezogen auf die historischen Begriffsbedeutungen von Zorn (*orgä/thymos*; *ira*) gilt es verschiedene Bedeutungsveränderungen zu berücksichtigen, die sich in der (religions-)philosophischen Literatur widerspiegeln. So veränderte sich der Bedeutungskern von „*οργη*“ (*orgä*) (ursprünglich das „üppige Drängen und Schwellen in der Natur“, vgl. Orgasmus) über das menschliche Aufbegehren und Bedürfnis nach Vergeltung (z.B. in der attische Tragödie; vgl. Antigone) hin zur Synonymität von „Strafe“. Die Bedeutung von „*θυμος*“ (*thymos*) i.S.v. „Zornmütigkeit“ verweist auf die „tugendhaften“ Aspekte des Zorns (vgl. zusammenfassend Fichtner, 1954; Schmitz, 1969, S. 460ff.). Teile dieser Bedeutungsvielfalt lassen sich auch in unserem heutigen (deutschsprachigen) Zornverständnis wiederfinden (vgl. Grimm & Grimm, 1984, Spalte 90-106: Zorn als „aufbrausende Gemütsaufwallung“, als „Rache“ bzw. als „Zank, Streit“).

### ***b. Der Zorn bei Aristoteles und Seneca***

Aus der Literatur des klassischen Altertums bieten sich als grundlegende und konträre Ansätze die Überlegungen von Aristoteles (384-322 v.Chr.) und Seneca (4 v.Chr. - 65 n.Chr.) zum Affekt des Zorns an:

Für Aristoteles ist Zorn ein mit Schmerz verbundenes Trachten nach Rache aufgrund einer erlittenen und als ungerechtfertigt eingeschätzten Kränkung; der Zorn ist zudem von einem gewissen Lustgefühl begleitet, das auf der Hoffnung auf Rache basiert (Rhetorik, übers. 1993, S. 85ff.). Zu Zorn kommt es nach Aristoteles aufgrund von Abwertungen und Kränkungen und der Verletzung als berechtigt wahrgenommener Ansprüche. Daher wird man seiner An-

sicht vor allem auf Personen zornig, die geringer „an Herkunft, Macht, Tugend“ sind, da man davon ausgeht, dass diese „ehrerbietig“ zu sein haben; „ferner zeigt man denen gegenüber Zorn, denen gegenüber man glaubt, einen Anspruch auf gute Behandlung zu haben“, da man ihnen eine Wohltat erwiesen hat. „Ferner zürnt man Freunden mehr als solchen, mit denen man nicht befreundet ist. Man glaubt nämlich, es komme einem eher zu, von ihnen Gutes zu erfahren“ (vgl. o.c., S. 87).

In Abgrenzung zur Begierde hebt Aristoteles die Bedeutung der Reflexion für den Zorn hervor: „Es lässt sich nämlich beobachten, dass der Zorn in gewissem Grad auf die Stimme sachlicher Reflexion hinhört, aber sie nicht richtig hört. Es ist wie bei den voreiligen Dienern: noch ehe sie alles gehört haben, was man ihnen sagt, rennen sie davon und bringen den Auftrag durcheinander“ (Nikomachische Ethik, übers. 1983, S. 192).

Neben der (eingeschränkten) Reflexion betont Aristoteles die Kontrollierbarkeit sowie die – unter bestimmten Umständen – Angemessenheit und Notwendigkeit des Zorns: „Wer sich, wo es berechtigt ist, über Vorkommnisse und Menschen zornig erregt – in der richtigen Weise zu rechten Zeit und nicht länger als angebracht, der findet allgemein Anerkennung. (...) Denn wer sich nicht zu erregen vermag, wo es am Platze wäre, darf als blöde angesehen werden, desgleichen wer es nicht in der richtigen Weise und nicht zur richtigen Zeit und nicht gegenüber den richtigen Personen vermag. Er erweckt den Eindruck, als merke er gar nichts, als habe er auch kein Gefühl für das Unangenehme und als sei er – eben weil ihm die zornige Erregung fremd ist – gar nicht darauf eingestellt sich zu wehren. Dabei verrät es doch knechtischen Sinn, sich in den Schmutz ziehen zu lassen und für Menschen nicht einzutreten, die uns nahestehen“ (Nikomachische Ethik, o.c., S. 107f). Genau diese Reflexivität, Kontrollierbarkeit und potentielle Angemessenheit des Zorns bestreitet Seneca:

Der Stoiker Seneca bezeichnet in „De ira“ den Zorn als die abstoßendste und wildeste Leidenschaft, die von „weisen Männern“ zurecht als „vorübergehender Wahnsinn“ bezeichnet wurde (De ira; übers. 1991, S. 74). Sehr detailliert und plastisch beschreibt er die – im psychologischen Kontext als „Ausdrucksverhalten“ bezeichneten – Merkmale des Zorns (z.B. drohender Gesichtsausdruck, gehetzter Gang, zitternde Hände, Wechsel der Gesichtsfarbe, heftiges Atemholen, Flackern und Funkeln der Augen). Kern seiner Zorndefinition – er bezieht sich dabei explizit auf Aristoteles – ist das Bedürfnis nach Genugtuung, Vergeltung und Rache (o.c., S. 77). In Abgrenzung zu Aristoteles hebt Seneca jedoch die Unkontrollierbarkeit des Zorns als zentrales Charakteristikum hervor; denn „wenn der Zorn sich ein Maß setzen lässt, muss er anders benannt werden; er ist dann kein Zorn mehr, den ich als zügellos und unbändig kenne“ (o.c., S. 84). Für Seneca ist der leidenschaftliche Zorn gänzlich unnütz und gefährlich; denn um Unrecht zu sanktionieren bedarf es seines Erachtens keiner „zornigen Unbeherrschtheit“, sondern eines kühlen Kopfes: „Kein Affekt verlangt nämlich mehr nach Strafe als der Zorn, und gerade deshalb ist er unfähig zu strafen: hitzig und unbeherrscht, wie fast jede Leidenschaft, ist er sich selbst im Weg bei dem, was er schleunigst erreichen will. Daher führt er weder im Krieg noch im Frieden je zu etwas Gutem“ (o.c., S. 87f).

Aufgrund dieser grundsätzlich negativen Bewertung des Zorns befasst sich Seneca im weiteren Verlauf seiner Abhandlung ausführlich mit Überlegungen zur Dämpfung und Vermeidung des Zorns (zur sozialpsychologischen Nutzung, vgl. Toch, 1983). Damit es überhaupt nicht

zum Zornausbruch kommt, sollen die Vernunft und der Wille den ersten wahrgenommenen Vorboten dieser leiden-schaffenden „Gemütsaufwallung“ Einhalt gebieten, denn man sollte (und kann) sich ganz bewusst gegen den Zorn entscheiden: „Dass den Zorn die Vorstellung auslöst, man habe Unrecht erlitten, steht außer Zweifel. Doch ob er gleich auf diese Vorstellung folgt und ausbricht, ohne dass eine bewusste Entscheidung hinzukäme, oder ob er sich mit unserer inneren Zustimmung regt, das ist die Frage. Wir halten für richtig, dass er sich aus eigener Kraft an nichts heranwagt, sondern nur mit unserer inneren Zustimmung“ (o.c. S. 100). Zu beachten ist dabei, dass Seneca im Zusammenhang mit dem Zorn zwei Facetten des „Seelenlebens“ unterscheidet: Die „erste Seelenregung, die die Annahme einer Kränkung auslöste, (ist) ebensowenig Zorn wie die Annahme der Kränkung selbst. (Erst) jene leiden-schaftliche Erregung, die darauf folgt und die Annahme einer Kränkung nicht nur registriert, sondern als richtig bestätigt, ist Zorn, die Erregung der Seele, die von sich aus und überlegt ihrer Rache nachgeht“ (o.c., S. 102f.). Übersetzt in die Sprache der Psychologie: Es geht Seneca nicht um den Zorn im Sinne einer kognitiven Bewertung, sondern um die Unkontrollierbarkeit des damit verbundenen Handlungsimpulses: „Denn Zorn ist das, was sich über die Vernunft hinwegsetzt, was sie mit sich fortträgt“ (o.c., S. 102). Vergleichbar mit (teilweise kritisch diskutierten) sozialpsychologischen Ansätzen zu Ärger (vgl. Wyer & Srull, 1993) verknüpft Seneca damit den Zorn unlösbar mit Unkontrollierbarkeit und Destruktivität.

### ***c. Zorn und „verwandte“ Emotionen in der (psychologischen) Phänomenologie***

Wichtige Hinweise auf eine differenzierende Beschreibung des Zorns und mögliche Abgrenzungen zu Ärger, Wut, Empörung und Entrüstung finden sich bei phänomenologisch orientierten Psychologen und Philosophen. Lersch (1956) rechnet den Zorn zu den normativen Gefühlen, zu denen es aufgrund einer „verpflichtenden Teilhabe“ kommt: „Denn wir sind über eine Handlung, ein Verhalten, eine Unterlassung entrüstet, empört oder zornig immer im Namen dessen, was sein oder geschehen sollte“ (Lersch, 1956, S. 221). Entrüstung, Empörung und Wut lassen sich jedoch nach Lersch von Zorn unterscheiden: Während sich der Protest in der Entrüstung auf das Wort beschränkt, entfaltet er sich in der Empörung (i.S.v. emporheben). Erst jedoch im Zorn richtet sich der Protest gegen die Instanz, die als gültig anzusehenden - und im Zorn direkt erlebbaren - normativen Forderungen verletzt hat. Im Gegensatz zur Wut, in die wir „im Namen unseres individuellen Selbstseins“ geraten, werden wir zornig, wenn für uns objektiv gültige und allgemein verbindliche Normen verletzt werden. Zudem bleibt im Zorn der „noetische Horizont des Bewusstseins“ erhalten, während das Bewusstsein in der Wut völlig „umdunkelt“ ist.

Auf den Unterschied des „sehenden“ Zorns zur „blinden“ Wut verweist auch Bollnow (1957): Im Gegensatz zur ungerichteten Wut, die den Menschen überfällt, wenn „ihm eine sachlich zweckmäßige Handlung nicht mehr erreichbar scheint“, ist der Zorn ein deutlich gerichtetes Gefühl, zu dem es aufgrund wahrgenommenen Unrechts kommt und sich ganz gezielt gegen den Verursacher dieses Unrechts richtet. Im Gegensatz zur Wut, die Bollnow als „ausgebrochenen“ und „ichbefangenen“ Ärger beschreibt, ist der Zorn „zum Ausbruch gekommene Empörung und hat von dieser her die Verwurzelung in dem Bewusstsein einer objektiv gültigen Wertordnung. (...) Der Zorn ist im Sinne des griechischen thymos oft geradezu mit Mut gleichzusetzen. Es ist die flammende Empörung, die es nicht mit ansehen kann, dass Unrecht

geschieht oder dass das Rechte nicht geschieht, und die sich unerschrocken für Recht und Billigkeit einsetzt“ (Bollnow, 1957, S. 105ff).

Schmitz (1973) rechnet den Zorn den Rechtsgefühlen zu und versucht, mit Hilfe gestaltpsychologischer Begrifflichkeiten die „innere Struktur“ dieses Gefühls transparent zu machen. Als propositionalen „Verankerungspunkt“ des Zorns beschreibt er die erlittene Kränkung durch Verletzung des Rechtsgefühls (i.S.v. zornig *über* etwas); der intentionale Gegenstand oder „Verdichtungsbereich“ ist seiner Ansicht nach stets ein konkretes Subjekt (i.S.v. zornig *auf* jemanden). Beide Aspekte der Bewertung sind für Schmitz zwar untrennbar mit dem Zorn verbunden, lassen sich jedoch getrennt analysieren (z.B. „Mich kann *so etwas* nicht kränken“ vs. „Dir kann ich nicht böse sein“; o.c., S. 29). Den Zorn beschreibt Schmitz jedoch auch als ein aggressives Gefühl, das aufgrund des Strebens nach Rache und Vergeltung (wodurch die erlittene Kränkung kompensiert werden soll) eng mit Macht und Dominanzstreben verbunden ist. Kann sich der Zorn ungehindert äußern und entfalten, verebbt er schnell bzw. „hebt sich selbst auf“; so verstanden stellt der Zorn einen „kathartischen“ Affekt dar. Auf interessante Art und Weise unterscheidet Schmitz zwischen Zorn, Wut und Entrüstung: Wut stellt für ihn nur eine „Kümmerform“ des Zorns dar; während die zornige Person im Zorn gefasst und konzentriert im „Drehpunkt des Geschehens“ bleibt, „schlägt der Wütende auf den Tisch, schmeißt Porzellan zu Boden, stampft mit dem Fuß auf, richtet diffuse Verheerungen an“ (o.c. S. 34). Auch „Entrüstung“ versteht Schmitz nur als „Degenerationsprodukt“ des Zorns: „Die Entrüstung des Spießbürgers nährt sich von seiner Konvention; ihr fehlt die Spontaneität und Gestaltungskraft des Zorns. (...) Während echter Zorn immer hitzig ist, kann Entrüstung in kalter, trockener Rechthaberei aufgehen; sie ist unschöpferisch gewordener Zorn“ (o.c., S. 33; eine Zusammenfassung dieses Ansatzes findet sich bei Wildt, 1993, S. 199ff.).

#### ***d. Zorn und Empörung als moralische Emotion?***

Auf die moralische Dimension von Zorn und Empörung wird von verschiedenen Autoren im Zusammenhang mit den Auslösern (Wahrnehmung bzw. Bewertung von Ungerechtigkeit), der funktionalen Zuschreibungen des zornigen Vergeltungsbedürfnisses sowie des konkreten Verhaltens im Zorn (Schutz bzw. Wiederherstellung von Gerechtigkeit) verwiesen (z.B. bei den „Klassikern“ der Gerechtigkeitstheorie Moore (1987, S. 31ff., und Rawls, 1979, S. 522ff.; vgl. auch Smith, 1759/1994, S. 95ff.).

Tugendhat (1979, S. 193ff.) verdeutlicht, dass durch den Selbstbezug von Affekten die moralische Empörung sowie der Zorn als Ausdruck der moralischen Werte einer Person verstanden werden kann. Im Zusammenhang mit der Klärung des Moralbegriffs beschreibt Tugendhat Empörung und Zorn als charakteristische moralische Gefühlsreaktionen auf die tadelnswerten Verfehlungen anderer Personen. Aufbauend auf dem Vorwurf dieser Verfehlungen kommt es zu diesen moralischen Affekten jedoch nur, wenn die fühlende Person den Eindruck hat, dass durch die Verfehlungen die gemeinsame Wertebasis entzogen wurde, wodurch der moralische Charakter von Zorn und Empörung zu begründen ist (vgl. Tugendhat, 1989, S. 151). Zorn und Empörung versucht Tugendhat (1993, S. 58) durch die Art der Perspektive voneinander zu unterscheiden: Während Empörung als moralische Emotion aus der Beobachterperspektive heraus entsteht, ist der Zorn dadurch gekennzeichnet, dass die zornige Person selbst Teilhaber der Situation ist.

Nach Wingert (1993) lassen sich bei moralischen Gefühlen wie Empörung und Entrüstung zwei konstituierende Merkmale unterscheiden: Zum einen die Kognitionen, die zur Identifikation der Gefühle angeführt werden, zum anderen die Überzeugungen, die die jeweiligen identifizierenden Kognitionen rechtfertigen sollen. Mit anderen Worten: Es ist zu unterscheiden zwischen der Überzeugung, dass eine normative Erwartung verletzt wurde, und der Überzeugung, dass diese normativen Erwartungen auch gerechtfertigt sind. Beide Arten von Überzeugungen gehören bei moralischen Gefühlen zusammen: „Darum verflüchtigt sich ein moralisches Gefühl mit dem Übergang zu einer Einstellung, in der man sich überhaupt nicht mehr auf die Prüfung der präsumptiv rechtfertigenden Überzeugungen des Gefühlssubjekts einlässt. (...) Man kann nicht weiterhin z.B. moralische Entrüstung empfinden, wenn man zu der Einsicht gelangt ist, die Entrüstung sei ungerechtfertigt“ (Wingert, 1993, S. 78). Als charakteristisch für moralische Gefühle wie Empörung und Entrüstung sieht Wingert ähnlich wie Tugendhat (1993) die Wahrnehmung der Verletzung sozialer Gemeinschaftswerte an. „Man empört sich moralisch nicht stellvertretend für eine Menge oder eine Gesamtheit, sondern für eine Gemeinschaft. (...) Das moralische Gefühl der Entrüstung ist das Gefühl der Repräsentation einer Gemeinschaft“ (Wingert, 1993, S. 82).

Explizit mit der Frage, ob es sich bei Zorn um eine moralspezifische Emotion handelt, setzt sich Wildt (1993) auseinander. Er unterscheidet zunächst zwischen Zorn und Empörung und versucht darzulegen, dass es sich bei Zorn im Gegensatz zu Empörung nicht um einen moralspezifischen Affekt handelt. Er verdeutlicht dies am Beispiel des Zorns aufgrund des Verlassenwerdens in Liebesbeziehungen: Die verlassene Person fühlt sich zwar gekränkt und in ihrem Selbstwertgefühl verletzt, der Zorn richtet sich jedoch nicht gegen die Verletzung moralischer Normen, sondern entsteht aufgrund der Verletzung persönlicher Gefühle, Wünsche und Erwartungen (vgl. Wildt, 1993, S. 198f). Im Gegensatz dazu postuliert Wildt, die Empörung - als kulturell besonders geformte Art von Zorn, „Empörung ist Zorn ohne Vergeltungsimpuls“ (Wildt, 1993, S. 203) - als moralische Emotion zu verstehen und hebt hervor, dass mit Empörung das angemessene „Zur-Verantwortung-Ziehen“ des Täters als definitorisches Merkmal von (moralischen) „Rechten“ verknüpft ist. „Die Empörung und damit auch die Strafe zielt genauer darauf, durch eine veränderte Einwirkung auf das Verhältnis des Täters zur Norm eine Wiederholung der Normverletzung unmöglich zu machen“ (Wildt, 1993, S. 204). Zorn hingegen impliziert für Wildt (in Anlehnung an Schmitz; s.o.) zwar immer den Vergeltungsimpuls, doch lassen sich seines Erachtens daraus noch keine moralischen Implikationen ableiten.

Interessanterweise wurde in der akademischen Psychologie der (edleren?) Empörung im Gegensatz zum „wahn-sinnigen“ Gefühl des Zorns (vgl. Seneca) mehr Aufmerksamkeit zuteil. Montada (1993) geht davon aus, dass das Konzept der Empörung folgende Komponenten enthält: „(a) Eine andere Person (oder Institution) als Handlungssubjekt verletzt eine Pflicht, (b) dadurch wird ein gerechter Anspruch, der mir selbst als Gefühlssubjekt oder anderen Personen, die mir wichtig sind, zusteht, verletzt oder bedroht (c) die Normverletzung ist dem Handlungssubjekt zuzurechnen, das als verantwortlich angesehen wird (d) Rechtfertigungsgründe werden nicht erkannt oder anerkannt“ (Montada, 1993, S. 236). Neppel & Boll (1991) und Boll (1998) heben noch als weiteres Merkmal der Empörung die „Handlungstendenz der Auflehnung gegen den Normverstoß“ hervor. (Zur Analyse und Steuerung von Empörung spezifisch im Rahmen der Mediation: Montada & Kals, 2001, S. 141-151).



### **Fazit für eine psychologische Explikation des Zorns**

Zusammenfassend lassen sich diese Betrachtungen des Zorns für die weitere psychologische Explikation in unterschiedlicher Hinsicht nutzen:

Aus den *theologischen Interpretationen* ergeben sich kaum Aussagen über das phänomenale „Fühlen“ des Zorns, der Zorn wird in der Bibel vor allem über das „Verhalten“ definiert. Zorn wird mit Strafe und Rache auf nichtgezeigten Gehorsam gleichgesetzt. In der psychologischen Literatur findet sich diese Vorstellung in der Vermischung von Ärger als Emotion und verhaltensbezogenen Ärgerreaktionen (vgl. das „AHA-Syndrom: anger, hostility, aggression; Spielberg et al., 1995). Zu vermuten und zu berücksichtigen ist, dass (aufgrund christlicher Sozialisation) diese aktionale Facette auch in der heutigen Bedeutung von „Zorn“ beibehalten wurde und von aktiven SprachnutzerInnen das tatsächliche Agieren im Zorn als prototypisch für den Zorn angesehen wird.

„*Klassisch-philosophische*“ *Zornexplikationen* betonen neben dem Zornverhalten (Seneca) den Zorn als Bewertungsreaktion. Aristoteles macht durch den Verweis auf „Kränkungen“ als Auslöser für Zorn vor allem die Verbindung zu selbstkonzeptrelevanten Ansprüchen, Bedürfnissen und Werten deutlich; es kommt zu Zorn, wenn eine Person sich (schmerzlich) bewusst wird, dass sie mit ihren – subjektiv als berechtigt angesehenen Ansprüchen und Bedürfnissen – nicht ernstgenommen wird. Durchaus (auch) lustvoll und unter Umständen angemessen kommt es dann zum Streben nach Rache und Vergeltung, was jedoch von Seneca, der diesen impulsiv und nicht zu kontrollierenden Racheaspekt in den Mittelpunkt seiner Betrachtungen stellt, als äußerst verwerflich bewertet wird. Emotionstheoretisch gesprochen stellt Aristoteles analog zu kognitiven Emotionstheorien die subjektive Bewertung in den Mittelpunkt, Seneca vertritt hingegen eine aktionale Perspektive (vgl. auch Sartre, 1964, S. 169, der den Zorn als „jäh Lösung eines Konflikts, ein Schnitt durch den gordischen Knoten“ bezeichnet).

*Phänomenologisch orientierten Theorien* kommt der Verdienst zu, die subjektive Perspektive, das Erleben des Zorns, anschaulich zu beschreiben und Zorn von anderen Konstrukten zu differenzieren. Als besonders zorncharakterisierend wird die Gerichtetheit der Bewertungsreaktionen auf den Verletzer von – als allgemeingültig angesehenen – Werten und Normen hervorgehoben, wodurch sich Zorn von der aktionaleren und ungerichteten Wut unterscheiden lässt. Mit anderen Worten: Während bei „Wut“ primär das „Abreagieren“ innerer Anspannung und die Ahndung subjektiver Bedürfnisverletzung im Vordergrund steht, wird bei „Zorn“ der Impuls zur Sanktionierung des Verletzers allgemeingültiger Ansprüche und Werte hervorgehoben. Dieser Impuls wird jedoch bei Zorn – auf der Grundlage (rationaler) Überlegungen - kontrolliert und nicht „blindwütig“ und ziellos „abreagiert“.

Im Kontext neuerer philosophischer Überlegungen geht es insbesondere um die Frage, ob der *Zorn* (z.T. in Abgrenzung zu Empörung) *als moralische Emotion* auszuzeichnen ist. Die Ansichten hierzu sind uneindeutig, zumal meistens Empörung und Entrüstung im Mittelpunkt der Betrachtungen standen. Mit (Seiten-)Blick auf den Zorn wird jedoch darauf verwiesen, dass bestimmte normative Aspekte bei der emotionalen Bewertung erfüllt sein müssen, um überhaupt von „moralischen“ Gefühlen wie Empörung (und Zorn) reden zu können. Als Konsequenz lässt sich daraus ableiten, den Zorn nicht nur als rein deskriptives Emotionskonstrukt zu interpretieren, sondern auch potentiell relevante (präskriptive) Implikationen zu berücksichtigen (z.B. *berechtigte* Verantwortungs-/Schuldzuschreibungen; *maßvolles* Handeln).

Auf der Grundlage dieser verschiedenen Ansätze kann das Verhältnis zwischen Zorn und „benachbarten“ Emotionen wie Ärger, Wut und Empörung durch übereinstimmende sowie differenzierende Merkmale präzisiert werden, wobei entsprechend dem gegenwärtigen Stand der Forschung einige Fragen offen bleiben müssen:

Gemeinsam ist Ärger, Empörung, Wut und Zorn, dass eine Ereignis bzw. das Verhalten einer Person negativ bewertet wird. Spezifischer als bei Ärger und Wut impliziert „Zorn“, dass eine andere Person für ihr (unerwünschtes) Verhalten verantwortlich gemacht wird (Schuldvorwurf), was z.B. bei Ärger über ein Ereignis (z.B. schlechtes Wetter) nicht der Fall sein muss. Der Zorn lässt sich damit per se als eine interpersonal gerichtete Emotion verstehen.

In Abgrenzung zur ungerichteten „blinden“ Wut, bei der das aggressive „Ausagieren“ im Vordergrund steht, wird bei Zorn auf verschiedene (normative) Implikationen (z.B. gerechtfertigte Vorwürfe) sowie die – wenn auch eingeschränkte – Kontrollierbarkeit der Reaktionen des „sehenden“ Zorns verwiesen.

Zur (moralischen) Empörung und Entrüstung lässt sich der Zorn insbesondere abgrenzen durch das Bedürfnis, die andere Person zur Rechenschaft zu ziehen (Sanktionierungs- bzw. Punitivitätsimpuls). Zudem wird darauf verwiesen, dass für den Zorn die unmittelbare Involviertheit in das situationale Geschehen charakteristisch ist (vgl. Tugendhat), was für Empörung und Entrüstung so nicht gelten muss (z.B. bei Empörung über die noch immer bestehende Todesstrafe). In Verbindung damit bleibt m.E. weiter zu präzisieren, inwiefern bei Zorn direkt die handelnde Person und ihr Verhalten negativ bewertet wird (*Zorn auf...*), wohingegen bei Empörung/Entrüstung in erster Linie das unerwünschte „Produkt“ bzw. „Resultat“ (*empört/entrüstet über...*) im Fokus der negativen Bewertung steht.

Ungeklärt bleibt bei den dargestellten Ausführungen, ob Zorn in Abgrenzung zu Wut und Empörung/Entrüstung die Wahrnehmung der Verletzung *moralischer* Werte impliziert (z.B. Lersch, Tugendhat) oder aber (auch) die Verletzung *subjektiv* relevanter Ansprüche, Bedürfnisse und Werte in der Alltagssprache als Charakteristikum für den Zorn angesehen werden (Aristoteles, Wildt). Aus psychologischer Perspektive (zumal unter Berücksichtigung der Innenperspektive des fühlenden Subjekts) erscheint es mir angemessen, in diesem Zusammenhang die „subjektive Überzeugtheit, mit seinen Vorwürfen im Recht zu sein“, als Merkmal für den Zorn anzusehen. Mit anderen Worten: die (subjektive) „Einklagbarkeit“ der Ansprüche, Bedürfnisse und Werte stellt m.E. ein Charakteristikum des Zorns dar. Damit sind sowohl subjektive als auch moralische Bedürfnisse/Werte sowie weitere analytische Voraussetzungen wie Verantwortlichkeitszuschreibungen impliziert.

Schlussendlich kann die „Heiligkeit“ des „gerechten“ Zorn dadurch „säkularisiert“ und präzisiert werden, indem der Zorn selbst (und damit die verschiedenen Facetten wie eingeklagte Werte, die Berechtigung des Vorwurfs, Verantwortlichkeitszuschreibung, Rechtfertigungsforderung und Punitivitätstendenz) als berechtigt bzw. gerechtfertigt geprüft werden kann.

Zusammenfassend gehe ich im Folgenden davon aus, dass sich „Zorn“ definieren lässt als „(1) Vorwurf an eine andere Person, (2) berechnigte Ansprüche bzw. allgemeingültige Werte verletzt zu haben, (3) für diese Normverletzung verantwortlich zu sein und (4) deshalb zur Rechenschaft gezogen bzw. bestraft werden zu müssen“. Inwiefern weitere Merkmale für das Erleben des Zorns charakteristisch sind, gilt es im empirischen Teil der Arbeit zu prüfen.

### 3.4 Auslöser für Ärger und Zorn (in Partnerschaften)

Als besonders charakteristisch für den Ärger und Zorn erwies sich in den bisher dargestellten Theorien zum einen die Verletzung subjektiv relevanter Bedürfnisse und Werte, zum anderen die Intentionalitätszuschreibung im Sinne von Verantwortlichkeit und Schuld an eine andere Person (Laucken & Mees, 1987; Mees, 1992, S. 38ff.). Im Folgenden möchte ich auf diese Auslöser etwas ausführlicher eingehen und darstellen, welche Werte und Normen als besonders bedeutsam im Zusammenhang mit Ärger und Zorn angesehen werden.

#### *Die Verletzung inhaltlicher Normen*

Walbott & Scherer (1985, S. 84) verweisen darauf, dass keine allgemein anerkannte Klassifikation im Sinne von Taxonomien über relevante Situationsdimensionen bzw. -charakteristika ärgerauslösender Situationen vorliegt (vgl. auch Fichten, 1992a, S. 94). Weber (1994) entwickelte auf der Grundlage eines „situationalen Allerleis“ (vgl. Weber, 1994, S. 126-135) ein eigenes Ordnungsschema, in dem in Abhängigkeit von Opfer-Täter-Konstellationen zwischen Frustrationen, Angriffen, Regelverstößen und Ärgernissen als ärgerauslösenden Tatbeständen unterschieden wird. Doch stellt sie fest, dass es nicht recht gelingen will, „Dimensionen zu finden, die alle Ärgeranlässe elegant und erschöpfend zu einem kohärenten Ganzen vereinen“ (Weber, 1994, S. 142). Dies zeigte sich auch bei der Analyse von Canary, Spitzberg & Semic (1998), die unter Rückgriff auf 15 grundlegende Arbeiten die wesentlichen Auslöser für interpersonellen Ärger zu strukturieren versuchten. Sie subsumierten die 50 Einzelauslöser (von Alkoholmissbrauch des Partners bis zu verbaler Aggression und Zynismus) in 8 übergeordnete Kategorien: (1) Angriffe/Beeinträchtigungen des Selbstkonzepts, (2) Aggressionen, (3) Frustrationen, (4) Ungerechtigkeiten/Unfairness; (5) Inkompetenz (entweder aufgrund mangelnden Interesses an der anderen Person oder aufgrund eigennütziger Motive), (6) beziehungsgefährdende Tatbestände (z.B. Eifersucht, mangelndes Vertrauen), (7) personenbezogene „Prädispositionen“ (allgemeine Ärgerneigung) und (8) generelle gelernte Reaktionstendenzen.

Schwenkmezger, Steffgen & Dusi (1999, S. 42) stellen unter Rückgriff auf die Pionierarbeiten von Hall (1899) sowie unter Verweis auf Weber (1994) zehn Gruppen ärgerauslösender Situationen zusammen:

1. „Spontaner Ärger“ ohne offensichtlichen Grund oder aufgrund nichtiger Anlässe;
2. Antipathien, die auf der äußeren Erscheinung oder den Gewohnheiten anderer Menschen beruhen;
3. Beschneidung bzw. Einschränkung der persönlichen Freiheit;
4. Vereitelung eines erwarteten Ereignisses oder Störung einer zweckgerichteten Handlung;
5. Widerspruch;
6. Verletzung des Selbstwertgefühls durch Kritik oder Abwertung;
7. Verletzung der persönlichem Stolzes durch Beleidigung, Schmähung oder Missachtung;
8. Ungerechtigkeiten;
9. Individuelle spezifische Gründe, die persönliche wunde Punkte betreffen oder auf persönlichen Eigenheiten oder Schwächen beruhen;
10. Eifersucht oder miterleben müssen, wie andere vorgezogen oder gelobt werden.

Mit ärgerauslösenden Ereignissen *in der Familie* setzten sich Carpenter & Halberstadt (1996) auseinander, indem sie offen nach Ärgeranlässen in der Familie fragten. Als Ergebnis fanden sie heraus, dass neben (1) finanziellen Problemen und (2) erziehungsbezogenen Fragestellungen insbesondere (3) partnerspezifische Eigenheiten (übertriebene Eifersucht, mangelndes Einfühlungsvermögen), (4) Uneinigkeit bei der Zeitgestaltung, (5) mangelnde oder übertriebene Fürsorglichkeit sowie – lediglich von den Frauen dieser Untersuchung genannt – (6) mangelnde Beteiligung der Partner im Haushalt als zentrale Ärgeranlässe genannt wurden.

Diese Aufzählung machen deutlich, dass eine übergreifende Kategorisierung der Ärgerauslöser außerordentlich schwierig ist; zusammenfassend kann festgehalten werden, dass bisherige Versuche, die Vielfalt situativer Auslöser für Ärger zu spezifizieren, zu nur unbefriedigenden Ergebnissen kamen (vgl. auch Ben-Zur & Bresnitz, 1991; Törestadt, 1990). Betrachtet man die Fülle und Spannbreite an potentiell auslösenden Ärgersituationen, ist Weber nur rechtzugeben: „Der Kunstgriff – wie gesagt – ist noch nicht erfunden, der diese Spannbreite überzeugend reduziert (und ich vermute, es gibt ihn auch nicht)“ (Weber, 1994, S. 143). Dennoch fällt auf, dass wahrgenommene Ungerechtigkeit und Unfairness in allen Theorien als zentraler Auslöser für Ärger und Zorn angesehen wird. Entscheidende Unterschiede scheint es allerdings zu geben, *was konkret* als ungerecht und unfair angesehen wird (vgl. hierzu auch Tavis, 1994). Als eine mögliche Lösung dieser Probleme schlägt Weber (1994, S. 143) vor, die Suche nach generellen Ärgerauslösern aufzugeben und statt dessen nach kontextspezifischen Ärgerauslösern zu suchen. Bezogen auf Zorn in Partnerschaften soll dies im empirischen Teil der Arbeit versucht werden.

### **Die Relevanz der Intentionalitätszuschreibung im Zusammenhang mit Ärger und Zorn**

Zusätzlich zur Verletzung inhaltlicher Normen wird als Kernmerkmal des Ärgers und Zorns die Zuschreibung von Verantwortlichkeit und Schuld (zumeist an eine andere Person) als maßgeblich angesehen (bezogen auf Ärger in Partnerschaft z.B. Reichle, 1998; Schütz, 1999). Mees (1992, S. 38ff) bezeichnet verschiedene Intensionsmodi als „formale“ Normen (vgl. Laucken & Mees, 1987; Mees, 1991, S. 70ff), die sich in Kombination mit der Übertretung „inhaltlicher“ Normen auf die Tadelnswürdigkeit einer wahrgenommenen Handlung und den dadurch erlebten Ärger auswirken:

- Bei dem unterstellten Intensionsmodus der Gedankenlosigkeit geht eine sich ärgende Person davon aus, dass die andere Person die Unerwünschtheit ihres Agierens wahrnehmen hätte können, dies jedoch aus Fahrlässigkeit nicht getan hat. (Hier wird die Norm verletzt: „Man sollte anderen kein Leid zufügen, wenn man es vermeiden kann“.)
- Unterstellt eine sich ärgende Person, dass die andere Person sehr wohl wusste, dass ihre Handlung zu Leid führen würde, dies jedoch aus eigennützigen Gründen in Kauf nimmt, wird dies als Rücksichtslosigkeit bezeichnet. (Normverletzung: „Man soll kein Leid für andere in Kauf nehmen nur um des eigenen Vorteils willen“.)
- Böswilligkeit wird unterstellt, wenn davon ausgegangen wird, dass der/die Täter/in ganz gezielt Leid zufügen wollte und absichtlich mit dem Ziel einer Schädigung oder Beeinträchtigung gehandelt hat. (Verletzung der Norm: „Man soll anderen kein Leid aus niederen Beweggründen zufügen“; vgl. Mees, 1992, S. 39).

Diese Intentionzuschreibungen spielen im Zusammenhang mit Ärger eine gravierende Rolle. Denn ergänzend zu Kausal- und Verantwortungsattributionen (vgl. z.B. Weiner, 1986) wird die moralische Schuld (i.S.v. „Gesinnungsschuld“) als maßgeblich bei der Verurteilung einer Tat angesehen. Als Gegenpol dieser Schuldzuschreibungen sind nach Mees (1992, S. 42) Rechtfertigungen, Entschuldigungen und sogenannte Ent-Schuldigungen zu berücksichtigen: Rechtfertigungen bestehen in der Behauptung, dass die Tat richtig (bzw. gut) war und kein Unrecht darstellt. Bei Entschuldigungen wird zwar anerkannt, dass die Tat falsch (bzw. schlecht) war, jedoch man nicht anders „konnte“, keine andere Wahl hatte. Bei den Ent-Schuldigungen schließlich wird zwar die Vorwerfbarkeit der Tat und die freie Tatentscheidung akzeptiert, jedoch wird der Vorwurf der Böswilligkeit zurückgewiesen und nur der Intentionmodus der Gedankenlosigkeit eingestanden (zu einer vergleichbaren Einteilung der moralischen Bewertung argumentativer Sprechhandlungen vgl. Nüse, Groeben, Christmann, & Gauler, 1993).

In verschiedenen empirischen Untersuchungen konnte gezeigt werden, dass das Ausmaß des Ärgers (und die damit verbundenen Verhaltenweisen) von diesen Intentionzuschreibungen im Sinne moralischer Schuldzuschreibungen abhängt. Hoser, Schmitt & Schwenkmezger (1993) stellten beispielsweise mit Hilfe einer Szenario-Fragebogenuntersuchung fest, dass das Ausmaß des Ärgers um so mehr zunahm, je mehr Absichtlichkeit und Böswilligkeit der verursachenden Person zugeschrieben wurde und je weniger Rechtfertigungs- und Entschuldigungsgründe akzeptiert wurden (vgl. auch Nüse et al., 1993). Zudem wirkten sich die differenzierten Verantwortlichkeits- und Intentionzuschreibungen auf den Umgang mit Ärger aus: Relativ deutlich zeigte sich, dass die untersuchten Personen um so mehr ihren Ärger kontrollierten bzw. unterdrückten, je mehr sie davon ausgingen, dass es sich um ein zufälliges oder entschuldbares „Missgeschick“ und nicht um eine absichtliche oder böswillige Tat handelte. Interpretierten die Befragten hingegen die Tat als unbedacht, billigend in Kauf genommen oder gar intentional böswillig, gaben sie in entsprechend zunehmendem Maße impulsiv gezeigtes Ärgerverhalten als wahrscheinlich für die eigenen Reaktionen an. Als Begründung für dieses Ergebnis verweisen Hoser et al. (1993) auf soziale Regeln und Normen, denen zufolge es bei böswilligem Verhalten als legitim angesehen wird, sich offensiv zur Wehr zu setzen und den eigenen Ärger zu zeigen (vgl. auch Schmitt, Hoser & Schwenkmezger, 1991).

Zusammenfassend stellt sich für die weitere theoretische Auseinandersetzung mit Ärgeremotionen wie Empörung, Groll, Wut oder Zorn die Frage, inwiefern durch die Berücksichtigung der Spezifität der Auslöser verschiedene Ärgerformen unterschieden werden können (oder kann man über sich selbst empört sein, einer mittagschlafstörenden Fliege grollen oder zornig über das „schlechte“ Wetter sein?). Mit Blick auf Ärger und Zorn in Paarbeziehungen ist empirisch weiter herauszuarbeiten, durch die Verletzung welcher Ansprüche, Bedürfnisse und Werte der Zorn in Partnerschaften ausgelöst werden kann und inwiefern sich bspw. zufriedene von unzufriedene PartnerInnen in der Häufigkeit und Qualität der genannten (inhaltlichen) Auslöser unterscheiden. In Anlehnung an die attributionstheoretischen Ergebnisse der Partnerschaftskonfliktforschung kann zudem weiter geprüft werden, inwiefern der Zuschreibung „böswilliger“ Intentionen (vgl. Kap. 2.2) eine entscheidende Bedeutung für den Ärger und Zorn in Partnerschaften sowie dem Umgang mit diesen Gefühlen zukommt.

### 3.5 Fazit: Ärger und Zorn in Paarbeziehungen im Kontext einer epistemologischen Emotionstheorie

Für die weitere Analyse von Ärger und Zorn in Partnerschaften erscheint es mir wichtig, vor allem folgende Aspekte zusammenfassend festzuhalten:

Ausgehend von den Grundannahmen einer epistemologischen Emotionstheorie (Scheele, 1990, 1996) ist es unter methodologischer Perspektive sinnvoll, bei der Explikation von Emotionen von dem Erleben fühlender und kommunikationsfähiger Subjekte auszugehen. Auf der Grundlage der Beschreibungen reflexions- und kommunikationsfähiger Subjekte kann empirisch untersucht werden, welche Merkmale als prototypisch für das emotionale Erleben (z.B. von Ärger und Zorn) angesehen werden (vgl. Kap. 3.1). Bei einer Analyse von Ärger/Zorn in Partnerschaften ist daher die subjektive Innenperspektive der PartnerInnen (quasi als ExpertInnen) als Ausgangspunkt zu nutzen. Durch die Hierarchisierung der Beschreibungsmerkmale von Emotionen lassen sich einerseits notwendige Bestimmungsmerkmale identifizieren, andererseits können – entsprechend dem Prototypenansatz – die fließenden Grenzen zwischen einzelnen Emotionen (z.B. Ärger'typen' wie Empörung, Wut, Zorn) abgebildet werden (vgl. Russell & Fehr, 1994). Dies hat u.a. den Vorteil, dass es bei der Explikation von Emotionen im Gegensatz zu fakultativen Mehrkomponentenmodellen nicht zu willkürlichen „Komponentenfestlegungen“ (Weber, 1994) oder zu kategorialen Ungereimtheiten kommt (vgl. „kognitive“ vs. „subjektive“ Komponente; Laucken, 1989).

Bezogen auf die Beschreibung von Ärger und Zorn zeigen sprachanalytische Ansätze (Kap. 3.2.1) sowie empirisch orientierte Ärgertheorien (vgl. Kap. 3.2.2 und 3.2.3), dass sowohl die negative Bewertung eines (unerwünschten) Ereignisses (Ärger über ...) als auch die negative Bewertung des Handelns einer Person (Ärger auf...) als kognitiv-evaluatives Kernmerkmal von Ärger/Zorn anzusetzen ist. Als Spezifikation des Ärgers lässt sich der Zorn verstehen als emotionale Bewertungsreaktion auf das unerwünschte *Handeln* einer anderen Person; das „Tun/Lassen einer als verantwortlich aufgefassten Person wird anhand von Normen und Standards“ negativ bewertet (vgl. Mees, 1992, S. 59). Aufgrund der Personenbezogenheit der Bewertung („other-blame“; vgl. Lazarus, 1990) sind Zorn und Empörung besonders geeignet, die soziale Dimension des emotional-interpersonellen Geschehens bei Partnerschaftskonflikten präzise zu beschreiben (zur Empörung in Paarbeziehungen vgl. Montada & Kals, 2001, S. 141ff.). Die phänomenologischen und philosophischen Ansätze zu Zorn (Kap. 3.3) verweisen zudem auf Möglichkeiten, den Zorn von dem eher „profanen“ Ärger abzugrenzen und die „Heiligkeit“ des „antiquierten Gefühls“ (Weber, 1994, S.269) rational nachvollziehbar zu machen. Den theoretischen Ausführungen zufolge impliziert der Zorn, dass die Verletzung *allgemeingültiger* bzw. in einer Gemeinschaft (z.B. Partnerschaft) geteilten Ansprüche, Bedürfnisse und Normen verurteilt wird (vgl. Schmitz, 1973; Tugendhat, 1989). Aus psychologischer Perspektive ist damit wesentlich für den Zorn, dass eine zornige Person davon ausgeht, ein Recht auf die einklagten Bedürfnisse und Werte zu haben und somit einer anderen Person vorwirft, *berechtigte Ansprüche* verletzt zu haben (vgl. Wildt, 1993; Wingert, 1993). In Abgrenzung zur ungerichteten „blinden“ Wut richtet sich der „sehende“ Zorn (vgl. Lersch, 1956) ganz gezielt gegen die normverletzende Person mit dem Impuls, diese für ihr Verhalten zur Rechenschaft zu ziehen bzw. zu sanktionieren.

In Ergänzung zu den kognitiv-evaluativen Merkmalen von Ärger und Zorn geben die subjektiven Beschreibungen des emotionalen Erlebens (vgl. Kap. 3.2.2.) sowie die phänomenologische Betrachtung des Zorns (Kap. 3.3.) weitere wichtige Hinweise für das Zorn-Erleben: Neben der subjektiven Wahrnehmung somatischer Veränderungen (Hitzegefühl, Muskelanspannung etc.; vgl. Fitness & Fletcher, 1993) scheinen insbesondere motivationale Handlungsimpulse ein charakteristisches Merkmal des Zorns zu sein (Frijda, 1986; Shaver et al., 1987; Bollnow, 1957): Das Streben nach Bestrafung, Rache und Vergeltung gibt dem Zorn seinen (auch für Partnerschaften) bedrohlichen Charakter, zumal wenn, wie bei Seneca, es als typisch für den Zorn angesehen wird, dass diese Impulse nicht (mehr) kontrollierbar sind. Kutter (1994, S. 57) unterscheidet in diesem Zusammenhang explizit zwischen konstruktivem Zorn (wenn eine Person sich für die eigenen Bedürfnisse „leidenschaftlich“ einsetzt; vgl. Aristoteles) und destruktivem Zorn, der auf Zerstörung und Grausamkeit aus ist (vgl. Seneca). Offen bzw. uneindeutig bleibt bei den dargestellten Beschreibungen des Zorns, ob das Erleben von Zorn mit einem Gefühl von Macht einhergeht bzw. ob impulsives und unkontrolliertes Verhalten als ein Charakteristikum des Zorns anzusehen ist.

Konkret mit Blick auf den Zorn in Paarbeziehungen ergibt sich damit eine Reihe weiterer Fragestellungen:

Als Basis für die weitere Auseinandersetzung mit Zorn in Partnerschaften ist zunächst empirisch zu überprüfen, inwiefern sich diese theoretischen Explikationen in den *Beschreibungen* des Zorns von Personen in Paarbeziehungen widerspiegeln bzw. wie der Zorn von PartnerInnen ganz konkret erlebt wird. Unter Berücksichtigung der Ergebnisse (kognitiver) Emotionstheorien (z.B. Lazarus, 1991; Scheele, 1996; Scherer, 1993; Roseman et al., 1996) sind zudem die emotionskonstituierenden Merkmale des Zorns zu überprüfen (z.B. Vorwurf aufgrund der Verletzung von (moralischen?) Ansprüchen, Relevanz der Wichtigkeit, Unerwartetheit der Normverletzung; vgl. Kap. 3.2.3). Mit Blick auf das *subjektive Erleben des Zorns* sind weitere Erlebnismerkmale (z.B. Handlungsimpulse, somatische Empfindungen) zu präzisieren und in eine umfassende und alltagsnahe Beschreibung des Zorns zu integrieren.

Die Berücksichtigung und Analyse emotions- und kontextspezifischer *Auslöser* stellt eine weitere Aufgabe für die zukünftige Auseinandersetzung mit der Emotion „Zorn“ dar: Einerseits legen insbesondere philosophische Ansätze nahe, zur Präzisierung des Konstrukts Zorn inhaltliche Auslöser (z.B. Verletzung *berechtigter* Ansprüche) zu berücksichtigen. Zum anderen kann für den spezifischen Kontext „Partnerschaft“ das „Allerlei potentieller Ärger-Auslöser“ (Weber, 1994) genauer gefasst werden. Aus Sicht der Partnerschaftsforschung sind die Auslöser für Zorn zudem wichtige Hinweise auf persönliche Verletzlichkeiten und brennende Konfliktthemen in Partnerschaften: Allgemein gesprochen scheint vor allem dann Ärger- und Zorn zu entstehen, wenn eine Person sich mit ihren Ansprüchen und Bedürfnissen nicht ernstgenommen fühlt. Durch die empirische Erfassung der Zornauslöser lässt sich klären, welche inhaltlichen Ansprüche und Bedürfnisse für Personen in Partnerschaften von besonderer Relevanz sind. Ob diese Ansprüche und Bedürfnisse dann auch als Erklärung für die Entstehung von Ärger und Zorn dienen können und Bedürfnisstrukturen als erlebnisleitend für Emotionen einzustufen sind, gilt es dann in weiteren Untersuchungen zu überprüfen.

Bezogen auf den Zorn in (spezifisch heterosexuellen) Paarbeziehungen stellt sich die differentialpsychologische Frage, inwiefern sich Frauen und Männer im Erleben des Zorns sowie den Zorn-Auslösern unterscheiden. Als Ergänzung zur Partnerschaftskonfliktforschung, in der das subjektive Erleben im Zusammenhang mit Konflikten häufig vernachlässigt wurde, kann zudem analysiert werden, ob sich Unterschiede zwischen zufriedenen und unzufriedenen Paaren im Zorn-Erleben sowie in der Art und dem Ausmaß (verletzter) Ansprüche und Bedürfnisse (i.S.v. Zornauslösern) finden lassen.

Sowohl theoretisch wie empirisch stellt die Bewertung von Ärger und Zorn eine besondere Herausforderung dar: Durch die Analyse einzelner Zorn-Merkmale (z.B. *Angemessenheit* der Verantwortlichkeitszuschreibung; Verletzung *berechtigter* Ansprüche) lässt sich prüfen, inwiefern die emotionalen Bewertungen im Zorn als rational oder adäquat einzuschätzen sind (vgl. De Sousa, 1997; Scheele, 1996, S. 294ff.). In Ärgertheorien und (klinischen) Ärgerbewältigungstrainings werden Ärger und Zorn häufig unspezifisch als „negative Emotionen“ klassifiziert (vgl. Schmidt-Atzert, 1996; Schwenkmezger et al., 1999). In Anbetracht der protektiven Funktion, die dem Ärger/Zorn in verschiedenen Emotionstheorien jedoch auch zugeschrieben wird (z.B. Novaco, 1976; Weber, 1994; Schwenkmezger et al., 1999, S. 29ff.), erscheint es widersprüchlich und unplausibel, Ärger und Zorn generell als negativ und dysfunktional zu bewerten. Zorn impliziert den dargestellten Theorien zufolge die Wahrnehmung, dass für die zornige Person relevante Bedürfnisse und Werte verletzt wurden (insofern stellt der Zorn per se eine „negative Bewertung“ dar). Ärger und Zorn selbst - als emotionale Reaktion auf die potentiell böswillige oder gedankenlose Verletzung zentraler Ansprüche und Normen - kann jedoch durchaus als eine „gesunde“ und angemessene Reaktion verstanden werden (wobei damit nichts über den sich anschließenden eventuell sehr dysfunktionalen und destruktiven Umgang mit diesem Bewertungszustand ausgesagt ist!). Dies ist es meines Erachtens insbesondere bei klinischen Fragestellungen zu beachten, da hier der Ärger bisweilen global als „behandlungsbedürftig“ gilt (vgl. Suinn, 2001; Wolf, 1996). Spezifisch mit Blick auf den Zorn in Partnerschaften kann (beispielsweise gemeinsam von den Paaren) geprüft werden, ob der Zorn berechtigt und als rational zu klassifizieren ist oder aber z.B. aufgrund unpräziser Wahrnehmung („sentiment override“; vgl. auch Gottman, 1994), irrationalen Grundüberzeugungen (vgl. Epstein et al., 1993) oder allgemein überwertiger Ideen (vgl. z.B. die „narzisstische Wut“; Kohut, 1985, S. 205ff.) zustande kommt und entsprechend als unangemessen einzustufen ist.

Ergänzend zu Fragestellungen bezogen auf *Ärger/Zorn als emotionalen Zustand* ist m.E. der *Umgang mit Ärger und Zorn* in Partnerschaften von besonderem Interesse für die (klinische) Partnerschaftsforschung. Unter Berücksichtigung der Befunde der Partnerschaftskonfliktforschung (vgl. Kap. 2) ist zu vermuten, dass gerade dem Umgang mit Ärger und Zorn eine zentrale Rolle für den Verlauf von Partnerschaften zukommt. Im Mittelpunkt des folgenden Kapitels steht daher der (*aktionale*) *Umgang mit Ärger/Zorn*. Der Fokus liegt dabei einerseits auf der Beschreibung und Erklärung unterschiedlicher Formen des Umgangs mit Ärger/Zorn, zum anderen auf der Frage, welche Konsequenzen sich aus den verschiedenen Bewältigungsmöglichkeiten des Zorns für den Verlauf von Paarbeziehungen ergeben können.



#### 4 Die Bewältigung von Ärger und Zorn: Ärgerreaktionen, Intentionen und Konsequenzen des Umgangs mit Ärger

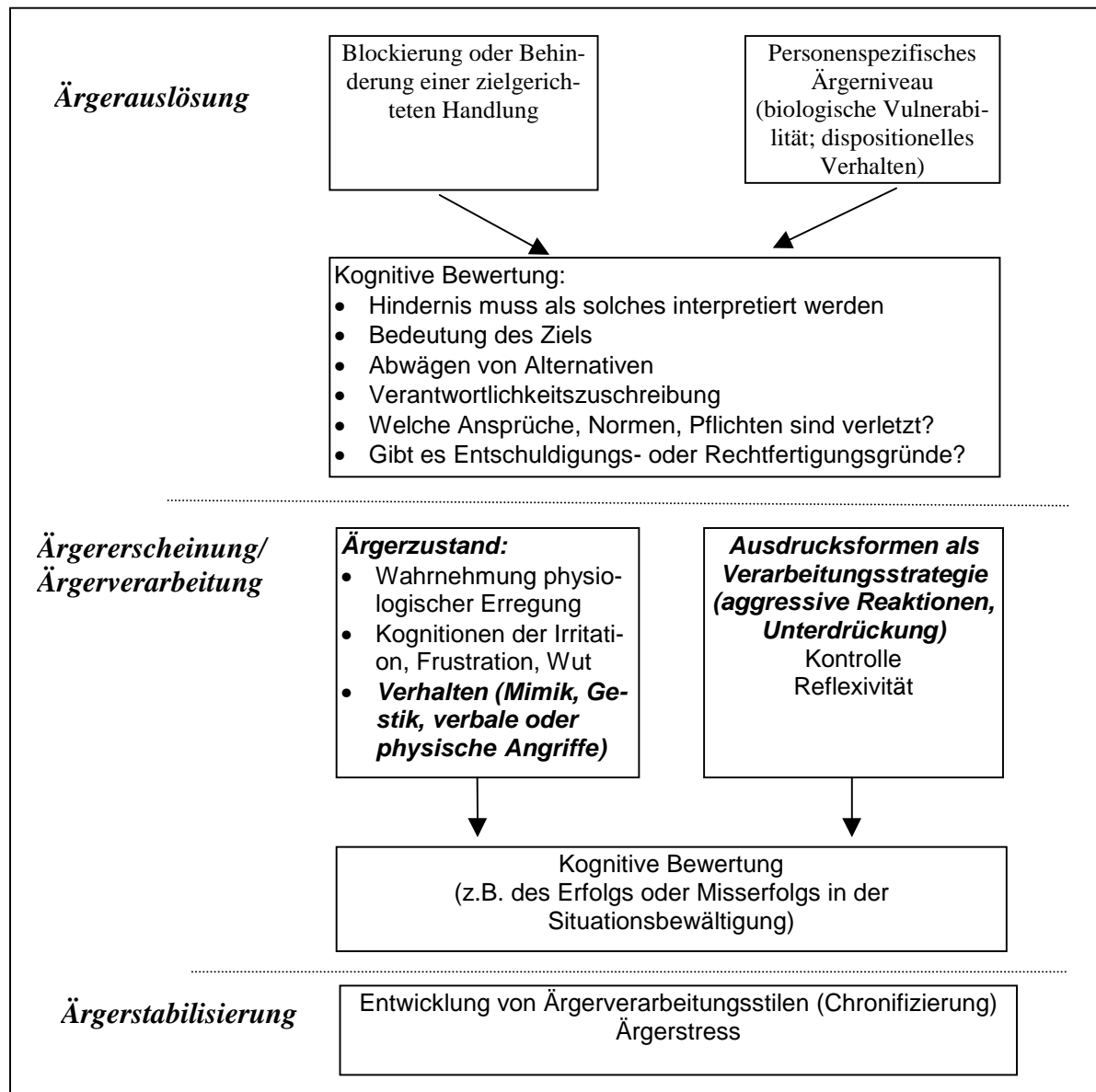
##### *Einführung*

Der Umgang mit Ärger und die Bewältigung von Zorn stand von jeher im Mittelpunkt der Ärgerforschung (vgl. Fichten, 1992b). Da in den meisten Emotionstheorien davon ausgegangen wird, dass das Erleben des Ärgers eine „unwillkürlich-leidenschaftliche“ Reaktion auf die Verletzung subjektiv relevanter Werte darstellt („passion“ vgl. Averill, 1982, S. 13ff.) und einer Person schlicht „widerfährt“ (vgl. Schwenkmezger et al., 1999, S. 21; Weber, 1994, S. 49; vgl. hierzu kritisch Montada, 1989, S. 296f.), lag der Schwerpunkt der praxisbezogenen Forschung vor allem auf der Frage, wie mit Ärger sinnvoll umzugehen ist bzw. welche Konsequenzen mit unterschiedlichen (kontrollierbaren) Ärgerreaktionen verbunden sind. Zu berücksichtigen ist dabei, dass im Rahmen der empirischen Forschung „Ärger“ lange Zeit vor allem unter (beobachtungs-)theoretischer Perspektive über konkretes Ärgerverhalten (bzw. Verhaltensdimensionen) operationalisiert wurde. Aufgrund der vermuteten Bedeutsamkeit unterschiedlichen Ärgerverhaltens konzentrierten sich die Forschungsbemühungen darauf, die vielfältigen Möglichkeiten der Ärgerreaktionen zu differenzieren, mit Hilfe verschiedener Dimensionen zu kategorisieren und die subjektiven und interpersonalen Konsequenzen verschiedener Ärgerreaktionen empirisch zu untersuchen (zum Überblick vgl. z.B. Averill, 1982; Kassinove, 1995; Schwenkmezger & Hodapp, 1993; Schwenkmezger et al., 1999; Mees, 1993; Weber, 1994).

Bei der Differenzierung verschiedener Ärger- und Bewältigungsreaktionen zeigte sich allerdings durchgängig ein gravierendes theoretisches Problem: Aufgrund der konzeptuellen Schwierigkeiten bei der Definition und Beschreibung des Ärgers (vgl. Kap. 3) wurde das Verhalten im Ärger sowohl als aktionale bzw. expressive *Manifestation* bzw. „Bestandteil“ des Ärgers (sog. Verhaltenskomponente) als auch als *Folge* des Ärgers angesehen (im Sinne einer bewältigungsorientierten Re-Aktion auf den Ärgerzustand; vgl. Dusi, 1998; Schwenkmezger et al., 1999; Weber, 1994). Auf diese theoretisch unbefriedigende Konfundierung von „Erscheinungsform des Ärgers“ und „Verarbeitungsstrategien des Ärgers“ wird in der Forschungsliteratur zwar häufig hingewiesen (z.B. Schwenkmezger et al., 1999, S. 27ff.; Dusi, 1998, S. 18), an einer befriedigenden konzeptuellen Trennung mangelt es jedoch bislang (vgl. Weber, 1994, S. 144ff.). Entsprechend werden in der Literatur zu Ärger die Konzepte „Ärgerausdruck“, „Ärgerbewältigung“, „Ärgerreaktion“, „Ärgerregulation“ oder „Ärgerverarbeitung“ häufig synonym genutzt und stehen häufig ganz generell für „Ärger“.

Exemplarisch verdeutlichen lässt sich diese - sowohl wissenschafts- als auch objekttheoretisch - unbefriedigende Vermischung von Ärgerzustand und Ärger-Re-Aktionen an dem „integrativen prozessorientierten Ärgermodell“ der Arbeitsgruppe um Schwenkmezger (Hodapp & Schwenkmezger, 1993; Schwenkmezger et al., 1999). Die Autoren weisen selbst auf die Schwierigkeiten ihrer Konzeptualisierung hin, die sich insbesondere bei dem Versuch einer eindeutigen Zuordnung der kognitiven Bewertungen sowie der Verhaltensreaktionen ergeben (Schwenkmezger et al., 1999, S. 27).

Abbildung 4: „Integratives prozessorientiertes Ärgermodell“ nach Schwenkmezger et al., 1999, S. 24; Hervorhebung von F.K., Erläuterungen im Text)



Ohne hier im einzelnen auf dieses empirisch sehr fruchtbare Modell (z.B. Steffgen, 1993; Dusi, 1998) eingehen zu können, lässt sich dieses Modell m.E. durch zwei Modifikationen präzisieren: Zum einen ist entsprechend kognitiver Emotionstheorien die kognitive Bewertung sinnvollerweise als konstituierendes Merkmal des *Ärgerzustandes* aufzufassen (vgl. Kap. 3). Zum anderen fällt auf, dass *Verhaltensreaktionen* (z.B. verbale Angriffe, aggressive Reaktionen) sowohl dem *Ärgerzustand* als auch den „*Verarbeitungsstrategien*“ zugeordnet wird (vgl. die in Abb. 4 hervorgehobenen Modellkomponenten „*Verhalten*“ und „*Ausdrucksformen*“). Der konzeptuelle Unterschied bzw. die Relation zwischen diesen Zuordnungen bleibt unklar. Weber (1994) versucht dieses Problem zu lösen, indem sie explizit zwischen „*Ärgerreaktion*“ und „*Ärgerbewältigung*“ unterscheidet: „*Ärgerreaktion*“ steht ihrer Konzeption nach für „alle physiologischen, expressiven, subjektiven, kognitiven und aktionalen Vorgänge, die zum einen bereits Bestandteil der Emotion Ärger sind, zum anderen der Entstehung von Ärger fol-

gen“ (o.c., S. 145). Das Konzept der „*Bewältigung*“ hingegen favorisiert sie für Verhalten, das „vom Handelnden selbst subjektiv intendiert ist, d.h. wenn mein Verhalten zum Ziel hat, mit der Situation und/oder den ausgelösten Emotionen in irgendeiner Form befriedigend umzugehen“ (o.c., S. 148; vgl. auch Laux & Weber, 1990). Mit anderen Worten: „Eine Reaktion wird erst zum Bewältigungsverhalten durch die ihr zugrundeliegende *Intention*, mit internen und/oder externen Anforderungen umzugehen, oder präziser, diese zu meistern, abzuschwächen, zu vermeiden oder zu tolerieren“ (Weber & Laux, 1993, S. 13; Hervorhebung im Original).

Diese Unterscheidung von „unwillkürlichen-nichtintendierten“ Verhaltensweisen („Ärgerreaktionen“) und „willentlich-intentionalen“ Bewältigungshandlungen („Bewältigungsverhalten“) erscheint mir sehr sinnvoll. Dennoch bleibt die unbefriedigende Konfundierung von Ärgerverhalten sowohl als „Bestandteil“ als auch als eine „Folge“ des Ärgers nach wie vor bestehen (zu einer ähnlichen Problematik im Zusammenhang mit dem „Logischen Beziehungsargument“ bei Motiven und Handlungen vgl. Groeben, 1986, 262ff.).

Zur Auflösung dieses Problems bietet sich meines Erachtens die Nutzung unterschiedlicher Perspektiven an: Entsprechend kognitiver Emotionstheorien lässt sich Ärger und Zorn als *subjektiver Erlebniszustand* aus der subjektiven Innenperspektive hinreichend präzise beschreiben (z.B. unter Einbeziehung der „kognitiven Bewertung“, „Wahrnehmung physiologischer Empfindungen“ und „Handlungsimpulsen“). Konzeptuell unabhängig davon können aus der Außenperspektive *Ärger-Re-Aktionen* erfasst und als (mögliche) verhaltensbezogene *Ärgermanifestationen* oder aber als *Bewältigungsreaktionen* weiter analysiert werden (zur Unterscheidung von „experience“ und „expression“ bei Emotionen vgl. auch Guerro, Anderson & Trost, 1998, S. 9; bezogen auf Ärger/Wut: Sulz, 2000, S. 437ff.). Ob die beobachtbaren Reaktionen als „unwillkürliche“ *Verhaltensweisen/Manifestationen* des Ärgers (z.B. Mimik, Gestik, unkontrolliertes „aus der Haut fahren“) zu interpretieren sind oder ob die Reaktionen als *intentionales „Bewältigungshandeln“* (z.B. gerichtete aggressive Tätlichkeiten, gezieltes Verbergen des Ärgers) verstanden werden können, lässt sich durch die *empirische* Erfassung von Absichten und Zielen der ärgerlichen Person prüfen (vgl. hierzu Groeben, 1986; Groeben al., 1988; Weber 1994).

Zusammenfassend gehe ich daher im weiteren von folgender Differenzierung im Zusammenhang mit Ärger sowie seinen verhaltensbezogenen Reaktionen aus:

- (1) Ärger als *subjektiv erlebter emotionaler Zustand* (inklusive *Verhaltensimpulsen*), der im Sinne einer subjektiven Erfahrung erlebt wird und empirisch aus der Innenperspektive zu erfassen ist (vgl. hierzu bereits Kap. 3)
- (2) *objektiv beobachtbare Ärger-Reaktionen*
  - a) als *unwillkürliche Verhaltensweisen* (expressives Verhalten, Gestik, Mimik), die im Sinne (potentieller) *Ärgermanifestationen* durch Beobachtungsverfahren erfasst und analysiert werden können, jedoch nicht notwendig (oder gar hinreichend) für den Ärger sind.
  - b) als *intentionales Bewältigungshandeln*, das im Sinne des reflexiv-bewussten und zielorientierten Umgangs mit dem erlebten Ärgerzustand bzw. der Ärgersituation zu interpretieren ist und unter Berücksichtigung von Absichten und Zielen handlungstheoretisch rekonstruiert werden kann (vgl. hierzu Kap. 4.3).

Im Gegensatz zu Weber (1994, S. 146) bin ich der Ansicht, dass die konzeptuelle Differenzierung zwischen *Ärgerzustand* und *Ärgerreaktionen* nicht nur unter akademischer Perspektive, sondern *gerade* auch für die Praxis relevant ist: Sämtliche (therapeutische) *Ärgerbewältigungsprogramme* gehen (zumindest implizit) davon aus, dass der *Umgang mit Ärger* willentlich (z. T. langfristig und indirekt) beeinflusst und kontrolliert werden kann (vgl. Biaggio, 1987; Ellis, 1977; Fichten 1993b, Schwenkmezger et al., 1999). Als therapeutisch relevant und zu modifizieren wird jedoch häufig auch die *Ärgerneigung* bzw. das *Erleben von Ärger* angesehen (insbesondere mit Blick auf psychosomatische Konsequenzen). Da dem Ärger selbstkonzeptrelevante Bedürfnisse und Werte (im Sinne kognitiver Grundannahmen) zugrundeliegen, versuchen kognitiv orientierte *Ärgerbewältigungsprogramme*, bei der Veränderung dysfunktionaler Bewertungsmuster (z.B. Schuldzuschreibungen; Hinterfragung der Berechtigung von Ansprüchen) anzusetzen (vgl. die kognitiven Elemente des *Ärgerbewältigungsprogramms* z.B. bei Schwenkmezger et al., 1999, S. 80ff.). In diesem Zusammenhang ist es m.E. besonders wichtig, die potentielle Angemessenheit des Ärgers zu beachten und das eventuell durchaus „gesunde“ und angemessene Erleben von Ärger (z.B. bei der Verletzung berechtigter Ansprüche, moralischer Werte) zu unterstützen. Andererseits gilt es auch bei berechtigtem Ärger, ein (eventuell) dysfunktionales Verhalten im Ärger zu verändern. Es sollte daher bei *Ärgermodifikationsprogrammen* konzeptuell klar unterschieden werden, ob die *Ärgerneigung* bzw. das *Erleben des Ärgers* oder aber der *Umgang mit Ärger* im Fokus der therapeutischen Bemühungen stehen (zur Problematik der Indikation und der Notwendigkeit einer „ipsativen Zielsetzung“ bei *Ärgerinterventionsprogrammen* vgl. auch Dusi, 1998, S. 94f.; Schwenkmezger et al., 1999, S. 64ff.).

Im Folgenden werde ich zunächst auf verschiedene theoretische Differenzierungsversuche zu (aktionalen) *Ärgerreaktionen* eingehen (4.1) und davon ausgehend einzelne Befunde zu den Konsequenzen dieser *Ärgerreaktionen* bzw. zur Effektivität verschiedener *Ärgerbewältigungsstrategien* darstellen (4.2). In Anlehnung an Weber (1994) wird anschliessend *Ärgerbewältigung* unter handlungstheoretischer Perspektive unter Berücksichtigung von ärgerspezifischen Intentionen analysiert (4.3). Da ich mich in dieser Arbeit auf den Ärger und Zorn in heterosexuellen *Paarbeziehungen* beschränke, werde ich im Anschluss daran die wichtigsten Ergebnisse zu geschlechterspezifischen Unterschieden von *Ärgerverhalten* und *Ärgerbewältigung* zusammenfassen (Kap. 4.4) und abschliessend die Konsequenzen für die weitere (empirische) Auseinandersetzung mit vorwurfsbezogenem Ärger (i.S.v. Zorn) in *Paarbeziehungen* darstellen (Kap. 4.5.).

#### 4.1 Ärgerreaktionen: Versuche der Differenzierung und Kategorisierung

Die Klassifizierung verschiedener Ärgerreaktionen wird durch den Umstand erschwert, dass eine einheitliche Taxonomie zu Ärgerreaktionen in der Forschungsliteratur bislang fehlt, was angesichts der theoretischen wie forschungspragmatischen Relevanz einer Systematisierung von Laux & Weber (1993, S. 20) nicht nur als „defizitär“ sondern als „grotesk“ angesehen wird. Zwar werden in der Literatur „intrapyschische“, „aktionale“ und „expressive“ Bewältigungsformen voneinander unterschieden (Laux & Weber, 1990, S. 570ff.; Weber, 1997), doch fällt eine eindeutige Zuordnung der einzelnen Reaktionsweisen zu diesen Kategorien außerordentlich schwer. Als problematisch erweist sich zudem der Umstand, dass die empirische Fundierungen der Kategorisierungen erst in wenigen Untersuchungen versucht wurde (z.B. Parkinson & Totterdell, 1999) bzw. bei den meisten Systematisierungsversuchen (potenzielle) Ziele der Bewältigungsreaktionen nicht berücksichtigt wurden (vgl. Weber, 1994, S. 144ff.; Parkinson et al., 1999, S. 298).

Bezogen auf Ärger und Zorn in Partnerschaften fällt auf, dass die zentralen theoretischen Überlegungen und Untersuchungen der Bewältigungsforschung „den Kontext der Familie bzw. der Partnerschaft meist gar nicht“ berücksichtigen, obgleich bisweilen darauf verwiesen wird, dass sich durchaus Anknüpfungsmöglichkeiten z.B. zur Partnerschaftskonfliktforschung anbieten würden (Laux & Weber, 1990, S. 612).

Aufgrund der Fülle verschiedener, z.T schwer miteinander vergleichbarer Ansätze zur Differenzierung möglicher Ärgerreaktionen und Bewältigungsformen beschränke ich mich im Folgenden auf die Darstellung der Kategorisierungsversuche, die vereinzelt empirischen Untersuchungen zu Ärgerverhalten in der Partnerschaft zugrundeliegen und als Ausgangspunkt für die eigene empirische Untersuchung zur Ärger- und Konfliktverhalten in Paarbeziehungen genutzt wurden.

##### Das Ärgerkonzept von Spielberger (1988) und Schwenkmezger (1992)

Im klinischen Kontext erwies sich der Ansatz von Spielberger (et al., 1988; 1995) zur Differenzierung verschiedener Ärgerreaktionen als besonders fruchtbar und wurde einer Fülle empirischer Untersuchungen zugrundegelegt (zum Überblick: Deffenbacher et al., 1996; Hodapp & Schwenkmezger, 1993; Schwenkmezger et al., 1992; Schwenkmezger et al., 1999).

Spielberger (1988) geht in seiner Konzeption zunächst von der Unterscheidung von Ärger als emotionalem Zustand („state“) und Ärger als dispositioneller Ärgerneigung („trait“) aus:

Ärger als *Zustand* wird definiert als „emotionales Bedingungsgefüge, welches aus subjektiven Gefühlen der Spannung, Störung, Irritation und Wut besteht, begleitet von der Aktivierung des autonomen Nervensystems“. Der Ärgerzustand kann hinsichtlich der Intensität variieren und wird als „Funktion“ des Anstiegs von Frustration, wahrgenommener Ungerechtigkeit oder Behinderung/Blockierung zielgerichteter Verhaltensweisen verstanden. (vgl. Schwenkmezger, 1992, Handbuch zum „State-Trait-Ärgerausdrucksinventar“, S. 9). Erfasst wird der Zustandsärger in der State-Skala des Erhebungsfragebogen (STAXI) global über die Ausprä-

gung verschiedener Ärgerzustände (z.B. „Ich bin wütend“, „zornig“, „empört“; insgesamt 10 Items).

Unter Ärger als *Disposition* wird „die Repräsentation interindividueller Unterschiede in der Neigung von Personen, eine grosse Bandbreite von Situationen als störend und frustrierend wahrzunehmen und in einer solchen Situation mit der Erhöhung des Ärgerzustandes zu reagieren“ verstanden. Bei der Ärgerdisposition kann zudem zwischen der generellen Neigung zu Ärger (sog. Ärger-Temperament) und der spezifischen Neigung, Ärger aufgrund persönlicher Kritik oder unfairer Behandlung zu erleben (sog. Ärger-Reaktivität), differenziert werden.

Bezogen auf den *Umgang mit Ärger* wird davon ausgegangen, dass sich das Ärgerverhalten (zumeist als „Ärgerausdruck“ bezeichnet) durch drei grundlegende „Ärgerausdrucksformen“ bzw. „Dimensionen“ unterscheiden lässt:

1. Der „nach aussen gerichtete Ärger“ (anger out) „beinhaltet den Ausdruck von Ärger gegen andere Personen oder Objekte in der Umgebung, äussert sich also in physischen Angriffen oder auch in verbalen Attacken wie Kritik, Beschimpfungen, verbalen Drohungen. Sie kann sich gegen die Quelle der Provokation oder auch indirekt auf andere Personen oder Objekte, in bestimmten Fällen auch gegen sich selbst, richten“ (Schwenkmezger et al., 1992, S. 9). Betrachtet man die einzelnen Items in den operationalisierenden Fragebögen, kann man auch von „impulsiv gezeigtem Ärger“ sprechen.
2. Von „Ärgerunterdrückung“ (anger in) wird gesprochen, wenn die sich ärgende Person versucht, das Erleben des eigenen Ärgers nicht zu äussern bzw. den eigenen Ärger „nach aussen“ hin nicht zu zeigen (o.c., S. 9).
3. Die dritte „Komponente“ des Ärgerausdrucks „Ärgerkontrolle“ (anger control) bezeichnet die „interindividuellen Unterschiede im Ausmass des Versuchs, den Ausdruck von Ärger kontrollieren zu können“ (o.c., S. 9). Ursprünglich wurde von Spielberger (1988) diese Dimension als unabhängig von den „anger out“ und „anger in“ postuliert, doch zeigten verschiedene Faktorenanalysen (verständlicherweise), dass die „Ärger-Kontroll-Skala“ sowohl mit der „Skala zur Erfassung von nach aussen gerichtetem Ärger“ (anger out) als auch mit der „Skala zur Erfassung des nach innen gerichteten Ärgers“ (anger in) korrelierte (vgl. Schwenkmezger, 1992, S. 21f.; Dusi, 1998, S. 40).

Diese Kategorisierung und Operationalisierung des Ärgerverhaltens wird von verschiedenen AutorInnen in der Ärgerforschung z.T. als zu vereinfachend und als unzureichend kritisiert. Insbesondere von Weber (1994, S. 149ff.) wird bemängelt, dass diese Konzeption der Vielfalt möglicher Ärgerverhaltensweisen nicht gerecht wird und sich in diesen „Dimensionen“ sehr heterogene Verhaltensweisen widerspiegeln. Die Unterdrückung des Ärgers kann z.B. ebenso durch feindselige Reaktionen („Rachegedanken“; „Abwertungen“; „Liebesentzug“) erfolgen wie durch freundlich-friedfertige Verhaltensweisen (stilles „Vergeben“; „Verzeihen“; vgl. Enright & Fitzgibbons, 2000; Fitzgibbons, 1986; McCullough et al., 1997). Zudem wird diese Konzeption – wie viele andere Ansätze zur Erfassung von Ärgerverhalten – kompetenten und potenziell salutogenetischen Ärgerreaktionen (z.B. reflektiertem, problembezogenen Ärgerverhalten) zu wenig gerecht (vgl. z.B. Tangney et al., 1996; Weber 1994). Bezogen auf die

Unterscheidung der drei Dimensionen „Zeigen“, „Unterdrücken“ und „Kontrollieren“ des Ärgerverhaltens ist meines Erachtens zudem auffallend, dass bei dieser konzeptuellen Unterscheidung implizit davon ausgegangen wird, dass das Zeigen bzw. Unterdrücken des Ärgers der subjektiven Kontrolle nicht unterliegt – was sowohl theoretischen Überlegungen als auch empirischen Ergebnissen widerspricht (zur Interkorrelation der STAXI-Skalen vgl. Schwenkmezger, 1992, S. 22).

Einige dieser Mängel versucht Weber (1994) durch ein differenzierteres „Ordnungsschema für Formen der Ärgerreaktion“ zu beheben.

### **Differenzierungen der Ärgerreaktionen nach Weber (1994)**

Weber geht davon aus, dass „ein Ordnungsschema für Formen der Ärgerreaktion mit der Aggression beginnen muss“ (Weber, 1994, S. 158), jedoch nichtaggressiven Verhaltensweisen ebenfalls Beachtung geschenkt werden sollte. Zudem versucht sie einer „alten Grundidee der Bewältigungsforschung“ Rechnung zu tragen, Bewältigungsformen danach zu unterscheiden, inwiefern sie die Auseinandersetzung oder die Vermeidung mit dem Problem implizieren.

Als übergeordnete Struktur möglicher Ärgerreaktionen unterscheidet sie daher zunächst die beiden Dimensionen „Antagonismus“ und „Engagement“:

Mit der Ordnungsdimension „*Antagonismus*“ wird berücksichtigt, dass Ärgerverhalten häufig als feindselig beschrieben werden kann, ohne jedoch im Sinne von „Aggression“ auf Schädigung abzielen: „*Antagonistisch*“ umschreibt, ohne sich auf konkretes Verhalten zu beschränken, die generelle Stossrichtung einer Reaktion, impliziert lediglich, dass eine Reaktion gegen etwas gerichtet ist, sei es gegen den anderen, gegen mich selbst, gegen Dritte, Objekte Sachverhalte. Antagonistisch bedeutet auch, dass ein Kompromiss, eine Annäherung oder ein Friedensschluss nicht angestrebt wird“ (Weber, 1994, S. 159). Den Gegenpol dieser Dimension stellt entsprechend die „Friedfertigkeit“ dar, die in der Ärgerforschung ihrer Ansicht nach bislang zu wenig Beachtung gefunden hat.

Mit der Dimension des „*Engagements*“ versucht die Autorin zu erfassen, „ob und wie ich mich der Situation stelle, mich mit ihr auseinandersetze (o.c., S. 160). Dabei unterscheidet sie vier Formen der Auseinandersetzung:

- (1) Die offene direkte Auseinandersetzung („Ich trage mit dem anderen offen aus, was mich geärgert hat“).
- (2) Die indirekte oder verschobene Auseinandersetzung („Ich trage meinen Ärger offen aus, aber nicht in der direkten Interaktion mit dem/der anderen, sondern indirekt oder verschoben auf Dritte oder Objekte“).
- (3) Die internalisierte Auseinandersetzung („Ich setze mich mit dem Vorfall ‘innerlich’ auseinander“)
- (4) Die Vermeidung einer Auseinandersetzung, die sich bei ‘antagonistischer Vermeidung’ nur unter Berücksichtigung psychoanalytischer Vorstellungen (i.S. unbewusster Prozesse) postulieren lässt (vgl. Weber, 1994, S. 159ff.).

Durch Kombination dieser Dimensionen bzw. der Unterformen des Engagements ergibt sich folgende Taxonomie (vgl. Weber, 1994, S. 164):

Abbildung 5: Ordnungsschema für Formen der Ärgerreaktion nach Weber (1994, S. 164):

Engagement	<i>Antagonismus</i>	
	<i>Antagonistisch</i>	<i>Friedfertig</i>
<i>Offene und direkte Auseinandersetzung</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Körperlicher Angriff</li> <li>• Verbaler Angriff</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Beherrschter Ausdruck</li> <li>• Klärendes Gespräch</li> <li>• Gemeinsames Problemlösehandeln</li> </ul>
<i>Indirekte oder verschobene Auseinandersetzung</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Angriff gegen Dritte</li> <li>• Gewalt gegen Sachen</li> <li>• Indirekte Angriffe und Bestrafung von alter</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gespräche mit Dritten</li> <li>• Sachbezogene Problemangriffnahme</li> <li>• Umleitung zu produktiven Arbeiten</li> </ul>
<i>Internalisierte Auseinandersetzung</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rachegedanken</li> <li>• Alter abwerten</li> <li>• Brüten, „ruminating“</li> <li>• Selbstvorwürfe</li> <li>• Selbstmitleid</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Situationsanalysen</li> <li>• Perspektive von alter übernehmen</li> <li>• Akzeptieren/Hinnehmen</li> <li>• Verzeihen</li> <li>• Wunsch- und Tagträume</li> </ul>
<i>Auseinandersetzung wird vermieden</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Depression</li> <li>• Selbstaggression</li> <li>• Selbstgefährdung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Passiv bleiben</li> <li>• Ärger unterdrücken</li> <li>• Ablenkung</li> <li>• Bagatellisieren</li> <li>• Situation umdeuten</li> <li>• Humor</li> </ul>

Dieses Ordnungsschema kann sicherlich als eine der derzeit differenziertesten Taxonomien des Ärgerverhaltens angesehen werden. Dennoch bleiben insbesondere mit Blick auf den interpersonellen Umgang mit Ärger und Zorn (in Partnerschaften) eine Reihe von Fragen und Problemen offen:

So stellt Weber selbst fest (o.c., S. 164f.), dass das „Überspielen und Verbergen des Ärgers“ in dieser Taxonomie ebensowenig eindeutig zugeordnet werden kann wie „aktives Rückzugsverhalten“. Gerade diese Verhaltensweisen finden sich jedoch häufig in sozialen Beziehungen (vgl. Averill, 1982; Gottman, 1994; Wallbott, 1993). Unter theoretischer Perspektive erscheint zudem problematisch, dass in diesem Ordnungsschema der intentionale Bezug, das „Objekt“ der Auseinandersetzung, nicht eindeutig geklärt ist. So bleibt bei den verschiedenen Kategorien des Engagements unklar, ob sich die jeweilige „Auseinandersetzung“ auf (1) den Anlass/auslösenden Sachverhalt des Ärgers (Ärger über...), (2) einen potentiellen Verursacher des Ärgers (Ärger auf...), oder (3) auf den subjektiven Ärgerzustand selbst bezieht. Dies verweist auf die - auch von Weber konstatierte - Notwendigkeit, bei der Beschreibung und Kategorisierung von Verhaltensweisen sinnvollerweise die zugrundeliegende Absicht und Intention der handelnden Person zu berücksichtigen und Ärgerverhalten als Bewältigungshandeln zu konzeptualisieren (vgl. auch Tangney et al., 1996).

Bevor ich auf diesen Aspekt ausführlicher eingehen werde (vgl. Kap. 4.3), möchte ich einige empirische Befunde zu Konsequenzen bzw. Effektivität verschiedener Ärgerreaktionen darstellen, die sich auf die beiden dargestellten theoretischen Konzeptionen mit ihren jeweiligen Operationalisierungen stützen.



## 4.2 Konsequenzen und Effektivität unterschiedlicher Ärgerreaktionen

Der Frage nach dem „richtigen“ Umgang mit Ärger und Zorn war sicherlich schon vor Aristoteles (384-322 v.Chr.) und Seneca (4 v.Chr. – 65 n.Chr.) Gegenstand hitziger Auseinandersetzungen (vgl. Averill, 1982, S. 73-102; Kemp & Strongman, 1995; Schimmel, 1979). Auch in jüngster Zeit mangelt es nicht an gegensätzlichen Positionen, was u.a. damit zusammenhängt, dass in Abhängigkeit der herangezogenen *Kriterien* die Angemessenheit von Ärgerreaktionen sehr unterschiedlich eingeschätzt werden kann (Weber, 1994, S. 193). Die subjektiv befreiende Wirkungen und die Klärung und Festigung sozialer Beziehungen stehen bspw. für Rubin (1989) im Vordergrund, was ihn dafür plädieren lässt, dem Ärger freien Lauf zu lassen („Mach´ deinem Ärger Luft“ so der Buchtitel). Im Gegensatz dazu fordert Tavris (1992) unter Verweis auf die destruktiven Konsequenzen des impulsiven Ärgers auf soziale Interaktionen vehement die Kontrolle und Unterdrückung von Ärger und Wut. Verres & Sobez (1980) schlagen einen Mittelweg ein, indem sie das Zulassen des Ärgers propagieren, jedoch einen kontrollierten, problembezogenen Umgang präferieren (zum Überblick: Tavris, 1992; Weber, 1994, S. 199ff.).

Für die Bewertung verschiedener Ärgerreaktionen ist es wichtig, sowohl die verschiedenen Konsequenzen der Ärgerreaktionen zu kennen als auch die Effektivität dieser Reaktionen mit Hilfe definierter Kriterien beurteilen zu können (z.B. „psychische und somatische Gesundheit“; „subjektives Wohlbefinden“; „soziale Folgen“; Weber, 1994, S. 201). Als Problem für die Bewertung des Umgangs mit Ärger und Zorn in Partnerschaften erweist sich, dass empirische Untersuchungen der Ärgerforschung sich vorwiegend mit den *individuumbezogenen intrapersonellen Konsequenzen* verschiedener Ärgerreaktionen befassen. Die *sozial-interpersonellen Folgen* des Umgangs mit Ärgers sind im Gegensatz dazu auffallend wenig empirisch untersucht worden (Weber, 1997, S. 291). In sozialpsychologischen Arbeiten wurde der Ärger primär im Zusammenhang mit Aggression diskutiert (z.B. Berkowitz, 1990, 1993; Novaco, 1986; Spielberger et al., 1995), andere soziale Konsequenzen des Ärgers (z.B. Beziehungszufriedenheit) wurden in der empirischen Forschung stark vernachlässigt (vgl. Weber, 1999).

Im Folgenden fasse ich die m.E. wichtigsten Ergebnisse zusammen, die im Rahmen *empirischer* Untersuchungen festgestellt wurden. Diese beziehen sich auf (a) *psychosomatische Konsequenzen* des Umgangs mit Ärger sowie (b) auf *Konsequenzen der Ärgerbewältigung für das subjektive Wohlbefinden*. Anschließend werden einzelne Befunde zu (c) *Konsequenzen und Effektivität der Ärgerbewältigung in Partnerschaften* dargestellt.

### a) Psychosomatische Konsequenzen des Umgangs mit Ärger

Die *psychosomatischen Konsequenzen* des Ärgers standen insbesondere im Mittelpunkt der klinisch-orientierten Ärgerforschung. Ausgehend von Alexanders (1939) These zum Zusammenhang von Ärgerunterdrückung und essentieller Hypertonie wurde in einer nahezu unübersehbaren Fülle empirischer Untersuchungen analysiert, inwiefern der Ärger bzw. unterschiedliche Formen der Ärgerbewältigung mit bestimmten psychischen und somatischen Störungen zusammenhängen. Dabei wurden insbesondere die Zusammenhänge zwischen dem Umgang

mit Ärger („Ärgerausdrucksstilen“) und Herz-/Kreislaufkrankungen, Krebserkrankungen und Kopfschmerzen untersucht (ein Überblick über *theoretische* Wirkungszusammenhänge findet sich bei Schwenkmezger et al., 1999, S. 33ff.; Überblicke über *empirische* Ergebnisse: Dusi, 1998, S. 21ff; Müller, 1993; Schwenkmezger, 1997; Weber, 1994, S. 75ff.;).

Zusammenfassend werden die empirischen Ergebnisse bzgl. spezifischer Auswirkungen verschiedener Ärgerausdrucksstile eher kritisch bewertet (vgl. Weber, 1994, S. 96). Einzelne Befunde sprechen zwar dafür, dass insbesondere die habituelle Unterdrückung des Ärgers (anger in) mit Kopfschmerz und Krebserkrankungen zusammenzuhängen scheint (Schwenkmezger, 1997), übermäßiges Zeigen von Ärger (anger out) hingegen eher mit Bluthochdruck und koronaren Herzerkrankungen (Stemmler et al., 1993, S. 73ff.). Die Befunde werden jedoch als z.T. widersprüchlich und nicht sehr konsistent angesehen (Schwenkmezger, 1997, S. 306ff.; 1999). Nahezu durchgängig wird darauf hingewiesen, dass die gefundenen korrelativen Zusammenhänge nur vorsichtig zu interpretieren sind (schon gar nicht im Sinne von „Kausalität“), zumal häufig wichtige Moderatorvariablen nicht oder nur ungenügend berücksichtigt wurden (z.B. „generelle“ Feindseligkeit oder emotional beeinflusstes Verhalten, das sich *indirekt* auf Erkrankungen auswirken kann, z.B. Rauchen als Stressabbau; Dusi, 1998, S. 28ff.; Weber, 1994, S. 78ff.). Zwar scheint das Ärgerverhalten (insbesondere die Unterdrückung des Ärgers) mit psychosomatischen Störungen in Verbindung zu stehen, doch sind die spezifischen Wirkmechanismen bislang wenig geklärt (Schwenkmezger, 1999, S. 33ff.). Nach Weber (1994) ist der Zusammenhang zwischen spezifischem Ärgerverhalten und psychosomatischen Erkrankungen eher eine Sache des Glaubens denn des empirischen Nachweises: „Summiert man alle Vermutungen, ergibt sich der makabre Schluss, dass wir offenbar in jedem Falle Gefahr laufen zu erkranken, wie auch immer wir mit Ärger umgehen, ihn offen ausdrücken, kontrollieren oder unterdrücken. Da trösten die Widersprüche in den Ausgangsthesen – sie lassen ahnen (und hoffen), dass die Rolle von Ärger und Ärgerausdruck als Risikofaktor so einfach nicht sein kann“ (Weber, 1994, S. 83).

In Ergänzung zur Suche nach spezifischen psychosomatischen Auswirkungen von Ärger und Ärgerbewältigung wurde untersucht, inwiefern sich der Umgang mit Ärger als *genereller Vulnerabilitätsfaktor* für psychosomatische Störungen erweist. In einer sehr umfassenden Studie von Müller, Bongard, Heiligttag und Hodapp (2001) wurde auf der Datengrundlage von über 5000 PatientInnen einer psychosomatischen Fachklinik analysiert, ob sich psychosomatische PatientInnen in der Ausprägung bestimmter Ärgerstile (operationalisiert über die STA-XI-Skalen) von einer klinisch unauffälligen Normierungsstichprobe (Schwenkmezger et al., 1992) unterscheiden. Zusätzlich wurde geprüft, ob einzelne Ärgerverarbeitungsmechanismen mit *spezifischen* psychischen und psychosomatischen Erkrankungen (z.B. somatoforme Störungen, Magen-Darm-Erkrankungen, Tinnitus, Depressionen) assoziiert sind.

Als auffallendes Ergebnis fanden sie heraus, dass nahezu alle Substichproben der unterschiedlichen psychosomatischen Diagnosen (signifikant) höhere Werte in den Skalen *Trait-Ärger* und *Ärgerunterdrückung* aufwiesen als die Normpopulation (o.c., S. 177f.). Nur geringe Tendenzen ergaben sich hingegen in Richtung erhöhter anger-out Werte und niedrigeren anger-control Werte der klinischen Stichprobe im Vergleich zur gesunden Kontrollgruppe.

Bezogen auf Unterschiede zwischen den klinischen Einzeldiagnosen ergaben sich keine gravierenden Unterschiede. Lediglich depressive PatientInnen berichteten von deutlich mehr Ärgerunterdrückung als PatientInnen mit anderen psychosomatischen Beschwerden.

Die Ergebnisse verschiedener Untersuchungen zum Zusammenhang des Umgangs mit Ärger und der *subjektiv wahrgenommenen psychosomatischen Gesundheit* fassen Schwenkmezger et al. (1992, S. 31ff.) wie folgt zusammen: Insbesondere die *Ärgerunterdrückung* hängt mit der Häufigkeit subjektiver psychosomatischer Beschwerden zusammen. Dieser Zusammenhang zeigt sich interessanterweise vor allem bei Frauen, bei denen zudem „anger out“ signifikant *negativ* mit selbstberichteten psychischen Beschwerden korrelierte. Im Zusammenhang mit dem theoretischen Konzept der „*Seelischen Gesundheit*“ (sensu Becker; 1989) erwies sich die *Ärgerunterdrückung* ebenfalls als klinisch bedeutsame Variable: Während sich empirisch keine signifikanten Zusammenhänge zwischen „anger out“ bzw. „anger control“ und „*Seelischer Gesundheit*“ ergaben, zeigten sich signifikant *negative* Zusammenhänge mit „anger in“ und „*Seelischer Gesundheit*“ (-.51 für Männer, -.23 für Frauen; Becker, 1989, S. 70f.; zusammenfassend Schwenkmezger et al., 1992, S. 32).

Spezifisch mit Blick auf den Zorn ergibt sich im Zusammenhang mit Beckers (1989; 1995) Konzept der „*Seelischen Gesundheit*“ eine meines Erachtens interessante Fragestellung, auf die hier allerdings nicht weiter eingegangen werden kann: Becker (1995) versuchte die verschiedenen Ärgerverarbeitungsstile in sein Circumplexmodell der Persönlichkeit zu integrieren (vgl. Becker, 1995, S. 51ff.; 217ff.) und ordnet „anger in“ und „anger out“ dem Pol der „geringen seelischen Gesundheit“, „anger control“ der „hohen seelischen Gesundheit“ zu. Auf der von „*Seelischer Gesundheit*“ unabhängigen Dimension der „Verhaltenskontrolle“ wird „anger control“ und „anger in“ dem Pol der „starken Verhaltenskontrolle“, „anger out“ der „geringen Verhaltenskontrolle“ zugeordnet. Interessanterweise bleibt der Quadrant „hohe seelische Gesundheit/geringe Verhaltenskontrolle“, der durch „hohe Selbstaktualisierung, Expansivität, und Unternehmungsfreude“ gekennzeichnet ist, in Bezug auf Ärgerreaktionen leer. Auf der Grundlage der dargestellten Unterscheidungen zwischen Wut und Zorn (vgl. Kap. 3.3) ist zu prüfen, ob das Konzept „anger out“ weiter zu differenzieren und die „zügellose, blinde Wut“ dem Quadranten „geringe seelische Gesundheit/geringe Verhaltenskontrolle“, der „sehende“ und sich an (moralischen) Normen orientierte Zorn dem Quadranten „hohe seelische Gesundheit/geringe Verhaltenskontrolle“ zuzuordnen ist.

### **b) Konsequenzen der Ärgerbewältigung für das subjektive Wohlbefinden**

Weber kommt das Verdienst zu, als eine der wenigen die Effektivität des Ärgerverhaltens in Bezug auf das *subjektive Wohlbefinden* empirisch untersucht zu haben (z.B. Weber, 1993; 1994; 1999).

In verschiedenen Fragebogen- und Interviewuntersuchungen analysierte die Autorin und ihre Arbeitsgruppe die Auswirkungen und Effektivität verschiedener Ärgerverhaltensformen auf das persönliche Wohlbefinden, das sie durch Kriterien wie „Reduktion von Ärger“, „Zufriedenheit mit dem eigenen Verhalten“, „Probleminangriffnahme“, „Selbstwertschutz“ operationalisiert (Weber, 1994, S. 193ff).

Als zusammenfassendes Ergebnis lässt sich festhalten, dass sich im Gegensatz zu kathartischen Vorstellungen der offensiv-aggressiven Ärgerverarbeitung keine der antagonistischen Formen der Ärgerbewältigung als sinnvoll für das subjektivem Wohlbefinden erwies; insbe-

sondere verbale Angriffe, Abwertungen der anderen Person, das „Abreagieren des Ärgers an Dritten und Selbstvorwürfe führten zu einer Abnahme des Wohlbefindens“ (Weber, 1994, S. 216). Subjektiv wenig hilfreich für das Wohlbefinden erwiesen sich zudem einige nicht-antagonistische Reaktionen wie den Ärger unterdrücken oder überspielen, passiv verharren oder in Selbstmitleid verfallen.

Im Gegensatz dazu zeigte sich, dass eine ganze Reihe friedfertiger Engagementmöglichkeiten zu einer Steigerung des subjektiven Wohlbefindens führten: Das beherrschte Äussern des eigenen Ärgers im direkten Gespräch, eine sachbezogene Probleminangriffnahme, die Analyse der Situation sowie die Suche nach Ablenkung und anderen Bewertungsmöglichkeiten erwiesen sich nach Ansicht der befragten Personen als sehr effektiv für die Verbesserung der eigenen Befindlichkeit. Besonders wird von Weber hervorgehoben, dass nicht nur die aktive (friedliche) Auseinandersetzung, sondern sehr wohl auch die Vermeidung einer weiteren Auseinandersetzung als eine erfolgreiche Bewältigung des Ärgers angesehen werden kann (vgl. hierzu auch Gottman, 1994; Kap. 2.2). Zudem hebt die Autorin die Vielfalt der von den befragten Personen als effektiv eingeschätzten Bewältigungsreaktionen hervor (Weber, 1999, S. 148). Gemeinsamer Nenner aller für das subjektive Wohlbefinden effektiver Ärgerreaktionen ist, „dass die ärgerauslösende Situation und der damit verbundene Ärger zu einem Ende gebracht werden, sei es klärend, sei es vermeidend. Die Konservierung von Ärger und/oder der auslösenden Situation scheint umgekehrt den ineffektiven Ärgerreaktionen gemeinsam – also dem offenen Angriff, der gedanklichen Abwertung von alter, den Selbstvorwürfen, Selbstmitleid und dem bloßen, untätigen Unterdrücken und Ausharren“ (Weber, 1993, S. 269, Weber, 1994, S. 222ff.)

### **c) Konsequenzen und Effektivität des Umgangs mit Ärger in Partnerschaften**

Bezogen auf die Konsequenzen des Umgangs mit Ärger in Partnerschaften wurden wie erwähnt bislang nur vereinzelt Untersuchungen durchgeführt:

Bodenmann (1995) analysierte in einem umfassenden Projekt zur „Stressbewältigung in Partnerschaften“ die Zusammenhänge zwischen verschiedenen Ärgerskalen (STAXI) und partnerschaftlicher Zufriedenheit. Bei einem Vergleich von insgesamt 70 zufriedenen und unzufriedenen Paaren zeigten sich tendenzielle Unterschiede im selbstberichteten Ärgerverhalten: Zufriedene Paare gaben mehr Ärgerkontrolle („anger control“) an als unzufriedene Paare (t-Test für unabhängige Stichproben  $p < .06$ ), die hingegen von mehr Ärgerunterdrückung ( $p < .07$ ) und häufigeren impulsiven Ärgerausdruck ( $p < .05$ ) berichten. Darüber hinaus wiesen die Frauen der untersuchten Paare nicht nur generell eine höhere Ärgerneigung („anger trait“) auf, sondern sie brachten auch ihren Ärger signifikant häufiger zum Ausdruck („anger out“) als ihre männlichen Partner (beides signifikant auf 5% Niveau; vgl. Bodenmann, 1995, S. 122ff). Bei der Analyse der Zusammenhänge zwischen Ärgerverhalten und Partnerschaftszufriedenheit ergab sich lediglich eine signifikant negative Korrelation zwischen impulsiv gezeigtem Ärger („anger out“) und der partnerschaftlichen Zufriedenheit, keine Zusammenhänge fanden sich zwischen „anger in“ und „anger control“ zur selbstberichteten Partnerschaftszufriedenheit.

Bei einer längsschnittlichen Betrachtung erwiesen sich hohe Ärgerneigung („anger-trait“), häufig impulsiv gezeigter Ärger („anger out“) sowie das Ausmaß der Unterdrückung des Ärgers („anger in“) zum Zeitpunkt 1 „als signifikante Prädiktoren für eine geringe Partnerschaftszufriedenheit nach einem Jahr“ (Partialkorrelationen zwischen  $-.28$  und  $-.32$ ). Interessanterweise zeigte sich, dass die Korrelationen zwischen den Ärgervariablen und der Partnerschaftszufriedenheit stärker ausgeprägt waren als zum Zeitpunkt 1, was den Autor zu der Vermutung veranlasst, „dass ein negativer Ärgerausdruck bzw. die Neigung, in einer grossen Bandbreite von Situationen bevorzugt mit Ärger zu reagieren, erst längerfristig als störend empfunden wird und negative Auswirkungen auf die Partnerschaft hat“ (Bodenmann, 1995, S. 233).

Mit Blick auf die Effektivität des Ärgerverhaltens in Partnerschaften analysierten Weber, Laux & Burda (1991; zitiert nach Weber, 1993, S. 263ff.) partnerbezogene Ärgerepisoden von 112 Erwachsenen. Als Ergebnis stellten sie fest, dass der offene, beherrschte, klärungsorientierte Ausdruck von Ärger in positivem Zusammenhang mit dem subjektiven Wohlbefinden stand, hingegen Selbstvorwürfe, Ärgernerdrückung und Rückzug als negativ für das eigene Wohlbefinden eingeschätzt wurden. Leider wurde in dieser Untersuchung nicht analysiert, wie sich der Umgang des Ärgers auf das Wohlbefinden der jeweiligen PartnerIn auswirkte. Besonders aufschlussreich sind die Untersuchungen dieser Arbeitsgruppe jedoch deshalb, da die eingeschätzte Wirksamkeit der Häufigkeit des Verhaltens gegenüber gestellt wurde:

Abbildung 6: Subjektiv eingeschätzte Wirksamkeit von Formen der Bewältigung familiärer Ärgerepisoden (vgl. Weber, 1994, S. 212)

<i><b>Bewältigungsform</b></i>	<i><b>Wirksamkeit</b></i>		<i><b>Häufigkeit</b></i> <b>Genannt als „habituelles Verhalten“</b>
	<b>Mittelwerte:</b> 4=sehr hilfreich 1=nicht hilfreich	<b>Standardabweichung</b>	
Gespräch mit Dritten	3.80	0.40	10%
Sport, körperliche Bewegung	3.45	0.74	24%
Nachdenken über die Situation	3.43	0.65	28%
Offene Aussprache	3.27	1.02	40%
Rückzug, „aus dem Felde gehen“	3.09	0.68	26%
Formen der Ablenkung	3.07	0.73	32%
Rauchen, Alkohol, Kaffee, Essen	2.67	1.10	15%
Gar nichts tun, abwarten	2.33	0.94	18%
Ärgerausbruch: Toben, Schreien	2.08	0.90	43%

Die Ergebnisse zeigen, dass insbesondere friedfertige Verhaltensweisen als effektiv für das „Loswerden des Ärgers“ eingeschätzt wurden, wohingegen passives Abwarten und impulsives Abreagieren des Ärgers als wenig effektiv angesehen wurden (zu vergleichbaren Ergebnissen: Weber, 1999). Die Ergebnisse zur subjektiv eingeschätzten Effektivität des Ärgerbewältigungsverhaltens sind vor allem vor dem Hintergrund der Befunde zur selbstberichteten

Häufigkeit des Ärgerverhaltens beeindruckend: Denn in einer ganzen Reihe weiterer Untersuchungen wurde festgestellt (z.B. Averill, 1982, S. 185ff; Harris, 1992, S. 206; Weber, 1994, S. 153ff.; Weber, 1999, S. 146ff.), dass Personen häufig gerade zu Verhaltensweisen greifen, die sie selbst als dysfunktional und wenig hilfreich für die längerfristige Bewältigung des Ärgers einschätzen. So zeigte sich in der dargestellten Untersuchung (s.o.), dass 43% der untersuchten Personen das „Schreien, Toben, Schimpfen und Türeknallen“ als Ärgerreaktionen angaben, obgleich sie selbst dieses Verhalten als nicht effektiv für die Bewältigung ansahen.

Diese Befunde ziehen die Frage nach sich, durch welche Ursachen oder Gründe das „irrationale“ Verhalten der Personen erklärt werden kann bzw. ob sich andere Intentionen (als das „Loswerden des Ärgers“) für das Ärgerverhalten identifizieren lassen (leider wurde in dieser Untersuchung nicht nach den „Gründen“ für das Zeigen der Ärgerreaktion gefragt). So wäre beispielsweise mit Blick auf Ärger und Zorn in Partnerschaften sehr wohl denkbar, dass „Toben und Schimpfen“ zwar als nicht sehr effektiv für das „Loswerden des Ärgers“ angesehen wird, aber als durchaus effektiv, um der PartnerIn unmissverständlich die „Bedeutsamkeit der verletzten Bedürfnisse klar zu machen“ oder deutlich zu signalisieren, „dass ich so etwas nicht mit mir machen lasse“ (i.S.v. Selbstbehauptung). Dies verweist auf die Notwendigkeit, bei der Bewertung der Effizienz des Ärgerverhaltens (in Partnerschaften) die Kriterien der Bewertung genau zu spezifizieren. Weber (1997, S. 290ff.) plädiert in diesem Zusammenhang dafür, neben der inhaltlichen Bestimmung von Effizienzkriterien (psychisches Befinden, körperliche Gesundheit, soziale Folgen) auch die Zeitspanne sowie die Urteilsinstanz in der (zukünftigen) Bewältigungsforschung zu berücksichtigen.

In Bezug auf die Konsequenzen und die Effektivität des Umgangs mit Ärger und Zorn in Partnerschaften ergeben sich damit eine Reihe interessanter Fragestellungen:

So stellt sich u.a. zunächst die Frage, welche *sozialen Konsequenzen* unterschiedliche Formen der Ärgerbewältigung für die Partnerschaft nach sich ziehen (vgl. Bodenmann, 1995) bzw. von welchen Faktoren diese Konsequenzen im Einzelfall abhängig sind. Besonders relevant dürften hierbei die Gegenreaktionen der jeweiligen Partner und Partnerinnen sein. Unter Berücksichtigung der *Zeitspanne* kann untersucht werden, inwiefern sich bestimmte Umgangsformen mit Ärger zwar kurzfristig positiv auf die Partnerschaft auswirken können (z.B. die Unterdrückung des Ärgers), langfristig jedoch negative Konsequenzen für die Partnerschaftszufriedenheit haben. Darüber hinaus stellt sich gerade bei Paarbeziehungen die Frage, inwiefern je nach Perspektive (*Urteilsinstanz*: Selbstsicht vs. Fremdwahrnehmung) bestimmte Umgangsformen unterschiedlich bewertet werden (z.B. inwiefern das „impulsive Abreagieren“ des Ärgers zwar subjektiv als „wohltuend“ und „befreiend“ erlebt wird, von den jeweiligen PartnerInnen jedoch als „unbeherrscht“, „aggressiv“ und „feindselig“ abgelehnt wird).

Um die *Effektivität* des Umgangs mit Ärger/Zorn bewerten zu können, ist es vor allem notwendig, die (potentiell) intendierten Ziele verschiedener Bewältigungsformen zu erfassen und mit den tatsächlich eintretenden Konsequenzen zu vergleichen. Im folgenden Kapitel werden daher zunächst mögliche Ziele und Intentionen des Ärgerbewältigung vorgestellt und untersucht, welche Konsequenzen sich daraus für die weitere theoretisch-konzeptuelle wie empirische Auseinandersetzung mit Ärger und Zorn in Partnerschaften ableiten lassen.

### 4.3 Ärgerbewältigung als intentionales Handeln: Ziele des Umgangs mit Ärger und Zorn

Die Konzentration auf die Differenzierung und Erfassung verschiedener Ärgerreaktionen und deren mögliche Konsequenzen hat in der Ärgerforschung die naheliegende Frage in den Hintergrund gerückt, was eine sich ärgende Person durch ihr Verhalten (oder Handeln) im Ärger erreichen will; entsprechend sind Forschungsarbeiten zu den subjektiven Zielen der Bewältigung von Ärger spärlich (vgl. Laux & Weber, 1993, S.22ff), obgleich sie sowohl in der Emotions-, als auch in der Partnerschaftsforschung angemahnt werden (vgl. Fitness, 1996; Fincham & Beach, 1999; Patterson & Totterdell, 1999). Interessanterweise hat sich m.W. im deutschsprachigen Raum lediglich die Arbeitsgruppe um Laux & Weber (1993; Weber, 1994) intensiv mit der Frage beschäftigt, welche Ziele und Absichten mit verschiedenen Ärgerreaktionen intendiert sind bzw. sein können.

Weber (1994) verweist bei ihrer Konzeption zu ärgerspezifischen Intentionen auf den Ansatz von Averill (1982): Dieser unterscheidet im Zusammenhang mit Ärger zwischen intrinsischen und extrinsischen *Motiven*: während intrinsische Motive zum Inhalt haben, Ärger auslösendes Fehlverhalten oder Regelverstöße zu ahnden, haben extrinsische Motive mit dem eigentlichen Regelverstoss nichts direkt zu tun, sondern werden im Sinne zusätzlicher Ziele (z.B. Begleichung ´alter Rechnungen´) durch bestimmte Ärgerreaktionen verfolgt (vgl. Averill, 1982, S. 138ff; vergleichbar unterscheiden schon Lazarus & Folkman (1984) zwischen palliativer („schmerz lindern“) und instrumenteller Funktion (vgl. Steffgen, 1993, S.29; Weber, 1994, S. 172ff).

Unklar bleibt bei der Konzeption von Averill die Relation zwischen Ärgerauslösern, Ärgererleben, Ärgerreaktionen und Ärgermotiven: Averill (1982, S. 138ff.; 176ff.) spezifiziert nicht, ob es sich seiner Meinung nach bei den Motiven um ärgerauslösende Ursachen handelt (die zum *Ärgererleben* führen) oder ob die intrinsischen und extrinsischen Motive mit Zielen gleichgesetzt werden, die mit bestimmten *Ärgerreaktionen* erreicht werden sollen. Weber (1994, S. 172f.) interpretiert Averill dahingehend, dass die Motive (auch) als *Auslöser* für den Ärger anzusehen sind („indem ich ärgerlich wurde, wollte ich...“), was meines Erachtens jedoch aufgrund der sich dadurch ergebenden Konfundierung von Ursachen des *Ärgererlebens* und Zielen der *Ärgerbewältigung* nicht sehr sinnvoll wäre.

Ein ähnliches Problem zeigt sich auch bei der Diskussion um die (extern zugeschriebene) Funktionalität des Ärgers (z.B. Novaco, 1976, Schwenkmezger et al., 1999, S. 28ff; Walbott, 1993; Weber, 1994, S. 176ff). Hierbei wird nur unzureichend zwischen der *extern zugeschriebenen Funktion* (z.B. energetisierend, selbstaufwertend, machtsteigernd) des *Ärgererlebens* und der - von ärgenden Personen verfolgten - *subjektiven Intention* bei der *aktionalen Ärgerbewältigung* unterschieden (Laux & Weber, 1993, S. 23; zu „Funktionen“ der Emotionsbewältigung: Laux & Weber, 1990, S. 568ff.).

In ihren Bemühungen um eine theoretische Grundlage empirischer Untersuchungen zu Bewältigungsintentionen gehen Weber & Laux (1993, S. 24ff.; Weber, 1994; S. 171ff.) zunächst von vier grundsätzlichen „Funktionen“ bzw. Facetten der Emotionsbewältigung aus, die nicht als disjunkte Dimensionen, sondern als „vielfach aufeinander bezogen“ zu verstehen sind: (1) Emotionsregulation, (2) Problem- bzw. Situationsregulation, (3) Regulation des Selbst und (4) Regulation von Beziehungen und Interaktionen. Diese vier Zielfacetten lassen sich wiederum hinsichtlich verschiedener Subkategorien unterteilen:

### ***Ad 1.: Bewältigungsziel „Emotionsregulation“***

Entsprechend aktueller Komponentenmodelle von Emotionen können sich die Intentionen der Ärgerbewältigung auf die verschiedenen Komponenten des Ärgers beziehen. Konkrete Ziele können beispielsweise sein (vgl. Weber & Laux, 1993, S. 26): „Ich will, dass der Druck in meinem Magen verschwindet“ (Regulation der physiologischen Komponente); „Ich will auf keinen Fall meine Beherrschung verlieren“ (Regulation der Handlungsimpulse); „Ich will mich wieder wohl fühlen“ (Regulation der sog. subjektiven Komponente). Bezogen auf den als berechtigt wahrgenommenen Zorn wäre allerdings auch denkbar, dass eine Person sich in den Zorn hineinsteigern will, um z.B. der emotionalen Bewertung (z.B. das Verhalten einer anderen Person ist ungerecht) zu entsprechen bzw. anderen zu verdeutlichen, dass man (berechtigterweise) zornig ist.

### ***Ad 2. Bewältigungsziel „Problem- bzw. Situationsregulation“***

Unter diese Zielfacette subsumieren Weber & Laux (1993) zum einen die aktive Veränderung des ärgerauslösenden Problems (z.B. Beseitigung des wahrgenommenen Unrechts), zum anderen die selbstbezogene Anpassung an die Situation (z.B. aus Angst vor Konflikten) bzw. das Ziel, sich selbst ändern zu wollen – und nicht mehr ärgerlich zu sein. Weber (1994, S. 181) sieht dieses „akkommodative“ Ziel (sensu Piaget) im Zusammenhang mit Ärger als zwar eher unwahrscheinlich an, verweist jedoch darauf, dass dies letztlich eine empirische Frage darstellt. (Dieser Frage wurde allerdings m.W. kaum nachgegangen, obgleich sie gerade im klinischen Kontext sehr interessant sein könnte: Dusi (1998, S. 162) stellte beispielsweise bei der „ipsativen Zielbestimmung“ seines Ärger-Interventionsprogramms fest, dass als häufiges Ziel in der von ihm untersuchten klinischen Gruppe „sich gelassener in Ärgersituationen fühlen“ bzw. „den eigenen Ärger positiv zu sehen“ genannt wurde).

### ***Ad 3.: Bewältigungsziel „Regulation des Selbst“***

Die Zielfacette der „Selbstregulation“ betrifft nach Laux & Weber sowohl den Schutz des eigenen Selbstwertgefühls/Selbstkonzepts als auch den Schutz des eigenen Images im sozialen Kontext. In Abhängigkeit der Ärgerauslöser können die Ziele zwischen Schutz oder Bewahrung des eigenen Selbstwertgefühls, der Wiederherstellung des angegriffenen Selbstkonzepts oder aber auch Steigerung und Erweiterung des eigenen Selbstkonzepts/Selbstwertgefühls variieren (z.B. im Sinne eines Reputationsgewinns oder des Aufbaus eines bestimmten Images „Das lasse ich nicht mir machen“).

### ***Ad 4.: Regulation „sozialer Beziehungen“***

Bei der Regulation von Interaktionen unterscheiden Laux und Weber zwischen kurz- und langfristigen Zielen: Kurzfristige Ziele können die direkte Rückmeldung bzgl. des eigenen Befindens/Ärgers an andere Personen oder die Veränderung des konkreten Verhaltens der ärgerverursachenden Person sein. Als langfristige Ziele sind sowohl das „in Frage stellen“ der Beziehung (Demontage) oder auch der Schutz bzw. die Förderung der Interaktion/Beziehung denkbar.



Laux & Weber (1993, S. 58ff) unterscheiden bei den interaktionsbezogenen Zielen zudem zwischen Effekt- und Eindrucksintentionen: Während Effektintentionen zum Ziel haben, bei Partnern ein bestimmtes Verhalten zu erreichen (z.B. Entgegenkommen oder Schuldeingeständnis), zielen sog. Eindrucksintentionen darauf ab, bei InteraktionspartnerInnen einen bestimmten Eindruck zu hinterlassen (z.B. „Ich wollte zeigen, dass ich auf meinen Rechten beharre oder das Bedürfnis nach Nähe habe“). Die Terminologie erscheint mir allerdings nicht ganz glücklich, da beide Zielbereiche *intendierte* Effekte bezeichnen. Eventuell sinnvoller wäre die Unterscheidung zwischen fremdbezogenen *transitiven* Zielen („Ich will, dass *Du* xy änderst) und selbstbezogenen *intransitiven* Zielen („Ich will, dass *ich* als xy wahrgenommen werde“) (zur Beschreibung dieser Perspektivenunterschiede im Zusammenhang mit sozialem Verhalten vgl. z.B. Benjamin, 1974; Tress & Junkert, 1993; Tschulin & Glossner, 1993).

Die AutorInnen gehen davon aus, dass Personen mit unterschiedlichen Bewältigungsreaktionen auch unterschiedliche Ziele verfolgen. Das Verfolgung unterschiedlicher Ziele wird von gesellschaftlich geprägten *Ausdrucks- oder Darbietungsregeln* („display rules“; vgl. z.B. Ekman, 1988) und sogenannten *Bewältigungsregeln* beeinflusst: Emotionsbezogene Ausdrucks- und Bewältigungsregeln (i.S.v. „tacit knowledge“, vgl. Weber, 1997, S. 294) legen für einen bestimmten Kontext fest, wie beispielsweise mit Ärger umgegangen werden „soll“, um ein bestimmtes Ziel zu erreichen bzw. um bestimmte Konsequenzen zu vermeiden (vgl. Kap. 3.2). So geziemt es sich beispielsweise nicht, seinen Ärger gegenüber Kindern, älteren Menschen oder gar Vorgesetzten unkontrolliert „freien Lauf“ zu lassen, in der Öffentlichkeit herumzuschreien oder – vereinzelt – in engen Beziehungen seinen Ärger zu unterdrücken (zu den zwölf „Regeln der Wut“ in der angloamerikanisch-westlichen Gesellschaft vgl. Averill & Nunley, 1993, S. 82ff.). Als übergreifendes Ziel des Umgangs mit Ärger wird daher von Weber (1994, S. 183f.) immer auch die Befolgung gesellschaftlicher Normen angeführt, wobei es stets eine persönliche Entscheidung darstellt, diese Regeln und Normen befolgen zu wollen oder nicht (vgl. Laux & Weber, 1993, S. 245f.; Weber 1999).

Bezogen auf die empirische Analyse möglicher Ziele bei der Bewältigung des Ärgers stellt Weber die Frage (1994, S. 185ff.), ob es überhaupt „erlaubt ist, davon auszugehen, dass wir mit unseren Reaktionen auf Ärger bestimmte Ziele verfolgen“ – und vor allem, ob ärgerlichen Personen dieser Ziele *bewusst* sind. Dass der Umgang mit Ärger immer zielbezogen (intentional) ist, steht für Weber außer Frage (ebd.), doch ob diese Ziele auch subjektiv reflektiert und bewusst ausgewählt sind oder erst post actu als Begründung oder Rechtfertigung angeführt werden, stellt ein gravierendes theoretisches wie methodisches Problem dar. Weber geht davon aus, dass – von Ausnahmen abgesehen – Ziele beim Umgang mit Ärger grundsätzlich „*bewusstseinsfähig*“ sind (Weber, 1994, S. 186). Zwar mögen die Ziele nicht in allen Situationen bewusst repräsentiert sein (z.B. bei extremer körperlicher Erregung oder chronischen Ärgerepisoden), doch stellt dies ihres Erachtens eine empirische, weniger eine theoretisch konzeptuelle Frage dar. Hierbei sieht man sich allerdings wieder mit dem Problem konfrontiert, wie diese subjektiven Ziele zu erfassen sind, da bei einer Befragung eventuell „nur“ nachträglich konstruierte Begründungen und Rechtfertigungen erhoben werden. Eine externe Validierung subjektiver Erlebniszustände ist nach Weber nicht möglich. Ihrer Meinung nach bleibt in letzter Konsequenz „nur die Wahl, entweder dem subjektiven Ansatz abzuschwören

oder aber die subjektive Information zu akzeptieren“ (Weber 1994, S. 187). Diesen letzteren Weg beschritt die Arbeitsgruppe um Weber, die in einer Reihe von Untersuchungen die intendierten Ziele der Ärgerbewältigung analysierte. Die wichtigsten Ergebnisse sollen im Folgenden umrissen werden.

Mit dem Problem der „externen“ oder „explanativen“ Validierung von Selbstausskünften in Bezug auf Handlungen befasste sich ausführlich das „Forschungsprogramm Subjektive Theorien“ (vgl. Groeben, Wahl, Schlee & Scheele, 1988). Versucht wird dabei, durch eine dialogkonsensuale Validierung die subjektive Perspektive (zwischen UntersuchungsteilnehmerIn und –leiterIn) präzise zu erfassen und anschliessend mittels „objektiver Beobachtung“ (explanativer) Validierung die Handlungsleitung der Subjektiven Theorien zu überprüfen (vgl. auch Groeben, 1986; Groeben, 1997). Bezogen auf emotionales Erleben bzw. die handlungstheoretische Rekonstruktion der Emotionsbewältigung wurde diese Methodologie m.W. noch nicht ausgearbeitet, doch stellt sie eine interessanten Rahmenkonzeption für die weitere Auseinandersetzung mit Emotionen dar (vgl. auch Scheele, 1990, 1996).

### **Empirische Befunde zu Zielen der Ärgerbewältigung:**

In unterschiedlichen Studien mit verschiedenen Teilfragestellungen analysierte die Arbeitsgruppe um Weber, welche Ziele bei der Bewältigung des Ärgers verfolgt und wie häufig bestimmte Absichten im Zusammenhang mit der Ärgerbewältigung genannt werden (vgl. Weber, 1994, S. 188ff.). Zusammenfassend wurden die folgenden Ziele besonders häufig genannt: „Zeigen von Widerstand“, „Wiedergewinnung von Kontrolle“, „Vermitteln der eigenen Gefühle“, „Zeigen von Selbstsicherheit und Selbstbewusstsein“, „Aufrechterhaltung der eigenen Selbstachtung“, „Änderung der Situation“ sowie die „Abschwächung des Ärgers“. Allerdings zeigten sich deutliche Schwankungen zwischen den einzelnen Studien, weshalb nach Ansicht Webers von einer generellen Handlungstendenz nicht die Rede sein kann.

- Bezogen auf die *Emotionsregulation* gaben je nach Untersuchung 22-67% der befragten Personen an, ihren „Ärger reduzieren“ zu wollen; immerhin 15% wollten in einer Studie – angeregt durch eine vorgegebene Episode mit „Bloßstellung vor anderen Personen“ – sich „in den Ärger hineinsteigern“.
- Bei der Analyse *problem- bzw. situationsbezogener Ziele* zeigte sich, dass zwischen 41% und 71% der Personen die „Situation ändern“ und wieder „Kontrolle gewinnen“ wollten; nur 7%-28% wollten „sich der Situation anpassen“ oder eine „Auseinandersetzung mit dem Sachverhalt vermeiden“.
- Bei den *selbstwertregulierenden Zielen* zeigte sich, dass nur 7-28% „die eigene Verletztheit verbergen wollten“, deutlich mehr (23-55%) hingegen „vor anderen Personen nicht schlecht dastehen wollten“ (defensive Ziele). Als assertiv eingeschätzte Absichten hingegen schnitten deutlich besser ab: „Selbstsicherheit/Selbstbewusstsein zeigen“ wollten 14-71%, „vor sich selbst möglichst gut dastehen“ zwischen 44 und 67 %.
- Mit der Absicht *Beziehungsregulation* wollten 19-72 % der Befragten „ihren Ärger mitteilen“, 28-81% deutlich „Widerstand zeigen“, zwischen 22-52% suchten nach eigenen Angaben eine „friedliche Annäherung an die andere Person“, 10-49% wollten „den anderen dazu bringen, das zu tun, was ich will“ – und 5-16% gaben an, „Rache“ für erlittenes Leid zu wollen.

Diese Ergebnisse geben erste Hinweise darauf, welche Ziele potentiell im Zusammenhang mit Ärger angestrebt werden (zu vergleichbaren Ergebnissen im Zusammenhang mit „Ärgermotiven“ vgl. auch Averill, 1982, S. 176ff). Aus handlungstheoretischer Perspektive ist für die Erklärung unterschiedlicher Ärgerreaktionen besonders von Interesse, inwiefern verschiedene Bewältigungsreaktionen mit bestimmten Bewältigungsintentionen zusammenhängen. Diese Fragestellung wurde in einer explorativen Studie zur „Selbstdarstellung bei der Bewältigung von Emotionen“ untersucht (Laux & Weber, 1993). Durch die Befragung von Studierenden zu Reaktionen und Intentionen bei der Bewältigung von Angst und Ärger (unter Nutzung von Situationsszenarios) konnten zunächst deutliche Unterschiede für die jeweiligen Emotionssituationen festgestellt werden (vgl. Laux & Weber, 1993, S. 82ff.).

Bezogen auf Ärgersituationen zeigte sich insbesondere, dass das „offene Zeigen des Ärgers“ hoch mit der Intention korrelierte, eindringlich einer unfair behandelnden Person zu demonstrieren, dass man so nicht mit sich umspringen lassen will (Zeigen von Widerstand) bzw. in einer öffentlichen Situation umstehenden Personen zu zeigen, dass man zu unrecht „abgekanzelt“ wurde (Ziel: Abschwächung eines ungünstigen Eindrucks bei umstehenden Personen). Zudem stand der offene Ausdruck des Ärgers mit der Absicht in Verbindung, anderen zu vermitteln, dass der Ärger auch berechtigt ist. Unterdrückter Ärger hing hingegen mit diesen Zielen negativ bzw. mit den defensiven Absichten „Anpassung an die Situation“ und dem Ziel „Vermeidung einer Auseinandersetzung“ zusammen.

Diese empirischen Ergebnisse unterstützen die These, dass die Bewältigung von Emotionen unter Berücksichtigung möglicher Intentionen handlungstheoretisch rekonstruiert werden sollte. Die Vielzahl und variierende Häufigkeit der erfassten Bewältigungsziele macht auch deutlich, dass bei der Analyse der Intentionen der situationale Kontext zu berücksichtigen ist (z.B. der ärgerauslösende Tatbestand, der jeweilige Status der betroffenen Personen, Anwesenheit von Publikum; Novaco, 1993; Weber, 1994, S. 191). Der Zusammenhang zwischen Ärgerreaktionen und Bewältigungszielen legt zudem nahe, die unterschiedlichen Intentionen zur Differenzierung spezifischer Bewältigungsreaktionen heranzuziehen (Parkinson & Totterdell, 1999, S. 296ff.) bzw. empirisch zu überprüfen, inwiefern die geäußerten Absichten und Ziele bei der Erklärung unterschiedlicher Ärgerreaktionen genutzt werden können.

Bezogen auf die Bewältigung von Zorn in Partnerschaften lassen sich die Ergebnisse der Ärgerforschung als Ausgangspunkt nutzen. Offen bleibt die Frage, ob beim Umgang spezifisch mit Zorn auf die PartnerIn vergleichbare Ziele verfolgt werden wie allgemein beim Umgang mit Ärger. In diesem Zusammenhang kann dann weiter analysiert werden, inwiefern sich der unterschiedliche Umgang mit Zorn durch unterschiedliche Absichten und Ziele erklären lässt. Unter Berücksichtigung der Partnerschaftszufriedenheit ist zudem zu prüfen, ob partnerschaftszufriedene Personen bei der Zornbewältigung andere Ziele verfolgen als Personen, die mit ihrer Partnerschaft unzufrieden sind. Auch mit Blick auf Geschlechterunterschiede im Ärger- und Konfliktverhalten stellt sich die Frage, inwiefern sich Unterschiede im Umgang mit Ärger und Zorn durch unterschiedliche Bewältigungsintentionen erklären lassen.

Bevor diese Fragen weiter (empirisch) untersucht werden, soll zunächst auf die vielfach diskutierten geschlechterspezifischen Unterschiede bei der Ärgerbewältigung eingegangen werden.

#### 4.4 Geschlechterspezifische Unterschiede beim Umgang mit Ärger: Ein Mythos?!?

In der Ärgerliteratur finden sich eine Fülle von Aussagen darüber, dass Ärger von Frauen und Männer unterschiedlich erlebt und bewältigt wird (zum Überblick z.B. Averill, 1982, S. 281ff; Campbell, 1995; Tavris, 1992, S. 190ff.). Weber (1994, S. 249ff.) identifiziert dabei vor allem zwei Rollenstereotype: das „gängigere“ Stereotyp besagt, dass Frauen ihren Ärger im Vergleich zu den Männern nicht oder nur in abgeschwächter Form zum Ausdruck bringen (vgl. z.B. Ekman, 1988; Lerner, 1990), das „radikalere“ Stereotyp sieht vor, dass Frauen aufgrund gesellschaftlicher Normen ihren Ärger erst gar nicht empfinden (dürfen), demzufolge auch weniger Ärger (sondern andere Emotionen wie etwa Trauer und Enttäuschung) erleben und entsprechend weniger Ärger zeigen (vgl. auch Hochschild, 1990; Weber & Piontek, 1995, S. 60).

Die geschlechterbezogenen Unterschiede im Erleben und Ausdruck von Ärger werden sowohl von biologischen als auch rollentheoretischen Ansätzen postuliert und zu erklären versucht:

- (Sozio-)biologische Erklärungsansätze diskutieren den Ärger insbesondere im Zusammenhang mit Aggression und kommen sie zu dem Schluss, dass Männer aufgrund ihrer (genetisch „vorprogrammierten“) aggressionsprädisponierenden Grundausstattung (z.B. höhere Testosteronwerte; Aggressivität zur Erhöhung der Fortpflanzungschancen) leichter ärgerlich werden und diesen Ärger auch deutlicher zum Ausdruck bringen als Frauen (zur berechtigten Kritik dieser Position, insbesondere der undifferenzierten Vermischung von Aggression und Ärger vgl. z.B. Weber, 1994, S. 250ff.; Weber & Piontek, 1995, S. 60f.).
- Rollentheoretische Ansätze leiten potentielle Unterschiede in Emotionalität und Expressivität aus gesellschaftlichen Rollenerwartungen ab: Frauen sei es - so die These - aufgrund gesellschaftlicher Normen und traditioneller Rollenzuschreibungen „untersagt“, ärgerlich zu sein und „aufmüpfig“ für die eigenen Bedürfnisse einzutreten, wohingegen es bei Männern akzeptiert bzw. verlangt wird, emotional engagiert für eigene Rechte und Interessen einzutreten (vgl. z.B. Hochschild, 1990). Lerner (1990) fasst die gesellschaftliche Ärger-Norm für Frauen so zusammen: „Die direkte Äußerung von Zorn, insbesondere Männer gegenüber, ist nicht damenhaft; sie macht uns unweiblich und unattraktiv“ (o.c., S. 8).

In diesem Zusammenhang weist die Autorin darauf hin, dass es in der Alltagssprache zwar eine Fülle abwertender Begriffe für ärgerliche Frauen gibt (z.B. „hysterisch-zänkisches Weib“, „Xanthippe“, „Furie“, „Zimtzieke“, „Beisszange“, „Giftspritze“), „unsere Sprache jedoch nicht einen einzigen unschmeichelhaften Begriff zur Bezeichnung von Männern besitzt, die ihre Wut auf Frauen entladen“ (o.c., S. 8). Dies scheint mir so allerdings nicht ganz zutreffend zu sein: Choleriker?, Macho?, Zerberus?

In rollentheoretischen Erklärungsansätzen stellt der Ärger damit eine Besonderheit dar: Denn geschlechterdifferentielle Theorien gehen davon aus, dass Frauen im allgemeinen *deutlicher* ihre Gefühle erleben und zeigen als Männer. Da Frauen gesellschaftlich die Aufgabe zugeschrieben werde, Beziehungen aufzubauen und zu pflegen, würden sie durch das Zeigen von Emotionen die Rolle als „emotionale Managerinnen“ sozialer Interaktionen erfüllen (vgl. auch Kap. 2). Bei Ärger als „konfliktgeneigter Emotion“ (Weber & Piontek, 1995, S. 61) hingegen werde von Frauen verlangt, diese Emotion zu unterdrücken (oder am

besten gar nicht zu erleben) und dadurch interpersonale Beziehungen zu schützen bzw. nicht zu gefährden (vgl. Lerner, 1990).

Aus soziologischer Sicht ist nach Hochschild (1979; 1990) die beziehungsbezogene Rolle der Frauen nur ein vordergründiger Aspekt. Entscheidend für den (potentiellen) Unterschied im Umgang mit Ärger ist ihres Erachtens der niedrigere Status von Frauen im Vergleich zu Männern: Da Frauen weniger Zugang zu Macht, Autorität, Geld und gesellschaftlichen Einfluss haben, hat Emotionsarbeit für Frauen die Funktion, Emotionen im Austausch zu materiellen Gütern einzubringen. Ihrer Ansicht nach unterdrücken Frauen ihren Ärger, um sich durch das „Nettsein“ ihre (auch materielle) Existenz zu sichern bzw. nicht Opfer von Gegenaggressionen zu werden (vgl. auch Campbell, 1995, S. 197ff.; Tavris, 1992; zusammenfassend Weber & Piontek, 1995).

Es ist beeindruckend, wie engagiert verschiedene psychologische und soziologische TheoretikerInnen (potentielle) Unterschiede zwischen Frauen und Männern zu erklären versuchen – ohne dass diese Unterschiede eindeutig empirisch belegt sind. Weber (1994) fordert daher differenzierte empirische Analysen dieser vielfach – nicht nur in der populärwissenschaftlichen Literatur – postulierten Geschlechterunterschiede: „Stereotype sind eine Sache – ihr empirischer Wahrheitsgehalt eine andere“ (Weber, 1994, S. 257).

Bei der Suche nach Unterschieden stellt sich zunächst die Frage, hinsichtlich welcher Ärgermerkmale sich Frauen und Männer typischerweise unterscheiden. Dabei lassen sich insbesondere vier Fragestellungen unterscheiden (vgl. Kring, 2000; Tavris, 1992, S. 198ff.; Thomas, 1995, S. 56ff.; Weber, 1994, S. 257ff.):

1. Unterscheiden sich Frauen und Männer darin, welche Situationen und Tatbestände Ärger auslösen?
2. Erleben Frauen und Männer den Ärger unterschiedlich?
3. Gehen Frauen und Männer mit Ärger anders um? Unterscheiden sie sich in den Ärgerreaktionen und den Formen der Ärgerbewältigung?
4. Verfolgen Frauen und Männer bei ihrem Umgang mit Ärger unterschiedliche Ziele?

### **Ad 1: Geschlechtertypische Auslöser des Ärgers?**

Mit der Frage, ob bei Frauen und Männer andere Auslöser für den Ärger massgeblich sind, haben sich nur vereinzelt Untersuchungen befasst (zu dieser Kritik vgl. Thomas, 1993, S. 56ff.). Kring (2000, S. 213f.) und Weber (1994, S. 257ff.) kommen bei einem Überblick über den Forschungsstand zu dem Schluss, dass sowohl bei frei berichteten Ärgerepisoden als auch bei vorgegebenen Ärgersituationen nur selten klare Unterschiede zwischen Frauen und Männern festgestellt werden konnten und die Befundlage als eher widersprüchlich einzuschätzen ist. Zwar wurde vereinzelt festgestellt, dass Frauen sich z.B. eher über ungerechte Ereignisse, Männer sich eher über physische Angriffe ärgern (Novaco, 1975; Frost & Averill, 1982), doch konnten diese Befunde meist nicht repliziert werden.

Als Erklärung für die inkonsistenten Ergebnisse verweist Kring (2000, S. 213f.) darauf, dass in vielen Untersuchungen der situationale Kontext bzw. das soziale Umfeld nicht berücksichtigt wurde. Tavris (1992, 207f.) stellt in diesem Zusammenhang zudem fest, dass die Analyse

ärgerauslösender Situationskategorien (z.B. herablassende Behandlungen, Ungerechtigkeiten oder Angriffe auf das Selbstwertgefühl) allein wenig aufschlussreich ist. Die Autorin fordert, bei der Analyse von Ärgersituationen die subjektive Interpretation der einzelnen Situationen mitzubedenken. Unter Verweis auf die Veränderung gesellschaftlicher und individueller Normen stellt sie fest, dass z.B. bezogen auf die Arbeitsaufteilung im häuslichen und privaten Bereich es sehr wohl geschlechterdifferentielle Vorstellungen und Wahrnehmungen von „gerechter“ Arbeitsaufteilung geben kann, die allein durch Fragen nach „Ungerechtigkeiten“ als Auslöser für Ärger nicht berücksichtigt werden können. Ungerechtigkeit (als inhaltliche Kategorie) mag bei beiden Geschlechtern Ärger auslösen, ausschlaggebend ist jedoch, welche Ereignisse als ungerecht interpretiert werden und ob sich Frauen und Männer in der Interpretation derselben Situation als gerecht oder ungerecht unterscheiden. Die subjektive Interpretation und Bewertung der betreffenden Situationen ist entscheidend, was in den bisherigen Untersuchungen jedoch meist vernachlässigt wurde.

Als weitere Einschränkung muss berücksichtigt werden, dass in den meisten Untersuchungen nur nach *hypothetischen* und *potentiell* ärgerauslösenden Situationskategorien gefragt wurde (i.S.v. „würden sie sich in einer solchen Situation ärgern?“). Empirisch weiterführender scheint zu sein, geschlechtertypische Unterschiede über konkret erlebte Situationen zu analysieren: Bezogen auf den Ärger in Paarbeziehungen legte z.B. Buss (1989) 317 Studierenden und Frischvermählten insgesamt 147 ärgerauslösende Situationen mit der Frage vor, welche der Situationen in ihrer Paarbeziehung im Laufe des letzten Jahres ihren Ärger tatsächlich ausgelöst hatte. Er stellte fest, dass es zwar keine geschlechtertypischen Unterschiede in der Häufigkeit der ärgerauslösenden Situationen gab, die befragten Frauen und Männer wohl aber unterschiedliche Arten von Ereignissen nannten: die Frauen gaben an, sich vorwiegend über herablassendes und rücksichtsloses Verhalten, über Unzuverlässigkeit und konkrete Beschimpfungen zu ärgern, die Männer führten hingegen an, sich über die Selbstbezogenheit, Launenhaftigkeit und sexuelle Verweigerung ihrer Partnerinnen zu ärgern (vgl. Buss, 1989, Studie 1, S. 740f.).

Zusammenfassend sprechen die empirischen Befunde eher gegen *generelle* geschlechtertypische Auslöser von Ärger und Wut (Weber, 1994, S. 265ff.). Spezifisch bezogen auf Partnerschaften fanden sich in vereinzelt Untersuchungen jedoch durchaus *kontextspezifische* Unterschiede zwischen Frauen und Männern, die jedoch aufgrund der eingeschränkten Anzahl von Untersuchungen mit Vorsicht zu interpretieren sind (Kring, 2000, S. 213ff.).

## **Ad 2: Erleben Frauen und Männer den Ärger unterschiedlich?**

Sowohl bezüglich der Häufigkeit (Quantität) als auch der Art und Weise (Qualität) des Ärgererlebens konnte die differentielle Ärgersforschung bislang keine *generellen* geschlechterspezifischen Unterschiede identifizieren. Unter Berücksichtigung des situationalen Kontextes stellt Kring (2000, S. 214f.) jedoch fest, dass in partnerschaftsbezogenen Untersuchungen über Ärger sich Frauen häufiger als verärgert beschreiben als Männer (vgl. Fehr et al., 1996, 1999), was in Übereinstimmung mit Befunden der Partnerschaftsforschung steht, dass Frauen im Durchschnitt unzufriedener mit ihrer Paarbeziehung sind als Männer.

In Bezug auf Unterschiede in der Qualität des Ärgererlebens liegen m.W. kaum empirische Untersuchungen vor. Da in der Forschung zumeist nicht zwischen dem subjektiven Ärgerer-

leben und Ärgerreaktionen unterschieden wurde, beziehen sich die meisten Befunde eher auf Unterschiede in den *Ärgerreaktionen* bzw. der *Ärgerbewältigung* (s.u.). Berücksichtigt man auch hier Ergebnisse der Partnerschaftskonfliktforschung (z.B. Gottman, 1994), lässt sich vermuten, dass in Abhängigkeit vom situationalen Kontext sowie der individuellen Interpretation ärgerauslösender Ereignisse sich Frauen und Männer in einzelnen Facetten des Ärgererlebens unterscheiden. Zu untersuchen wäre beispielsweise, inwiefern Frauen und Männer unterschiedliche Handlungs*impulse* bei Ärger erleben oder inwiefern sich Unterschiede in der Art und Qualität des körperlichen Empfindens finden lassen.

### **Ad 3: Geschlechtertypische Ärgerreaktionen?**

Im Mittelpunkt der Diskussion über geschlechtertypische Unterschiede bei Ärger stand die Frage, ob Frauen und Männer unterschiedlich mit ihrem Ärger umgehen. „Um das Ergebnis gleich vorwegzunehmen: Über die vorliegenden empirischen Arbeiten hinweg besteht ein beachtlicher Konsens, dass dem nicht so ist“ (Weber, 1994, S. 261). Bei dieser Feststellung ist zu beachten, dass in den meisten Untersuchungen zu Unterschieden zwischen Frauen und Männern vergleichsweise grobe Verhaltenskategorien wie das Ausmaß des impulsiven Zeigens, Unterdrückens oder kontrollierten Umgang mit Ärger analysiert wurden (häufig erhoben mit Hilfe des STAXI sensu Spielberger; 1986; dt. Schwenkmezger et al., 1992). Dabei zeigten sich zumeist nur minimale geschlechtertypische Unterschiede, die zwischen den einzelnen Untersuchungen zudem noch inkonsistent waren (vgl. z.B. Thomas, 1993, S. 56f; Kopper & Epperson, 1996; Schwenkmezger et al., 1992, S. 16). In Untersuchungen, in denen differenzierter verschiedene Möglichkeiten des Umgangs mit Ärger untersucht wurden (vgl. z.B. Frost & Averill, 1982; Buss, 1989) fanden sich vereinzelt Unterschiede: So stellten Frost & Averill (1982, S. 290) auf der Grundlage von Selbstberichten fest, dass Frauen häufiger ihren Ärger mit dritten Personen austauschen, der ärgernden Person Wohltaten entziehen und häufiger weinen als Männer. In der Arbeitsgruppe um Weber konnte in verschiedenen Untersuchungen zu selbstberichteten Ärgerreaktionen jedoch lediglich bestätigt werden, dass Frauen häufiger angaben, soziale Unterstützung zu suchen (in Form von Gesprächen mit Dritten); Unterschiede bei weiteren Ärgerreaktionen (z.B. Rachegedanken) ließen sich hingegen nicht replizieren oder waren inkonsistent (vgl. Weber, 1994, S. 262). Bemerkenswert sind die Ergebnisse dieser Arbeitsgruppe vor allem auch deshalb, da sowohl die subjektive Einschätzung der Ärgerreaktionen erfasst als auch die Selbstberichte in einem Ärgerexperiment so weit als möglich durch Beobachtungen validiert wurden (o.c., S. 263). Aber auch hier konnten keine eindeutigen Unterschiede im Ärgerverhalten bei Frauen und Männern festgestellt werden (vgl. zusammenfassend Weber & Piontek, 1995).

Als besonders interessanten Befund zeigte sich in einer Untersuchung von Weber & Piontek (1995), dass Frauen im Vergleich zu Männern ihren eigenen Ärgerreaktionen deutlich weniger Wirksamkeit und „Durchschlagskraft“ zuschrieben und negativer bewerteten als Männer. Weber & Piontek (1995, S. 80) bieten für diesen Befund drei Erklärungen an, die einer weiteren theoretischen wie empirischen Klärung bedürfen: So wäre es zunächst möglich, dass die Frauen „nicht richtig einschätzen können, wie nachdrücklich ihr Verhalten wirkt“. Ebenso möglich wäre, dass Frauen „die Erfahrungen machen, dass ihr Verhalten, und sei es noch so assertiv und darin den Männern vergleichbar, in der Tat andere Wirkungen hat.“ Eine dritte Erklärung könnte lauten, dass „Frauen sich

selbst auf der Grundlage gängiger Rollenklischees einschätzen und einem sich selbst erfüllendem Stereotyp aufsitzen“.

Weber und Piontek schreiben vor allem dieser nur gering eingeschätzten sozialen Wirksamkeit des eigenen Ärgerverhaltens durch Frauen eine gewichtige Rolle im Zusammenhang mit gesundheitspsychologischen Fragestellungen zu (vgl. auch Thomas, 1993, Campbell, 1995). Um die derartige Befunde und Überlegungen weiter angemessen analysieren zu können, „muss sich die Bewältigungsforschung jedoch von ihrem individualistischen Bias lösen und Bewältigung als ein Verhalten begreifen, das durch soziale Normen, Stereotype und sich aus ihnen ergebenden Interaktion bestimmt wird“ (Weber & Piontek, 1995, S. 81)

Die Relevanz von *Geschlechterrollenstereotypen* im Zusammenhang mit Ärger wurde explizit u.a. von Kopper & Epperson (1996) empirisch analysiert. In ihrer Untersuchung zu Geschlechterrollen, Ärger und Depressivität stellten sich u.a. die Skalen Maskulinität und Femininität (erhoben über Bem's 'sex-role inventory') als robusteste Prädiktoren für verschiedene Ärgerreaktionen heraus: den Ergebnissen zufolge korrelierte Maskulinität signifikant positiv mit unkontrolliert-aggressiv geäußertem Ärger, leicht negativ mit unterdrücktem Ärger. Femininität korrelierte hingegen signifikant negativ mit allen Formen des Ärgerverhaltens, Androgynität stand in keinem Zusammenhang zu verschiedenen Ärgerstilen (Kopper & Epperson, 1996, S. 162; vgl. auch Bradbury, Campbell, Fincham, 1995).

Insgesamt sprechen die empirischen Befunde vorwiegend *gegen* geschlechtertypische Ärgerreaktionen (Weber, 1994). Psychologisch interessant (und brisant) bleibt das „mythische Stereotyp“, dass Frauen mehr Probleme als Männer haben (sollen?), ihren Ärger adäquat zum Ausdruck zu bringen. Aufgrund der zu vermutenden (auch klinisch relevanten) Konsequenzen der Selbstbewertung des eigenen Ärgerverhaltens (vgl. Weber & Piontek, 1995, S. 80f.) scheint es für die weitere Ärgerforschung vor allem sinnvoll zu sein, die Stabilität und (gesellschaftliche) Funktionalität dieses „Mythos“ weiter zu erforschen (vgl. auch Tavris, 1992; Weber, 1994). Bezogen auf Ärger, Zorn und Konfliktverhalten in Paarbeziehungen erscheinen mir die Überlegungen von Weber & Piontek weiterführend: So lässt sich vermuten, dass Frauen in Paarbeziehungen vor allem deshalb engagierter ihren Unmut zum Ausdruck bringen, da sie den (subjektiven) Eindruck oder die Erfahrung gemacht haben, anders nicht ernstgenommen und gehört zu werden. Die im Kontext der Konfliktforschung (vgl. Kap.2) häufig geäußerte These, dass Frauen die Rolle der „Beziehungsstiftenden und -erhaltenden“ zukommt, könnte so erweitert (und von ihrem „hausmütterlichen Nimbus“ befreit) werden.

#### **Ad 4: Geschlechtertypische Ziele der Ärgerbewältigung?**

Rollentheoretische Erklärungsmodelle postulieren, dass Frauen vor allem ihren Ärger unterdrücken, um dadurch soziale Beziehungen nicht zu gefährden. Wie erwähnt (vgl. Kap. 4.2) liegen jedoch bislang nur wenige Untersuchungen vor, in denen explizit nach Zielen und Motiven des individuellen Ärgerverhaltens gefragt wurde (vgl. Weber, 1994, S. 263). Eine Ausnahme stellt die differenzierte Analyse des Ärgers von Averill (1982) dar, der jedoch keine Unterschiede in den intendierten Zielen des Ärgerverhaltens zwischen Frauen und Männern feststellen konnte. Auch die Arbeitsgruppe um Weber (vgl. Weber, 1994; Weber & Piontek, 1995), die sich ausgehend von Averill intensiv mit Zielen der Ärgerbewältigung befasste,



kommt zu dem Schluss, dass es auf der Grundlage der bisherigen (auch eigenen) Befunde keine eindeutigen Ergebnisse gibt. Es stellte sich lediglich heraus, dass Frauen im Gegensatz zu Männern stärker das Bedürfnis haben, ihren Ärger deutlich zum Ausdruck zu bringen – ein Befund, der im Widerspruch zur These der auf „Nettsein“ bedachten ärgerunterdrückenden Frauen steht.

Zusammenfassend bleibt festzuhalten, dass geschlechertypische Unterschiede auf der Grundlage empirischer Befunde der allgemeinen Ärgerforschung bislang eher uneindeutig sind. Interessanterweise stehen die empirischen Befunde häufig im Widerspruch zu der Ausgangsthese der „ärgerunterdrückenden Frauen“ sowie zu Ergebnissen der (Partnerschafts-) Konfliktforschung: Denn hier zeigte sich (vgl. Kap. 2), dass Frauen ihre Unzufriedenheit in Partnerschaften zumeist deutlicher zum Ausdruck bringen, sich bei Konflikten mehr engagieren und deutlich (emotional) expressiver reagieren als ihre Partner - insbesondere bei abnehmender Partnerschaftszufriedenheit (Stichwort: demand-withdraw pattern; vgl. z.B. Heavey et al., 1993; 1995). Berücksichtigt man zudem den engen Zusammenhang zwischen Ärger und Konfliktverhalten, wäre eigentlich davon auszugehen, dass Frauen ihren Ärger in Partnerschaften deutlicher zeigen als Männer.

Als Erklärung für die uneindeutigen und z.T. widersprüchlichen Befunde bietet sich der Umstand an, dass in der Ärgerforschung geschlechertypische Unterschiede häufig ohne Berücksichtigung des situationalen Kontextes untersucht wurden (Kring, 2000). Vor dem Hintergrund der Ergebnisse der Partnerschaftskonfliktforschung kann vermutet werden, dass unter Berücksichtigung des spezifischen situativen Kontextes (Ärger auf PartnerIn in einer festen Partnerschaft) konsistenter geschlechertypische Auslöser, Bewältigungsstrategien und intendierte Ziele zu finden sind. Dies würde dann bedeuten, dass es zwar *kontextunabhängig* keine Unterschiede im Ärger und Ärgerverhalten zwischen Frauen und Männern gibt – aber eben unter Berücksichtigung des situativen Kontextes bzw. spezifischer inhaltlich-thematischer Umstände.

Für diese Vermutung sprechen insbesondere die Befunde einer der wenigen Untersuchungen, die sich explizit mit geschlechertypischen Unterschieden des Ärgers *in Partnerschaften* befasste (Fehr & Baldwin, 1996; Fehr, Baldwin, Collins, Patterson & Benditt, 1999). Da diese Untersuchung m.E. zu den differenziertesten Arbeiten zu Ärger in Paarbeziehungen gehört und die eigene empirische Untersuchung z.T. darauf aufbaut, soll im Folgenden diese Untersuchung mit ihren Ergebnissen etwas ausführlicher dargestellt werden.

### **Geschlechertypische Unterschiede in den Subjektiven Theorien zu Ärger in Paarbeziehungen?**

Fehr, Baldwin, Collins, Patterson & Benditt (1999) gehen aufbauend auf der „Schema-“ bzw. „Scripttheorie“ davon aus, dass emotionales Wissen (emotional knowledge) sowohl das Erleben als auch den Umgang mit Emotionen steuert (vgl. auch Fehr & Baldwin, 1996; Fitness, 1996). Da diese subjektiven „Emotionsscripts“ Vorstellungen über interpersonale Wirkungen und Konsequenzen umfassen (können), ist die Erfassung dieser Wissensstrukturen ihrer Ansicht nach besonders gut geeignet, der „interpersonalen Natur“ von Emotionen sowie dem zeitlichen Verlauf von emotionalen Ereignissen Rechnung zu tragen (vgl. Fehr et al., 1999, S. 300). In ihrer Untersuchung zu subjektiven Theorien (lay theories) gehen die AutorInnen u.a.

der Frage nach, ob und inwiefern sich Frauen und Männer in ihrer kognitiven Repräsentation von Ärger in *Paarbeziehungen* (interpersonale Ärger´scripts´) unterscheiden. Hierzu befragten sie mit Hilfe von Fragebögen 124 Psychologiestudierende (73 Frauen, 51 Männer) zu ihren Vorstellungen von Ärger in festen *Paarbeziehungen*. (Zu berücksichtigen ist allerdings, dass nur ca. die Hälfte der Studierenden selbst in einer Partnerschaft lebte.)

Folgende geschlechterbezogene Fragestellungen zu Ärger in *Paarbeziehungen* wurden dabei verfolgt (vgl. auch Fehr & Baldwin, 1996):

- a) Finden sich Unterschiede bei den Auslösern von partner/inbezogenem Ärger
- b) Finden sich Unterschiede bei den eigenen (selbsteingeschätzten) Ärgerreaktionen
- c) Finden sich Unterschiede bei den antizipierten Gegenreaktionen der PartnerIn

- a) Unterscheiden sich Frauen und Männer hinsichtlich der Auslöser von Ärger in *Paarbeziehungen*?

Hierzu wurden fünf typische ärgerauslösende Ereignisse (Szenarien) vorgegeben (die in der Ärgerliteratur häufig als Ärger- und Konfliktauslöser angegeben werden) und die Untersuchungspersonen gefragt, wie sehr sie sich über ein solches Ereignis ärgern würden. Die Ereignisse waren: (1) Missbrauch von Vertrauen (*betrayal of trust*: vertrauliche Information wird missbraucht); (2) Zurückweisung (*rebuff*: vereinbarter gemeinsamer Termin wird nicht eingehalten); (3) unberechtigte Kritik (*unwarranted criticism*: Kritik wegen eines kleinen Fehlers oder nachlässigen Aussehens); (4) mangelnde Rücksicht/Beachtung (*negligance*: Vergessen des Geburtstages) und (5) störende Eigenarten (*cumulative annoyance*: Beim Filmegucken dauernd dazwischenquatschen)

Als Ergebnis zeigte sich, dass von beiden Geschlechtern der Vertrauensmissbrauch als besonders gravierend und ärgerlich eingeschätzt wurde. Interessanterweise gaben zudem die befragten Frauen bei allen Ereignissen bis auf die „störenden Eigenheiten“ signifikant höhere Ärgerwerte an als die Männer. Diese höheren Ärgerwerte fanden sich insbesondere als Reaktion auf unberechtigten Kritik und mangelnden Rücksichtnahme. Fehr et al. (1999, S. 308) interpretieren dies als möglichen Hinweis darauf, dass für Frauen Werte wie Rücksichtnahme ein wichtiger Indikator von Intimität und Nähe und damit für die Qualität einer Partnerschaft darstellt und der Ärger über derartige Wertverletzungen als Hinweis für die ausgeprägte interpersonale Sensibilität anzusehen ist.

- b) Unterscheiden sich Frauen und Männer darin, wie sie auf die ärgerlichen Ereignisse in der Partnerschaft nach eigener Einschätzung reagieren?

Den befragten Personen wurden sechs verschiedene Reaktionsmöglichkeiten auf die ärgerauslösenden Situationen vorgegeben: (1) Vermeidung/Ausweichen (*avoid*), (2) direkte Aggression (*aggress directly*), (3) indirekte Aggression (*aggress indirectly*), (4) ruhiger verbaler Austausch (*talk it over*), (5) Versöhnung/Vergebung (*give in/conciliate*) und (6) Ausdruck von Verletztheitsgefühlen (*express hurt feelings*).

Auch hier zeigten sich signifikante Geschlechterunterschiede: Im Vergleich zu den befragten Männern gaben die Frauen signifikant höhere Werte an bei direkter wie indirekter Aggression sowie dem Ausdruck von Verletztheitsgefühlen. Als besonders bemerkenswert wird von Fehr

et al. (1999, S. 309) erneut angeführt, dass Frauen im Zusammenhang mit mangelnder Rücksichtnahme mehr aggressive Reaktionen angaben; auch dies wird von den AutorInnen dahingehend interpretiert, dass sich für Frauen in der mangelnden Rücksichtnahme eventuell das prinzipiell geringe Beachten der subjektiven Bedürfnisse durch die Männer widerspiegelt.

c) *Unterscheiden sich Frauen und Männer in ihren Vorstellungen, wie die Partnerin/der Partner vermutlich auf das eigene Verhalten reagiert?*

Die Frage nach den interpersonalen Konsequenzen des Ärgerverhaltens wurde in der Ärgerforschung bislang nur selten gestellt (vgl. Fehr et al., 1999, S. 303). Als antizipierbare Reaktionen wurde den Untersuchungspersonen zum einen die sechs Reaktionsmöglichkeiten angeboten, die sie selbst zeigen konnten (s.o., b); zusätzlich wurde noch unter Berücksichtigung von Averills Ergebnissen (vgl. Averill, 1982) als Gegenreaktionen das Leugnen von Verantwortung (*deny responsibility*), Ablehnung/Zurückweisung (*reject me*) sowie Verharmlosung (*mock/minimize the situation*) angeboten.

Auch hier zeigten sich signifikante Geschlechterunterschiede: Während Frauen deutlich häufiger von ihren Partnern erwarteten, dass diese die ärgerauslösende Situation verniedlichen würden, antizipierten Männer signifikant häufiger, dass ihre Partnerinnen sie zurückweisen und Verletztheitsgefühle zeigen würden. Die antizipierte „Verniedlichung“ (*minimize the situation*) kann als weiterer Hinweis darauf verstanden werden, dass Frauen befürchten, mit ihrem Anliegen/Ärger nicht ernst genommen zu werden – und entsprechend „massiver“ ihren Ärger zum Ausdruck bringen. Im Gegensatz kann die männer‘typische‘ Befürchtung, zurückgewiesen zu werden, ein (begründender) Hinweis darauf sein, dass Männer (entsprechend der Paarkonfliktliteratur) eher zu Rückzugsverhalten tendieren (z.B. um die Partnerin nicht zu verletzen bzw. sich selbst den von der Partnerin gezeigten Verletztheitsgefühlen auszusetzen).

Diese Befunde unterstützen die Ergebnisse aus der Partnerschaftskonfliktforschung zu geschlechtertypischer Reaktionsweisen und stehen z.T. in Widerspruch zu den Thesen und empirischen Ergebnissen der kontextunspezifischen Ärgerforschung: In dieser Untersuchung zum Ärger in Partnerschaften gaben die Frauen nicht nur deutlich höhere Ärgerwerte an als die Männer, sondern würden nach eigenen Angaben ihren Ärger auch deutlicher und aggressiver zeigen als die befragten Männer – ein Widerspruch zur These der „netten“, ärgerunterdrückenden Frau. Auch die Unterschiede in den antizipierten Reaktionen der Partnerin/des Partners stehen im Widerspruch zu der These, dass Frauen aus Angst vor Abwertung und um die Beziehung nicht zu gefährden ihren Ärger unterdrücken würden. In dieser Untersuchung zeigte sich, dass eher die Männer befürchten, mit ihrem Ärger abgelehnt zu werden, Frauen hingegen – in Übereinstimmung mit den Ergebnissen von Weber & Piontek (1995) – befürchten, durch die Verniedlichung der Situation mit ihrem Ärger nicht ernst genommen zu werden. Leider nicht untersucht wurde in dieser Studie, inwiefern Frauen und Männer sich in ihren Zielen bei der Bewältigung ihres Ärgers unterscheiden.

Zusammenfassend bleibt bezogen auf Geschlechterunterschiede im Erleben und der Bewältigung des Ärgers festzuhalten, dass sich bei einer *kontextunspezifischen* Betrachtung in den empirischen Untersuchungen im wesentlichen *keine Unterschiede* zwischen Frauen und Män-

nern ergaben. Anders hingegen bei Untersuchungen, in denen explizit der *Kontext Partnerschaft* berücksichtigt wurde: Übereinstimmend mit Untersuchungen zu Konfliktverhalten in Paarbeziehungen zeigen die Ergebnisse *deutliche Unterschiede* zwischen Frauen und Männern (Kring, 2000). So scheinen für Frauen und Männer nicht nur unterschiedliche Auslöser maßgeblich für den Ärger in Paarbeziehungen zu sein, sondern Frauen und Männer geben auch unterschiedliche Reaktionen als typisch für ihren Umgang mit ihrem Ärger auf die/den PartnerIn an. Den Befunden zufolge bringen in Partnerschaften Frauen im Vergleich zu den Männern ihren Ärger (nach eigenen Angaben) impulsiver und aggressiver zum Ausdruck - und zwar in Abhängigkeit sowohl von den auslösenden Ereignissen als auch den antizipierten Gegenreaktionen. Dies verweist auf die Notwendigkeit, bei der Analyse geschlechterspezifischer Unterschiede zum einen den situationalen Kontext zu berücksichtigen, zum anderen differenziert die subjektiven Interpretationen der ärgerauslösenden Situationen sowie der Begleitumstände zu beachten. Denn vergleichsweise wenig geklärt wurde bislang, inwiefern sich Frauen und Männer in einer Reihe von Merkmalen unterscheiden, die als wesentlich für den Umgang mit Ärger anzusehen sind. So liegen bislang nur vereinzelt Untersuchungen zu der Frage vor, inwiefern Frauen und Männer mit ihrem Umgang mit Ärger unterschiedliche Ziele verfolgen (Weber, 1994) bzw. sich darin unterscheiden, wie sie unterschiedliche Ärgerreaktionen hinsichtlich ihrer Konsequenzen und Effektivität einschätzen (Fehr et al., 1996, 1999; Weber & Piontek). Erweitern lässt sich der Fokus der Ärgerforschung zudem durch Untersuchungen, in denen die Bewertung verschiedener Ärgerreaktionen in Abhängigkeit der Geschlechterzugehörigkeit differenziert erfasst wird. Fasst man die Bewältigung des Ärgers als Ergebnis sozialer Konstruktion auf (Averill, 1982), stellt sich u.a. die Frage, welche konkreten Rollenstereotype sich (wie) auf den individuellen Umgang mit Ärger auswirken. Unter psychologischer Perspektive ist weiter zu klären, welche Normen und (individuellen) lebensgeschichtlichen Lernerfahrungen zum Aufbau (geschlechter-)differentieller Vorstellungen und Stereotypen (z.B. im Sinne Subjektiver Theorien) über den angemessenen Umgang mit Ärger führen und inwiefern diese Konstruktionen die tatsächliche Ärgerbewältigung beeinflussen (Weber, 1999). In Verbindung damit stellt sich die klinisch relevante Frage, ob der geschlechterspezifische Umgang mit Ärger im Zusammenhang mit geschlechter-„typischen“ psychosomatischen Störungsbildern steht (vgl. Kämmerer, 2001). Mit Blick auf die Methodologie wird zudem zurecht darauf verwiesen, dass zur Klärung „tatsächlicher“ Geschlechterunterschiede im Umgang mit Ärger multimodale Verfahren bei der Untersuchung im konkreten sozialen Kontext zu nutzen sind.

Als Fazit geben die Befunde zu kontextspezifischen Ärgerreaktionen wichtige Hinweise darauf, dass es sich bei der unspezifischen These bzgl. geschlechertypischer Unterschiede des Erlebens und Verhaltens im Ärger nicht unbedingt um einen „Mythos“ handeln muss. Die Ergebnisse sprechen jedoch gegen den spezifischen Mythos von der „friedfertigen, ärgerunterdrückenden Frau“ und dem „offensiv ärgerzeigenden Mann“. Derartige Geschlechterstereotypen bzgl. Ärger und Ärgerbewältigung durch die differenzierte empirische Analyse unter Berücksichtigung des situationalen Kontextes (z.B. Partnerschaft) sowie individueller Interpretationen, Antizipationen und intendierter Ziele bei Ärger, Wut und Zorn aufzulösen, kann als eine sinnvolle Aufgabe für die weitere Ärgerforschung angesehen werden.

#### 4.5 Zusammenfassung und Konsequenzen: Die Bewältigung von Ärger und Zorn in Paarbeziehungen

Für die weitere Auseinandersetzung mit dem Umgang mit Ärger und Zorn in Paarbeziehungen lassen sich aus den dargestellten Ansätzen und Befunden folgende Aspekte zusammenfassen:

Zur Überwindung des theoretischen Problems der Konfundierung von Ärgerzustand und Ärgerbewältigung wurde zunächst (nochmals) dafür plädiert, emotionales Erleben und Ärgerreaktionen (konzeptuell) klar zu unterscheiden und dadurch sowohl emotionstheoretische Ungereimtheiten (vgl. „kognitive vs. subjektive Komponente“) aufzulösen als auch empirische Hypothesen zum Zusammenhang zwischen Ärger und Ärgerbewältigung zu ermöglichen (vgl. Einführung Kap. 4).

Bei der Analyse verschiedener Ärgerreaktionen (auch in Paarbeziehungen) sieht man sich mit dem Problem der unbefriedigenden Differenzierung und Kategorisierung der Ärgerreaktionen konfrontiert (Kap. 4.1). Bezogen auf den Umgang mit Ärger und Zorn in Paarbeziehungen halte ich die Unterscheidung von Spielberger/Schwenkmezger von unterdrücktem Ärger (anger in) und gezeigtem Ärger (anger out) für sinnvoll und weiterführend. Mit anderen Worten: Es lassen sich sinnvollerweise intrapsychische und interpersonelle Ärgerreaktionen unterscheiden (vgl. auch Laux & Weber, 1990; 1993). Dabei gilt es allerdings zu berücksichtigen, dass diese relativ „groben“ Dimensionen sehr heterogene Verhaltensweisen umfassen (vgl. die Kritik von Weber; Kap. 4.1). Das Ordnungsschema von Weber (1994) liefert weitere Hinweise auf sinnvolle Differenzierungen verschiedener Ärgerreaktionen. Insbesondere die Dimension „Antagonismus vs. Friedfertigkeit“ dürfte für die Analyse der Ärger- und Zornreaktionen heuristisch sinnvoll sein (vgl. auch Gottmans Analyse der „Paartypen“; hier zeigte sich als zentrales Merkmal von scheidungsgefährdeten Paaren die Feindseligkeit der konflikthaften Auseinandersetzungen; vgl. Kap. 2.3). Allerdings ergibt sich durch die unpräzise Klärung des intentionalen Bezugs der verschiedenen Ärgerreaktionen (Sachverhalt oder zornauslösende Person) bei dem Ordnungsschema von Weber das Problem, dass die Dimension der interpersonellen Kommunikation nicht isoliert berücksichtigt wird, wodurch – von Weber selbst konstatiert (o.c., S. 165) – für Paarbeziehungen häufige Ärgerreaktionen (wie Überspielen des Ärgers oder Rückzug aus der Situation/„aus dem Felde gehen“) nicht eindeutig zugeordnet bzw. angemessen berücksichtigt werden können.

Für die weitere (empirische) Untersuchung des Umgangs mit Ärger/Zorn in Paarbeziehungen erscheint es mir sinnvoll, die Ansätze von Spielberger/Schwenkmezger und Weber als sich ergänzend zu betrachten und zu kombinieren: Bei Ärgerreaktionen in Paarbeziehungen lässt sich übergeordnet unterscheiden (vgl. „anger in“/„anger out“), ob die ärgerliche Person ihren Ärger der Partnerin oder dem Partner gegenüber offen zeigt (offene Auseinandersetzung) oder aber versucht, den Ärger „mit sich alleine auszumachen“ und ihn vor der PartnerIn zu verbergen (keine Auseinandersetzung). In Übereinstimmung mit Weber lassen sich dann jeweils feindselig-antagonistische und friedfertige Reaktionen unterscheiden: offen feindselig-antagonistische Reaktionen („direkte körperliche und verbale Angriffe“) sowie intrapsychisch-feindselige Reaktionen („Rachedgedanken, stille Abwertungen und (innerliches) vor sich Hinschimpfen“ vs. friedfertige Reaktionen („offene problembezogene Auseinanderset-

zung mit der PartnerIn“) bzw. intrapsychisch-friedfertige Strategien (das „ruhige problembezogene über die Situation nachdenken“). Zusätzlich können das „indirekte Zeigen und Abreagieren des Zorns“ (z.B. auf den Tisch hauen) bzw. das indirekte Verbergen des Zorns vor der PartnerIn durch „Rückzug/aus dem Felde gehen“ als weitere Kategorien berücksichtigt werden, ohne dass diese jedoch als feindselig gerichtet auf die jeweilige PartnerIn verstanden werden müssen.

Schon diese Probleme bei der Kategorisierung der verschiedenen Ärgerreaktionen verweisen auf die theoretische wie empirische Notwendigkeit, bei Ärgerreaktionen die zugrundeliegenden Intention zu berücksichtigen – was in der psychologischen Ärgerforschung bislang auffallend vernachlässigt wurde (vgl. Kap. 4.3). Nur selten wurde untersucht, mit welchen Absichten und Zielen unterschiedliche Formen der Ärgerbewältigung genutzt werden. Diesen Aspekt weiter auszuarbeiten kann als wichtige Aufgabe der theoriebezogenen Ärgerforschung angesehen werden. Auch mit Blick auf die Einschätzung der Effektivität verschiedener Ärgerreaktionen gilt es zu berücksichtigen, was eine sich ärgende Person mit ihrem Verhalten/Handeln erreichen will. Um das Agieren einer Person im Ärger zu verstehen und hinsichtlich seiner Effektivität zu bewerten, ist es unabdingbar, die subjektiven Ziele der sich ärgenden Person (aus der Innenperspektive) zu erfassen. Erst durch einen Vergleich der intendierten Ziele mit den (‘objektiv’) eintretenden Konsequenzen lässt sich prüfen, ob das Bewältigungsverhalten (gemessen an den Zielkriterien) effektiv und sinnvoll war oder nicht.

Bezogen auf Ärger und Zorn in Partnerschaften ist festzustellen, dass bislang nur vereinzelt Studien zu Ärgerreaktionen und damit verbundenen Bedingungen vorliegen. Die Untersuchung von Bodenmann (1995) legt nahe, dass sich zufriedene und unzufriedene Paare in ihren Ärgerreaktionen unterscheiden. Während zufriedene PartnerInnen in dieser Untersuchung angaben, ihren Ärger zu kontrollieren, neigten die unzufriedenen PartnerInnen nach eigenen Angaben dazu, ihren Ärger entweder impulsiv zu zeigen oder den Ärger zu unterdrücken. Diese Befunde zu replizieren, stellt eine erste sinnvolle Aufgabe für die weitere Forschung dar, auch wenn sich auf der Basis derartiger Querschnittsuntersuchungen noch nichts über die Konsequenzen unterschiedlichen Ärgerverhaltens aussagen lässt.

Webers Ansatz und ihre Untersuchungen zu Ärgerreaktionen und subjektivem Wohlbefinden ergaben (z.B. Weber, 1993), dass der offene (aber beherrschte) Umgang mit Ärger als (subjektiv) effektiver zur Beseitigung des Ärgers (Emotionsregulation als Effektivitätskriterium) eingeschätzt wird als die Ärgerunterdrückung. M.W. liegen bislang keine Untersuchungen zu der Frage vor, welche Ärgerreaktionen von PartnerInnen in festen Beziehungen als angemessen zur Regulierung der partnerschaftlichen Zufriedenheit angesehen werden (Effektivitätskriterium: Regulation der Beziehung; vgl. auch Weber & Laux, 1993, S. 25ff). Vor allem mit Blick auf paartherapeutische Präventionen und Interventionen finde ich es eine interessante Frage, welche Form der Ärgerbewältigung von PartnerInnen als konstruktiv bzw. destruktiv für ihre Partnerschaft eingeschätzt wird und welche Begründungen hierfür angegeben werden. Mit Blick auf mögliche Erklärungen unterschiedlicher Ärgerreaktionen kann dann spezifizierend analysiert werden, welche Ziele PartnerInnen mit unterschiedlichen Ärgerreaktionen ver-

folgen, welche Konsequenzen und Gegenreaktionen (der jeweiligen PartnerInnen) antizipiert werden und vor allem in welchem Zusammenhang die intendierten Ziele und antizipierten Folgen mit den tatsächlich gezeigten Ärgerreaktionen stehen.

Zusätzlich lässt sich überprüfen, welche Konsequenzen tatsächlich (z.B. unter Berücksichtigung der Wahrnehmung der jeweiligen Partnerin oder des langfristigen Verlaufs der Partnerschaft) mit verschiedenen Ärgerreaktionen in Verbindung stehen. Mit Blick auf die Partnerschaftszufriedenheit lassen die Befunde der Partnerschaftskonfliktforschung vermuten, dass sich zufriedene und unzufriedene PartnerInnen sowohl in der Wahrnehmung des Ärgerverhaltens der jeweiligen PartnerInnen als auch in der Antizipation der Gegen-Reaktionen der PartnerIn auf die eigenen Ängerbewältigungsreaktionen unterscheiden (vgl. Fehr et al., 1996; 1999) – und dies ein wichtiger Faktor für die Auslösung bzw. Aufrechterhaltung destruktiver Kommunikationsstile darstellt.

Weitere interessante Fragestellungen ergeben sich unter Berücksichtigung der Diskussion zu geschlechertypischen Unterschieden bei der Bewältigung von Ärger und Zorn (vgl. Kap. 3.4.). Die empirischen Befunden zeigen zwar keine konsistenten Befunde bzgl. *genereller* Geschlechterdivergenzen im Zusammenhang mit Ärger und Zorn. Unter Berücksichtigung des *situationalen Kontextes* (Partnerschaft) konnten jedoch in jüngster Zeit einige Unterschiede bei den Auslösern, Bewältigungsreaktionen und antizipierten Gegenreaktionen gefunden werden (vgl. Fehr et al., 1996; 1999; Kring, 2000). Diese unter Berücksichtigung des interpersonellen Kontextes „Paarbeziehung“ weiter zu untersuchen, kann als sinnvolle Aufgabe zur „Entmythisierung“ von Geschlechterunterschieden im Zusammenhang mit Partnerschaftskonflikten angesehen werden. So wurde z.B. bei Fehr et al., (1996; 1999) nicht analysiert, ob Frauen und Männer mit ihren verschiedenen Ärgerreaktionen unterschiedliche Ziele verfolgen. In den Untersuchungen von Weber et al. (z.B. 1994; 1995) wurden zwar die intendierten Ziele berücksichtigt, jedoch zumeist nicht der Ärger spezifisch für Paarbeziehungen unter Berücksichtigung der Partnerschaftszufriedenheit untersucht. Zu vermuten ist beispielsweise, dass sich die geschlechertypischen Befunde unter Berücksichtigung von Interaktionseffekten vor allem bei unzufriedenen Paaren finden lassen.

Einen Beitrag zur Beantwortung dieser Fragen zu leisten, ist Ziel des empirischen Teils dieser Arbeit.

## 5 Empirische Fragestellungen und Zielsetzungen

Das Konfliktverhalten in der Partnerschaft kann den theoretischen Ausführungen zufolge sowohl als wesentlicher Indikator für die aktuelle (Un-)Zufriedenheit in einer Paarbeziehung, als auch – unter prozessualer Perspektive – als wichtige Bedingung für die Veränderung der partnerschaftlichen Zufriedenheit angesehen werden. Interessanterweise wurden in der Partnerschaftsforschung emotionstheoretische Ansätze zum Umgang mit Konflikten weitgehend vernachlässigt, obgleich naheliegt, dass Gefühle wie Ärger und Zorn eng mit dem Auftreten bzw. der Bewältigung von Konflikten zusammenhängen. Übergeordnetes Ziel des empirischen Teils der Arbeit ist es, die Relevanz des Ärger- und Konfliktverhaltens für die partnerschaftliche Zufriedenheit an einzelnen Fragestellungen empirisch zu untersuchen und dabei vor allem den Umgang mit Ärger und Zorn als eine emotionale Facette partnerschaftlichen Konfliktverhaltens zu analysieren. Drei übergeordnete Zielsetzungen wurden verfolgt:

- a) Ausgehend von den dargestellten theoretischen Ansätzen und empirischen Befunden soll zunächst das *Ärger- und Konfliktverhalten in Paarbeziehungen* empirisch untersucht werden. Im Mittelpunkt steht dabei die Frage, inwiefern sich (1) *zufriedene und unzufriedene Paare* in ihrer Ärger- und Konfliktbewältigung unterscheiden und (2) inwiefern *Frauen und Männer* unterschiedlich mit Ärger und Konflikten umgehen.
- b) In Ergänzung zu dieser verhaltensfokussierten Fragestellung sollen die *kognitiv-emotionalen Bedingungen des Ärger- und Konfliktverhaltens* in Partnerschaften analysiert werden. Ziel ist es, durch Erfassung des „ExpertInnenwissens“ von Paaren herauszuarbeiten, von welchen Bedingungen der Umgang mit Ärger und Konflikten abhängt und welche Konsequenzen für die Partnerschaft von den befragten Paaren im Zusammenhang mit ihrem Ärger- und Konfliktverhalten gesehen werden.
- c) Zur Differenzierung des umfassenden Phänomenbereichs Ärger soll zudem *das subjektiv-emotionale Erleben des Zorns* von Personen in Partnerschaften erhoben werden. Ziel ist es, die dargestellten theoretischen Überlegungen zur Beschreibung des Zorns auf der Grundlage empirischer Daten zu präzisieren und dadurch den Zorn als eigenständiges emotionales Phänomen zu explizieren.

Um der Unterschiedlichkeit der verschiedenen Zielsetzungen gerecht zu werden, wurden zwei verschiedene Untersuchungen durchgeführt und dabei sowohl quantitative als auch qualitative Zugangsweisen genutzt:

- I. *Eine Fragebogenuntersuchung zum Ärger- und Konfliktverhalten in Paarbeziehungen* (Zielsetzung a)
- II. *Die Erfassung Subjektiver Theorien zur Beschreibung und Bewältigung von Ärger und Zorn in Paarbeziehungen* (Zielsetzungen b und c)

### 5.1. Fragebogenuntersuchung: Vergleich des Ärger und Konfliktverhaltens bei zufriedenen und unzufriedenen Paaren

In einer Fragebogenuntersuchung wurde untersucht, inwiefern sich zufriedene von unzufriedenen Paaren in ihrem Ärger- und Konfliktverhalten unterscheiden. Vorgeordnetes Ziel war zunächst, z.T. die noch wenig überprüften bzw. für die inhaltlichen Fragestellungen modifi-



zierten Erhebungsverfahren unter methodischen Gesichtspunkten zu analysieren und hinsichtlich ihrer methodischen Güte bzw. ihrer weiteren Nutzbarkeit im Forschungs- sowie paartherapeutischen Kontext zu untersuchen.

Bei Untersuchungen zum Ärger- und Konfliktverhalten stellt sich die Frage, ob das Verhalten „objektiv“ aus der Außenperspektive (Beobachtungsstudie) oder aber aus der Innenperspektive (Fragebogen oder Interview) erfasst werden soll. Da unter handlungstheoretischer Perspektive für die einzelnen PartnerInnen nur die subjektive Perspektive von Konflikten im Zusammenhang mit der Partnerschaftszufriedenheit bewertungs- und handlungsleitend sein kann, wurde die subjektive Selbstwahrnehmung sowie die (Fremd-)Wahrnehmung des partnerlichen Ärger- und Konfliktverhaltens mit Hilfe von Fragebögen aus der subjektiven Perspektive erhoben. Zudem verweisen die Ergebnisse der Untersuchungen, in denen die subjektive Wahrnehmung und Interpretation des Konfliktverhaltens in den Mittelpunkt des Interesses gestellt wurde (vgl. Kap. 2.2) darauf, dass die subjektive „Innenperspektive“ der untersuchten Personen von großer Bedeutung ist.

Um für die inhaltlichen Fragestellungen eine möglichst große Spannbreite an unterschiedlicher Partnerschafts(un)zufriedenheit zu erhalten, umfasste die Untersuchungsstichprobe

- 90 „unauffällige“ Paare (Referenzstichprobe),
- 36 Paare in Paartherapie (Therapiestichprobe) und
- 33 Mediationspaare (Paare, die Scheidungsmediation in Anspruch nahmen; sog. Mediationsstichprobe).

Unter Berücksichtigung des „objektiven Status“ (keine Therapie/ Paartherapie/ anstehende Scheidung) sowie der subjektiv eingeschätzten Partnerschafts(un)zufriedenheit (also ein „kombinierter Index“) wurden drei Gruppen unterschiedlicher Paarzufriedenheit zusammengestellt und hinsichtlich ihres Ärger- und Konfliktverhaltens miteinander verglichen. Um analysieren zu können, inwiefern sich Frauen und Männer in ihrem selbsteingeschätzten Ärger- und Konfliktverhalten bzw. in der Wahrnehmung des Verhaltens ihrer PartnerInnen unterscheiden, wurden in die Stichproben nur heterosexuelle Paare aufgenommen.

### **Inhaltlich lagen der Fragebogenuntersuchung folgende Zielsetzungen zugrunde:**

1. Die Ergebnisse aus Beobachtungs- und Fragebogenuntersuchungen zeigen, dass zufriedene Paare vorwiegend problemorientiertes Konfliktverhalten zum Ausdruck bringen und versuchen, Meinungsverschiedenheiten durch offene Konfliktkommunikation auszutragen. Unzufriedene Paare hingegen scheinen sich in „Teufelskreisen“ aus Rückzug und aggressivem Konfliktverhalten zu verstricken, was prozessual betrachtet zu einer zunehmenden Eskalation destruktiver Konflikte, zur gegenseitigen Abwertung, Distanzierung und schlussendlich zur Auflösung der Paarbeziehung führen kann (z.B. Gottman, 1994; Hahlweg, 1986; vgl. Kap. 2.1 und 2.3). Uneindeutig bleibt in der bisherigen Forschung, welcher Stellenwert dem Umgang mit Ärger im Zusammenhang mit dem Konfliktverhalten bzw. der Paarzufriedenheit zukommt.

Ein erstes Ziel der Fragebogenuntersuchung besteht darin, zu klären, ob sich diese Befunde zu unterschiedlichem Konfliktverhalten in der subjektiven Selbstbeschreibung und Fremdwahrnehmung des „typischen“ alltäglichen Konfliktverhaltens von Paaren mit unterschiedlicher Partnerschaftszufriedenheit wiederfinden lassen und vor allem, ob sich vergleichbare Unterschiede auch im Umgang mit Ärger zeigen.

2. In der Partnerschaftskonfliktforschung wurden häufig Hinweise auf geschlechertypische Konfliktreaktionen gefunden. So zeigen die Ergebnisse zu dyadischen Konfliktmustern, dass unzufriedene Partnerschaften häufig durch ein rollenstereotypes „demand-withdrawal pattern“ gekennzeichnet sind: Die Männer ziehen sich bei Konflikten eher zurück, die Frauen hingegen drängen auf Auseinandersetzung und Konfliktengagement (z.B. Christensen et al., 1991; Heavey et al., 1993; vgl. Kap. 2.1). Interessant sind diese Befunde zu geschlechertypischem Verhalten u.a. in Verbindung mit Ergebnissen der (kontextunabhängigen) Ärgerbewältigungsforschung (vgl. Kap. 4.4): Denn hier fanden sich nahezu keine geschlechterbezogenen Unterschiede im Umgang mit Ärger (Weber, 1994). Ein weiteres Ziel dieser Arbeit ist es daher zu klären, ob sich
  - a) Unterschiede zwischen Frauen und Männern bzgl. des Konfliktverhaltens in Partnerschaften replizieren und auf den Umgang mit Ärger (i. S. *kontextabhängiger* Reaktionen) ausweiten lassen, und
  - b) inwiefern diese Unterschiede auf Interaktionseffekte mit der Partnerschaftszufriedenheit zurückzuführen sind.
  
3. Auf der Suche nach Erklärungsansätzen unterschiedlichen Konfliktverhaltens konnten eine Reihe kognitiv-emotionaler Bedingungen und Faktoren identifiziert werden (vgl. Kap. 2.2 und 2.3). Neben Unterschieden der Verantwortlichkeits- und spezifischen Attributionszuschreibung bei Konflikten zeigte sich, dass zufriedene Paare das gegenseitige Konfliktverhalten konstruktiver und nachsichtiger wahrnehmen als unzufriedene Paare: Während zufriedene Paare das Verhalten ihrer Partner als eher problembezogen und an Konfliktlösungen orientiert einschätzen, nehmen den bisherigen Ergebnissen zufolge unzufriedene Paare das Konfliktverhalten ihrer Partner/innen als eher eigennütziges und destruktiv-feindseliges Handeln wahr (z.B. Bradbury et al., 1996, Mikula et al., 1994). Als weiteres Ziel der Fragebogenuntersuchung soll überprüft werden, ob sich diese Befunde zur Fremdwahrnehmung des PartnerInnenverhaltens replizieren lassen. Hierzu soll untersucht werden, inwiefern die subjektive Selbsteinschätzung mit der Fremdwahrnehmung durch die PartnerIn bei zufriedenen Paare mehr übereinstimmt als bei unzufriedenen Paaren.

Zusammenfassend lassen sich für die Fragebogenuntersuchung folgende übergeordnete Zielsetzungen bzw. Fragestellungen festhalten:

1. Unterscheiden sich *zufriedene und unzufriedene Paare* in der Einschätzung ihres eigenen Ärger- und Konfliktverhaltens bzw. in der Wahrnehmung des Ärger- und Konfliktverhaltens der Partner/in?
2. a) Unterscheiden sich *Frauen und Männer* in der Einschätzung ihres eigenen Ärger- und Konfliktverhalten bzw. in der Wahrnehmung des Ärger- und Konfliktverhaltens der Partner/in?  
 b) Zeigen sich *Interaktionseffekte* von Paarzufriedenheit und Geschlechterzugehörigkeit auf die Einschätzung/Wahrnehmung des Ärger- und Konfliktverhaltens?
3. Stimmt die Selbsteinschätzung und Fremdwahrnehmung bei zufriedenen Paaren mehr überein als bei unzufriedenen Paaren (*Zusammenhang Selbsteinschätzung/Fremdwahrnehmung*)?

## 5.2. Erhebung Subjektiver Theorien zur Beschreibung und Bewältigung des Zorns in Partnerschaften

Da der Zorn als eigenständiges Phänomen in der akademischen Psychologie bislang vernachlässigt wurde, liegen explizit zu Zorn in Paarbeziehungen bislang nahezu keine empirischen Befunde vor. Übergeordnetes Ziel der Erhebung Subjektiver Theorien ist es daher, unter heuristischer Perspektive diesen Phänomenbereich zu erschließen und unter Nutzung empirischer Daten eine Grundlage für die weitere Forschung zu Ärger und Zorn in Paarbeziehungen zu erarbeiten. Hierzu ist es sinnvoll, zunächst den „Zorn“ als eigenständiges Gefühl zu beschreiben und unter Rückgriff auf das Sprachverständnis und emotionale Erleben von PartnerInnen den Phänomenbereich des Ärgers zu differenzieren (vgl. Kap. 3). Darauf aufbauend soll mit Blick auf den Umgang mit Zorn in Paarbeziehungen geklärt werden, welche Bedingungen, Konsequenzen und Intentionen im Zusammenhang mit den beiden Bewältigungsformen „Zeigen des Zorns“ bzw. „Unterdrücken/Verbergen des Zorns“ von zufriedenen und unzufriedenen Paaren gesehen werden.

Zur Klärung der im Folgenden dargestellten Fragestellungen wurden die Subjektiven Theorien von 20 Paaren (40 Personen) zur Beschreibung sowie zur Bewältigung des Zorns erhoben. Um Anhaltspunkte dafür zu bekommen, inwiefern die gewonnenen Erkenntnisse aus der Studie zu Subjektiven Theorien auch auf eine größere Stichprobe übertragen werden können, wurde zusätzlich analog der Fragebogenstudie das Ärger- und Konfliktverhalten mit Hilfe von Fragebögen erfasst und die Ergebnisse mit den Befunden der Fragebogenuntersuchung verglichen.

### Mit der Erfassung Subjektiver Theorien wurden folgende Zielsetzungen und Fragestellungen verfolgt:

1. Unter emotionstheoretischer Perspektive war zunächst von Interesse, wie sich der Zorn als eigenständiges Phänomen bzw. Konstrukt beschreiben lässt. Erstes Ziel der Studie war es, aufbauend auf dem Grundriß der epistemologischen Emotionstheorie sensu Scheele (1990, 1996, vgl. Kap. 3.1) empirisch zu untersuchen, welche charakteristischen Beschreibungsmerkmale im Sinne eines hierarchischen Mehrkomponentenmodells von Emotionen als prototypisch für den Zorn anzusehen sind (vgl. Russell & Fehr, 1994). Hierzu wurden die Untersuchungspersonen nach ihrem Sprachverständnis bzw. dem Erleben des Zorns befragt und die genannten typischen Komponenten und Beschreibungsmerkmale analysiert (*Erhebung der Subjektiven Beschreibungsmerkmale des Zorns*).
2. Um genauer zu klären, inwiefern der Zorn in Partnerschaften durch spezifische Auslöser (z.B. in Abgrenzung zu Ärger) hervorgerufen wird, wurden die UntersuchungsteilnehmerInnen nach konkreten Anlässen und Situationen für ihren Zorn in der Partnerschaft befragt. Ziel war es, die Ansprüche, Bedürfnisse und Werte in Partnerschaften inhaltlich zu spezifizieren, deren Verletzung entsprechend kognitiver Emotionstheorien zu Zorn führt bzw. als Kernmerkmal des Zorns angesehen werden kann (vgl. Kap. 3).

3. Ein weiteres Ziel der Studie war es, durch die Erfassung *Subjektiver Theorien über den Umgang mit Zorn* die Erfahrungen bzw. das Wissen von Personen in Paarbeziehungen – quasi als ExpertInnen - für die weitere Theoriengenerierung zum Umgang mit Ärger und Zorn zu nutzen. Mit Blick auf verschiedene Möglichkeiten des Umgangs mit Zorn (vgl. Schwenkmezger et al., 1999, Weber 1994) wurde daher der Frage nachgegangen, von welchen Bedingungen nach Ansicht von Personen in Paarbeziehungen das Zeigen bzw. Unterdrücken des Zorns abhängt und welche Konsequenzen mit diesen beiden Bewältigungsmöglichkeiten in Verbindung gebracht werden (vgl. Fehr et al., 1996; 1999). Unter handlungstheoretischer Perspektive ist zudem von besonderem Interesse, welche Intentionen mit verschiedenen Bewältigungsreaktionen des Ärger/Zorns verbunden sind (Laux & Weber, 1993; Weber, 1994). Durch die Erfassung der Intentionen soll u.a. dem Postulat Rechnung getragen werden, bei der Analyse konfliktbezogener Emotionen vermehrt Ziele der Emotionsbewältigung zu berücksichtigen (vgl. Fincham & Beach, 1999). Um weitere Ansatzpunkte für potentielle Erklärungen des Umgangs mit Zorn in Paarbeziehungen zu erarbeiten, wurde daher untersucht, inwiefern sich aus den Subjektiven Theorien (übergeordnete) prototypische Theoriestrukturen für die Unterdrückung bzw. das Zeigen des Zorns herausarbeiten lassen (*Erfassung Subjektiver Theorien über die Bewältigung partnerInbezogenen Ärgers/Zorns*)

Bei der Auswertung der Subjektiven Theorien wurde zusätzlich zur individuumsbezogenen Auswertung durch *Gruppenvergleiche* drei Fragestellungen nachgegangen, die aus Sicht der Partnerschaftsforschung von besonderem Interesse sind:

4. Mit Blick auf die Relevanz von Ärger und Zorn im Zusammenhang mit der Partnerschaftszufriedenheit stellt sich insbesondere die Frage, inwiefern sich mit der Partnerschaft *zufriedene und unzufriedene* PartnerInnen in ihren Subjektiven Theorien über das Zeigen bzw. Unterdrücken des Zorns unterscheiden. Auch wenn zu dieser Fragestellung m.W. bislang noch keine empirischen Ergebnisse vorliegen, ist zu vermuten, dass sich vor allem bei den antizipierten Konsequenzen des Umgangs mit Zorn Unterschiede bei zufriedenen und unzufriedenen Personen finden lassen. Zusätzlich wurde auch bei diesem Gruppenvergleich analysiert, inwiefern sich zufriedene und unzufriedene Personen in den Auslösern sowie der Bewertung des Umgangs mit Zorn unterscheiden.
5. Um zu untersuchen, ob sich (potentielle) *geschlechtertypische* Unterschiede im Ärger- und Konfliktverhalten in Paarbeziehungen auf Unterschiede in den Subjektiven Theorien zum Umgang mit Ärger und Zorn zurückführen lassen, wurden die Subjektiven Theorien der Männer und Frauen zum Zeigen bzw. Unterdrücken des Zorns miteinander verglichen (vgl. Fehr et al., 1996, 1999). Von Interesse war zudem, inwiefern sich Frauen und Männer in den berichteten inhaltlichen Auslösern sowie der Bewertung des eigenen Umgangs mit Ärger unterscheiden (vgl. Kring, 2000; Thomas, 1993; Weber & Piontek, 1995).
6. Ausgehend von Webers (1994) Feststellung, dass Personen häufig *wissentlich dysfunktionales Ärgerverhalten* zeigen, wurde der Frage nachgegangen, ob sich aus Subjektiven

Theorien Erklärungshinweise für diese „wissentlich dysfunktionalen“ Verhaltensweisen ableiten lassen. Unter Berücksichtigung der *Beschreibung und Bewertung* des eigenen Umgangs“stils“ mit Zorn durch die untersuchten Personen wurden hierzu die Subjektiven Theorien der Personen miteinander verglichen, die davon ausgehen, dass ihr vorwiegend gezeigtes Verhalten („Bewältigungsstil“) eher *konstruktiv bzw. destruktiv* für die Qualität ihrer Paarbeziehung ist. Verbunden war damit die Frage, inwiefern die Subjektiven Theorien als handlungsleitend angesehen werden können und inwieweit die befragten Personen selbst davon ausgehen, entsprechend der Subjektive Theorien bzgl. der Konsequenzen ihres Bewältigungsstils zu agieren.

Um abschließend zu prüfen, ob und welche Effekte die Erfassung Subjektiver Theorien in einem so sensiblen Gebilde wie Paarbeziehungen nach sich zieht, wurde unter (auch forschungs-)praktischen Gesichtspunkten ca. 4 Wochen nach der Erfassung der Subjektiven Theorien eine kurze Nachbefragung (Fragebogen) durchgeführt. Von Interesse war dabei, wie die befragten Personen rückblickend die Untersuchung bewerten. Daraus ergibt sich die letzte Fragestellung:

7. Wie bewerten die UntersuchungspartnerInnen rückblickend die Erfassung der Subjektiven Theorien über den Umgang mit Zorn – insbesondere auch mit Blick auf die Nutzbarkeit dieses Verfahrens im Kontext von Paartherapien.

In den folgenden beiden Kapiteln (Kap. 6 und Kap. 7) werden Hypothesen, Durchführung sowie die Ergebnisse dieser beiden Untersuchungen dargestellt, bevor in einem zusammenfassenden Kapitel die Konsequenzen und Schlussfolgerungen für die weitere theoretische wie empirische Auseinandersetzungen mit Ärger, Zorn und Konfliktverhalten in Partnerschaften diskutiert werden (Kap. 8).

## 6 Vergleich des Ärger- und Konfliktverhaltens bei zufriedenen und unzufriedenen Paaren (Fragebogenuntersuchung)

Im Folgenden werden zunächst die der Fragebogenuntersuchung zugrundeliegenden Fragestellungen und Hypothesen zusammenfassend dargestellt (Kap. 6.1). Das methodische Vorgehen, die Beschreibung der Stichprobe, der Datenerhebung sowie der genutzten Erhebungsinstrumente wird im Anschluss daran vorgestellt (Kap. 6.2). Die inhaltlichen Ergebnisse sind Gegenstand des daran anschließenden Kapitels (Kap. 6.3). Abschließend werden die empirischen Befunde in Bezug auf die Fragestellungen sowie die daraus folgenden Konsequenzen für die weitere Theorieentwicklung diskutiert (6.4).

### 6.1 Fragestellungen und Hypothesen zu Ärger- und Konfliktverhalten in Paarbeziehungen

#### 6.1.1 Unterschiede im Ärger und Konfliktverhalten bei zufriedenen und unzufriedenen Paaren?

*6.1.1.1 Zufriedene und unzufriedene Paare unterscheiden sich in Art und Ausmaß ihres (selbstberichteten) Konfliktverhaltens bzw. des Umgangs mit ihrem Ärger (Vergleich zwischen den Stichproben unter Berücksichtigung der Perspektive „Selbstsicht“).*

Ausgehend von den bisherigen empirischen Befunden zu Konfliktverhalten in Paarbeziehungen (vgl. Kap. 2.1) und insbesondere den empirischen Ergebnissen der Arbeitsgruppe um Gottman (vgl. Kap. 2.4) lassen sich folgende gerichtete Hypothesen aufstellen:

Abbildung 7: Variablen und Hypothesen zur Prüfung der Unterschiede zwischen Paaren mit unterschiedlicher Paarzufriedenheit

	Zufriedene Paare (Hohe Paar- zufriedenheit)	Belastete Paare (Mittlere Paar- zufriedenheit)	Sehr unzufriedene Paare (Niedrige Paar- zufriedenheit)
Problembezogenes Konfliktverhalten/ anger control	>		>
Offensiv-aggressives Konfliktverhalten/ anger out	<		<
Defensives Rück- zugsverhalten/ anger in	<		<

Da konzeptuelle Überlegungen nahelegen, dass Ärger- und Konfliktverhalten theoretisch wie empirisch eng miteinander zusammenhängt, wird angenommen, dass die Gruppen mit unterschiedlicher Paarzufriedenheit sich sowohl im selbstberichteten Konfliktverhalten als auch in der subjektiven Einschätzung des Umgangs mit Ärger in der dargestellten Weise deutlich unterscheiden. Wie Abbildung 7 zeigt, wird davon ausgegangen, dass mit abnehmender Paarzufriedenheit über die drei Auswertungsgruppen immer weniger problembezogenes Konfliktverhalten bzw. kontrollierter Ärgerausdruck angegeben und statt dessen zunehmend mehr

offensiv-aggressives Konfliktverhalten (und anger out) sowie defensives Rückzugsverhalten (bzw. die Unterdrückung von Ärger) berichtet wird.

### 6.1.1.2 *Zufriedene und unzufriedene Paare unterscheiden sich in der Wahrnehmung des Ärger- und Konfliktverhaltens ihrer PartnerInnen (Vergleich der Fremdsicht zwischen den Stichproben).*

Die Hypothesen bzgl. der Fremdsicht des Konfliktverhaltens sind mit den Hypothesen bzgl. der Selbstsicht identisch. Allerdings wird angenommen, dass die Effekte wesentlich stärker sind, da zum einen die soziale Erwünschtheit des selbstberichteten Verhaltens wegfällt, zum anderen zu vermuten ist, dass die Wahrnehmung des PartnerInnenverhaltens bei zufriedenen und unzufriedenen Paaren durch unterschiedliche Attributions- und Bewertungseffekte beeinflusst wird (z.B. Bradbury & Fincham, 1990; Mikula et al., 1994; zum Effekt des 'sentiment override'; Gottman, 1994).

## 6.1.2 **Unterschiede im Ärger- und Konfliktverhalten zwischen Frauen und Männern?**

### 6.1.2.1 *Frauen und Männer unterscheiden sich in Art und Ausmaß ihres selbstberichteten Ärger- und Konfliktverhaltens in Paarbeziehungen (Vergleich Männer-Frauen bzgl. der Selbstsicht)*

Die empirischen Befunde zu dieser Fragestellung sind sehr inkonsistent (vgl. Kap. 2.1. und 4.4). Durch einen Vergleich zwischen Frauen und Männern innerhalb der jeweiligen Zufriedenheits-Stichproben soll geprüft werden, ob sich Differenzen bei der Selbstwahrnehmung zwischen den Geschlechtern bzgl. des Ärger- und Konfliktverhaltens im Kontext fester Partnerschaften finden lassen. Aufgrund der Befunde der Partnerschaftskonfliktforschung (vgl. Kap. 2), die jedoch in der kontextunabhängigen Ärgerforschung nicht eindeutig repliziert werden konnten, lässt sich die Hypothese formulieren, dass Frauen sich eher als offensiv, Männer sich eher als defensiv im Umgang mit Ärger und Konflikten in der Partnerschaft beschreiben.

Abbildung 8: Variablen und Hypothesen zur Prüfung der Unterschiede im Ärger- und Konfliktverhalten (in Paarbeziehungen) zwischen Frauen und Männern

	Frauen	Männer
Problembezogenes Konfliktverhalten/ anger control	=	
Offensiv-aggressives Konfliktverhalten/ anger out	>	
Defensives Rückzugsverhalten/ anger in	<	

### 6.1.2.2 *Frauen und Männer unterscheiden sich in der Wahrnehmung des Ärger- und Konfliktverhaltens der jeweiligen PartnerInnen (Vergleich Frauen-Männer bzgl. der Fremdsicht)*

Aufgrund der Befunde zu geschlechterspezifischem Konfliktverhalten (vgl. Kap. 2.1.) bzw. Geschlechterstereotypen bei der Wahrnehmung von Ärger und Konfliktverhalten (vgl. Kap. 2.2. und 4.4.) lässt sich vermuten, dass sich potentielle Unterschiede des Ärger- und Kon-

fliktverhaltens zwischen den Geschlechtern insbesondere bei der Fremdwahrnehmung der/s jeweiligen PartnerIn finden lassen. Analog den Überlegungen zur Selbstsicht wird die Hypothese aufgestellt, dass Frauen im Vergleich zu den Männern ihre Partner als stärker konfliktvermeidend bzw. ärgerunterdrückend wahrnehmen. Im Kontrast dazu wird vermutet, dass die befragten Männer ihre Partnerinnen als engagierter bei Konflikten und ärgerzeigend einschätzen. Inwiefern diese potentiellen Befunde zudem durch die Partnerschaftszufriedenheit beeinflusst werden, ist Gegenstand der folgenden Fragestellung.

### 6.1.3 Zeigen sich Interaktionseffekte zwischen Geschlechterzugehörigkeit und Paarzufriedenheit auf das Ärger- und Konfliktverhalten?

Wie im Theorieteil ausgeführt (vgl. Kap. 4.4.), ist zu vermuten, dass sich Geschlechtereffekte/-stereotypen (Männer neigen dazu, ihren Ärger eher zu unterdrücken bzw. ziehen sich aus Konflikten häufiger zurück; Frauen zeigen deutlicher ihren Unmut und engagieren sich bei Konflikten) insbesondere in unzufriedenen Paarbeziehungen finden lassen. Um zu überprüfen, ob es sich bei Unterschieden im Ärger- und Konfliktverhalten zwischen Frauen und Männern um einen geschlechterbezogenen Haupt- oder aber um Interaktionseffekte im Zusammenhang mit der Partnerschaftszufriedenheit handelt, werden diese Interaktionseffekte analysiert (bezogen auf die Selbst- und Fremdsicht).

### 6.1.4 Stimmen zufriedene Paare in der gegenseitigen Selbst- und Fremdwahrnehmung des Ärger- und Konfliktverhaltens mehr überein als unzufriedene Paare? (Zusammenhang der Selbst- und gegenseitigen Fremdsicht des Ärger- und Konfliktverhaltens in Abhängigkeit von der Partnerschaftszufriedenheit)

Da bislang m.W. keine empirischen Ergebnisse zu Zusammenhängen zwischen der Selbst- und gegenseitigen Fremdwahrnehmung des Ärger- und Konfliktverhaltens in Abhängigkeit von der Partnerschaftszufriedenheit vorliegen, wird diese Fragestellung zunächst sehr allgemein gehalten. Vermutet wird, dass bei Paaren mit hoher Paarzufriedenheit die Selbsteinschätzung mit der Fremdwahrnehmung durch die PartnerIn höher korreliert als bei belasteten und sehr unzufriedenen Paaren. Es wird neben Stichprobenunterschieden auch überprüft, ob die Höhe des Zusammenhangs bei verschiedenen Konfliktstilen divergiert.

Abbildung 9: Hypothesen zur Prüfung des Zusammenhangs zwischen Selbst- und Fremdsicht in Abhängigkeit von der Paarzufriedenheit

	Zufriedene Paare (Hohe Paar- zufriedenheit)	Belastete Paare (Mittlere Paar- zufriedenheit)	Sehr unzufriedene Paare (Niedrige Paar- zufriedenheit)
Zusammenhang der Selbsteinschätzung mit der Fremdwahrnehmung der Partner/in		>	>



## 6.2 Untersuchungsmethodik

Im Folgenden wird zunächst die Stichprobe sowie das methodische Vorgehen bei der Datenerhebung beschrieben. Zusätzlich zur Darstellung der soziodemographischen Variablen der Ausgangsstichprobe wird erläutert, auf welche Weise die - den Fragestellungen entsprechenden und der Auswertung zugrundeliegenden - Auswertungsstichproben zusammengestellt wurden (Kap. 6.2.1). Im Anschluss daran werden die genutzten Fragebögen dargestellt (6.2.2). Da die Erhebungsinstrumente in dieser Form im deutschsprachigen Raum bislang nicht oder nur an kleineren Stichproben genutzt wurden, werden die analysierten Gütekriterien dieser Fragebögen vorgestellt. Ziel war es dabei, die z.T. neuen bzw. modifizierten Erhebungsverfahren auf der Grundlage einer größeren Stichprobe zu überprüfen bzw. für die inhaltlichen Fragestellungen hinsichtlich ihrer weiteren Nutzbarkeit im paartherapeutischen Forschungskontext zu untersuchen.

### 6.2.1 Datenerhebung und Stichprobenbeschreibung

Die in Kapitel 6.1 darstellten Fragestellungen zu Unterschieden des Ärger- und Konfliktverhaltens bei zufriedenen und unzufriedenen Paaren wurden auf der Grundlage der Daten von insgesamt 159 Paaren zu beantworten versucht. Um bzgl. der Partnerschaftszufriedenheit eine möglichst heterogene Stichprobe mit einer großen Bandbreite an unterschiedlich ausgeprägter Partnerschaftszufriedenheit zusammenstellen zu können, setzte sich die Gesamtstichprobe aus drei Teilstichproben (sog. Ausgangsstichproben) zusammen:

- Bezogen auf die Nutzung professioneller Paarunterstützung *unauffällige Paare (Referenzstichprobe)*: Mit Hilfe des Schneeballsystems (ausgehend von befreundeten Personen) wurden in Zusammenarbeit mit Dipl.-Psych. Nicole Förther-Barth die Daten von insgesamt 90 „unauffälligen Paaren“ erhoben (Rücklaufquote 90%). Beabsichtigt war damit, einen möglichst großen Pool von Daten von „unauffälligen“ Paaren zu erhalten, die insbesondere auch zur Überprüfung der Testgütekriterien des noch wenig genutzten Fragebogens zum „Umgang mit Konflikten (UMK)“ genutzt werden können (vgl. Diplomarbeit von Förther-Barth, 1998). Als Kriterien zur Aufnahme in die Untersuchung galt, dass die Paare verheiratet oder unverheiratet in einer gemeinsamen Wohnung zusammenlebten und sich zum Zeitpunkt der Datenerhebung nicht in paartherapeutischer Behandlung befanden.
- *Therapiepaare (Therapiestichprobe)*: In Zusammenarbeit mit verschiedenen paartherapeutischen Beratungsstellen und niedergelassenen PaartherapeutInnen wurden die Daten von insgesamt 36 Paaren in Paartherapie erfasst. Hierzu wurden kooperierenden Institutionen und TherapeutInnen zunächst (häufig persönlich) kontaktiert, über das Ziel dieser Untersuchung informiert und gebeten, die Fragebögen an ihre in Paartherapie befindlichen Paaren weiterzuleiten. Um die Rücklaufquote zu erhöhen, waren die Fragebögen mit bereits frankierten Rückumschlägen versehen. Schlussendlich konnten von den verteilten 120 Fragebogensätzen (jeweils für Männer und Frauen) die Daten von 36 Paaren in die Untersuchung mit aufgenommen werden (Rücklaufquote 30 %). Als verantwortlich für die vergleichsweise niedrige Rücklaufquote kann nach Rückmeldung der Paartherapeut-

Innen insbesondere die ablehnende Haltung der sich in Paartherapie befindenden Männer angesehen werden. Zudem wurde nicht überprüft, ob die PaartherapeutInnen tatsächlich die an sie verteilten Fragebögen weitergeben konnten.

- *Scheidungspaare (Mediationsstichprobe)*: Um in dieser Untersuchung auch sehr unzufriedene Paare berücksichtigen zu können, wurden zusätzlich Daten aus dem Heidelberger Mediationsprojekt „Unterstützung von Familien in Scheidung durch Familien-Mediation“ (Bastine, Weinmann-Lutz & Wetzel, 1999; Weinmann-Lutz, 2001) in die Untersuchung einbezogen. In diesem Projekt wurde der Fragebogen „Umgang mit Konflikten“ (UMK) erstmals im deutschsprachigen Raum eingesetzt. Zwar wurde in dem Mediationsprojekt nicht das Ärgerverhalten untersucht, doch konnten die Datensätze von 33 sich in Scheidung befindlichen Paaren, die die Möglichkeit der Scheidungsmediation beim Trennungsprozess in Anspruch nahmen, zur Analyse des Umgangs mit Konflikten (UMK) in die Untersuchung mitaufgenommen werden.

Schlussendlich lagen folgende Daten für die Auswertung der Fragebogenuntersuchung vor:

Tabelle 4: Überblick über die erhobenen Daten in der Fragebogenuntersuchung

	Referenzstichprobe (90 Paare)	Therapiestichprobe (36 Paare)	Mediationsstichprobe (33 Paare)
<b>Soziodemographische Variablen</b>	<b>X</b>	<b>X</b>	<b>X</b>
<b>Partnerschaftszufriedenheit (Terman-Frage)</b>	<b>X</b>	<b>X</b>	<b>X</b>
<b>Umgang mit Konflikten (UMK; Selbst- und Fremdsicht)</b>	<b>X</b>	<b>X</b>	<b>X</b>
<b>Ärgerbewältigung (STAXI; Selbst- und Fremdsicht)</b>	<b>X</b>	<b>X</b>	
<b>Partnerschaftsqualität (DAS-Fragebogen)</b>	<b>X</b>	<b>X</b>	

#### **Analyse der Partnerschaftszufriedenheit und Bildung der Auswertungsstichproben**

Da das zentrale Ziel der Arbeit im Vergleich von zufriedenen und unzufriedenen Paaren bestand, wurde zunächst analysiert, inwiefern sich die drei Ausgangsstichproben in der subjektiv eingeschätzten Partnerschaftszufriedenheit unterscheiden. Hierzu wurde als globale Kriteriumsvariable auf die leicht modifizierte sog. „Terman-Frage“ (Terman et al., 1938) zurückgegriffen: „Wie würden Sie derzeit die Qualität der Beziehung zu Ihrem Partner einschätzen?“, mit Hilfe derer die Partnerschaftsqualität von den befragten Personen zwischen 1 (sehr gut) und 7 (sehr schlecht) eingeschätzt wurde. Da dieses globale Maß eine befriedigende diskriminative Validität aufweist und mit verschiedenen Partnerschaftsqualitätsmaßen hoch korreliert (vgl. Hahlweg, 1986, S. 138ff.), wurde es als akzeptables Maß zur Überprüfung und Einschätzung der subjektiven Partnerschaftszufriedenheit genutzt.

Wie erwartet, zeigten sich bzgl. der Partnerschaftszufriedenheit signifikante Unterschiede zwischen den drei Gruppen. Die Zufriedenheit mit der Partnerschaft – erhoben über die Terman-Frage – nahm von der Referenzstichprobe über die Therapiestichprobe zur Mediations-

stichprobe hin deutlich ab ( $F(2)=142,35$ ,  $p \leq 0.001$ ). In der mit dem DAS-Fragebogen erfassten Partnerschaftsqualität zeigten sich zwischen Referenz- und Therapiestichprobe ebenfalls hochsignifikante Unterschiede ( $F(1) = 100,78$ ,  $p \leq 0.001$ ).

Tabelle 5: Partnerschaftszufriedenheit der Ausgangsstichproben (insgesamt 159 Paare)

Mittelwerte/ Stand.- Abweich./ Prozente	Referenzstichprobe (90 Paare)		Therapiestichprobe (N=36 Paare)		Mediationsstichprobe (N=33 Paare)	
	Männer	Frauen	Männer	Frauen	Männer	Frauen
<b>Partnerschafts- zufriedenheit Terman (1-7) <sup>a</sup></b>	2,0 (SD 1,0)	2,2 (SD 1,1)	3,5 (SD 1,2)	3,8 (SD 1,2)	4,6 (SD 1,3)	4,8 (SD 1,3)
<b>Partnerschafts- qualität (DAS: 0-151) <sup>b</sup></b>	111,2 (SD 14,1)	111,2 (SD 15,0)	92,0 (SD 16,9)	88,2 (SD 15,8)		

a) Terman-Frage: 1 = sehr große Zufriedenheit / 7 = sehr große Unzufriedenheit

b) Dyadic Adjustment Skale (DAS): 151 = max. Punktzahl: sehr hohe Partnerschaftsqualität

Bei der Analyse der Antworten der Terman-Frage ergab sich, dass sich die Personen der drei Ausgangsstichproben zwar im Durchschnitt in ihrer Zufriedenheit deutlich unterscheiden bzw. sich klare Schwerpunkte erkennen lassen, innerhalb der Stichproben jedoch auch beträchtliche Streuungen in der Partnerschaftszufriedenheit zu finden sind (vgl. Tabelle 6). So ist z.B. auffallend, dass in der Therapie- bzw. Mediationsstichprobe sich durchaus auch Personen befinden, die nach eigenen Angaben mit ihrer Partnerschaft eher zufrieden sind – und eben nur ein Partner die Paartherapie bzw. Trennung wollte.

Tabelle 6: Verteilung der subjektiven Partnerschaftszufriedenheit in den Ausgangsstichproben

Terman-Frage 1 = sehr zufrieden/ 7 = sehr unzufrieden	Referenz- Stichprobe	Therapie- stichprobe	Mediations- stichprobe	Häufigkeit Terman	Gruppierung Zufriedenheit (1-3)
<b>1</b>	52	-	-	<b>52</b>	158
<b>2</b>	<b>90</b>	14	2	<b>106</b>	
<b>3</b>	23	20	12	<b>55</b>	103
<b>4</b>	8	<b>24</b>	16	<b>48</b>	
<b>5</b>	5	7	13	<b>25</b>	57
<b>6</b>	-	6	<b>21</b>	<b>27</b>	
<b>7</b>	2	1	2	<b>5</b>	
Anzahl / N	<b>180</b>	<b>72</b>	<b>66</b>	<b>318</b>	<b>318</b>

Auch bei einem Vergleich der Partnerschaftszufriedenheit *innerhalb der einzelnen Paare* zeigten sich bisweilen deutliche Unterschiede, die bei einem Vergleich über die Gruppen hinweg nicht auffielen. Um diesen Sachverhalten Rechnung zu tragen und einer potentiellen Verfälschung der Ergebnisse vorzubeugen, war es sinnvoll, für die Auswertung neue und möglichst homogene Gruppen bzgl. der Paarzufriedenheit zu bilden. (Da die extensive Analyse der Stichprobenmerkmale keine Anhaltspunkte für systematische Verzerrungen zwischen den Stichproben erbrachte, wurde davon ausgegangen, dass die Teilstichproben aus einer vergleichbaren Gesamtpopulation stammten; vgl. Anhang A.2: soziodemographische Variablen). Mit dem Ziel, *Paare* mit hoher, mittlerer und niedriger Paarzufriedenheit vergleichen zu können, wurden auf der Grundlage der Termanfrage sowie - soweit vorhanden - dem DAS-

Fragebogen drei homogene Gruppen für die inhaltliche Auswertung zusammengestellt. Der Vorteil dieser neu zusammengestellten Auswertungsgruppen besteht darin, dass damit die subjektive *Paarzufriedenheit* (unter Berücksichtigung der individuellen Partnerschaftszufriedenheit) als ausschlaggebendes Maß bei dem Vergleich des Ärger- und Konfliktverhaltens genutzt werden konnte. Zusätzlich konnte jedoch auch die „objektive“ Zugehörigkeit zur ursprünglichen Ausgangsstichprobe als wichtiges („objektives“) Validitätsmaß der subjektiven Partnerschaftszufriedenheit mitberücksichtigt werden.

Als Einteilungskriterien für diese drei neue Gruppen galten:

- **Hohe Paarzufriedenheit:** Paare, bei denen beide PartnerInnen sich als (sehr) zufrieden mit der Partnerschaft äußern (operationalisiert mit Hilfe der Terman-Frage: beide Personen mussten einen Terman-Wert von 1 oder 2 angegeben haben und – so erfasst - einen DAS-Wert  $> 100$  aufweisen (Zur Begründung: Ein DAS-Wert größer als 100 wird von den meisten PartnerschaftsforscherInnen als Grenzwert für eine glückliche Beziehung angesehen; vgl. Hahlweg, Klann, & Hank, 1992; Hahlweg, 1996).
- **Mittlere Paarzufriedenheit:** Belastete Paare, bei denen mindestens eine/r der Partner/in zum Ausdruck brachte, dass er/sie derzeit in der Partnerschaft nicht glücklich ist. Operationalisiert wurde dies erneut durch die Terman-Frage (mindestens eine Person musste einen Wert unter 2 angeben, beide Personen jedoch Werte  $\geq 4$  haben). In diese Gruppe wurden auch die Paare aufgenommen, bei denen eine Person sich als eher glücklich, die andere sich als eher unzufrieden mit der Partnerschaft einstuft (zur Relevanz dieser eher seltenen untersuchten „Mittelgruppen“ vgl. Hahlweg, 1986, S. 139)
- **Niedrige Paarzufriedenheit:** Sehr belastete Paare, bei denen mindestens eine Person sich als (sehr) unglücklich bezeichnete (einen Terman-Wert unter 4 angab und/oder DAS-Werte  $\leq 100$  aufweist).

Daraus ergaben sich drei neue – an der **Paarzufriedenheit** - orientierte Gruppen, die die Grundlage für die weitere Auswertung und Überprüfung der Hypothesen darstellte:

Tabelle 7: Zusammenstellung der Auswertungsstichproben unter Berücksichtigung der Paarzufriedenheit (erfasst über die Terman-Frage)

Stichprobeneinteilung	Hohe Paarzufriedenheit (HP)	Mittlere Paarzufriedenheit (MP)	Niedrige Paarzufriedenheit (NP)
<b>Ausgangsstichproben</b>			
<i>Referenz (90 Paare)</i>	<b>62 Paare (68,8%) (100%)</b>	22 Paare (24,4%) (39,3%)	6 Paare (6,7%) (14,6%)
<i>Therapie (36 Paare)</i>	-	<b>25 Paare (69,4%) (44,6%)</b>	11 Paare (30,6%) (26,8%)
<i>Mediation (33 Paare)</i>	-	9 Paare (27,3%) (16,1%)	<b>24 Paare (72,7%) (58,5%)</b>
<b>Gesamt</b>	62 Paare	56 Paare )	41 Paare
	<b>159 Paare (318 Personen)</b>		

Anmerkung: kursiv gedruckte Prozentzahlen = prozentualer Anteil bezogen auf *Ausgangsstichprobe*  
normal gedruckte Prozentzahlen = prozentualer Anteil bezogen auf *Auswertungsstichprobe*

Wie aus Tabelle 7 ersichtlich, befand sich erwartungsgemäß keine der sehr zufriedenen Personen in Paartherapie oder nahm Scheidungsmediation in Anspruch; die Stichprobe mit hoher Paarzufriedenheit repräsentiert 68% der Referenzstichprobe. Die Stichprobe der 'mittleren Paarzufriedenheit' setzt sich aus 44,6% der Therapiestichprobe zusammen, doch wurden auch 22 Paare (24,4%) der Referenzstichprobe und 9 Paare der Scheidungsgruppe (27,3%) in diese Gruppe aufgenommen (was dann 39,9% bzw. 16,1% dieser neuen Stichprobe entspricht). Der erstaunlich hohe Anteil an Mediationspaaren in der Gruppe mit mittlerer Zufriedenheit (16,1%) dürfte sich unter anderem damit erklären lassen, dass schon die Inanspruchnahme von Mediation ein gewisses Maß an Partnerschaftsqualität und Kooperationsbereitschaft voraussetzt (vgl. Weinmann-Lutz, 2001). Die Gruppe mit niedriger Paarzufriedenheit setzt sich vorwiegend aus Paaren der Mediationsgruppe (58,5%) zusammen, doch wurden auch 11 Paare der Therapiestichprobe (26,8%) sowie immerhin 6 Paare der Referenzstichprobe (14,6%) in diese Gruppe mit aufgenommen.

Tabelle 8: Soziodemographische Variablen der Auswertungsstichproben

	Hohe Paarzufriedenheit (62 Paare)		Mittlere Paarzufriedenheit (N=56 Paare)		Niedrige Paarzufriedenheit (N=41 Paare)	
	Männer (N=62)	Frauen (N=62)	Männer (N=56)	Frauen (N=56)	Männer (N=41)	Frauen (N=41)
<i>Mittelwerte/ Stand.- Abweich./ Prozente</i>						
<b>Alter (in Jahren)</b>	42,4 Jahre (SD 11,3)	39,2 Jahre (SD 11,1)	38,8 Jahre (SD 7,7)	39,0 Jahre (SD 8,2)	43,5 Jahre (SD 7,9)	40,6 Jahre (SD 7,1)
<b>Ausbildungs- niveau (1-6)<sup>a</sup></b>	5,26 (SD 1,02)	5,15 (SD 0,95)	5,11 (SD 1,13)	4,96 (SD 1,01)	5,34 (SD 1,04)	4,85 (SD 0,95)
<b>Dauer der Bezie- hung (Jahre)</b>	16,0 Jahre (SD 11,3)		16,6 Jahre (SD 8,7)		16,5 Jahre (SD 7,9)	
<b>Anzahl der Ver- heirateten</b>	80,6% (50 Paare)		80,4% (45 Paare)		87,8% (36 Paare)	
<b>Schon einmal verheiratet?</b>	7 (11,3 %)	9 (14,5 %)	3 (5,4 %)	7 (12,5%)	8 (19,5 %)	6 (14,6 %)
<b>Gemeinsame Kinder?</b>	59,7 % (37 Paare)		76,8% (43 Paare)		89,7% (36 Paare)	
<b>durchschnittliche Kinderanzahl<sup>b</sup></b>	2,0 (1-4)		1,9 (1-5)		2,0 (1-3)	
<b>Partnerschafts- zufriedenheit Terman (1-7)<sup>c</sup></b>	1,56 (SD 0,5)	1,61 (SD 0,49)	2,93 (SD 0,81)	3,16 (SD 0,78)	4,73 (SD 1,4)	5,15 (SD 1,09)
<b>Partnerschafts- qualität<sup>d</sup> (DAS: 0-151)</b>	117,2 (SD 9,4)	117,8 (SD 8,7)	99,3 (SD 12,3)	97,15 (SD 12,4)	81,6 (SD 18,7)	77,47 (SD 17,4)

a) Ausbildungsniveau: 1 = keinen Schulabschluss / 6 = abgeschlossenes Studium; die dargestellten Mittelwerte dienen dem Überblick, der differenzierte Vergleich bzw. die Analyse des Signifikanzniveaus findet sich im Anhang

b) bezogen auf Paare mit Kindern

c) Terman-Frage: 1 = sehr große Zufriedenheit / 7 = sehr große Unzufriedenheit

d) Bei den Angaben zur Dyadic Adjustment Skale (DAS; 151 = max. Punktzahl; sehr hohe Partnerschaftszufriedenheit) gilt es zu beachten, dass hier keine Daten von der Mediationsstichprobe vorlagen. Die Angaben beziehen sich daher bei der Stichprobe mit mittlerer Paarzufriedenheit auf nur 47 Paare, bei der Stichprobe mit niedriger Paarzufriedenheit auf 11 Paare)

Bei einem Vergleich der soziodemographischen Variablen der Auswertungsstichproben zeigen sich wie erwartet keine signifikanten Unterschiede hinsichtlich Alter, Dauer der Partner-

schaft, Familienstand, Schulabschluss oder bisherige Scheidung. Lediglich in Bezug auf gemeinsame Kinder fanden sich signifikante Unterschiede zwischen den Stichproben: Zufriedene Paare hatten deutlich seltener gemeinsame Kinder (59,7%) im Vergleich zu den Paaren mit mittlerer Zufriedenheit (76,8%) und den sehr unzufriedenen Paaren (89,7%). Bzgl. der Kinderanzahl (bezogen auf Paare mit Kindern) ergeben sich keine Unterschiede zwischen den Stichproben – die Eltern hatten im Durchschnitt 2 Kinder.

Signifikante Effekte zwischen den Geschlechtern ergaben sich in Bezug auf das Alter. Wie häufig bei Untersuchungen zu Paarbeziehungen waren die Männer im Durchschnitt älter als die Partnerinnen (auffallende Ausnahme: die Paare mit mittlerer Zufriedenheit). Zudem zeigte sich auch hier, dass Frauen insgesamt unzufriedener mit ihrer Partnerschaft waren als die Männer (knapp signifikant bei der Terman-Frage, nicht signifikant beim DAS- Fragebogen).

Nicht weiter verwunderlich, da es das Zuordnungskriterium war, unterscheiden sich die drei Stichproben hochsignifikant hinsichtlich der Paarzufriedenheit (sowohl erhoben über die Terman-Frage ( $F(2)=385,93$ ;  $p \leq 0.001$ ) als auch über den Fragebogen DAS ( $F(2)=166,04$ ;  $p < 0.001$ ; ein detaillierter Überblick mit Signifikanzprüfungen findet sich im Anhang A.2)

Diese sog. Auswertungsstichproben lagen der Überprüfung der inhaltlichen Fragestellungen zugrunde, deren Ergebnisse in Kap. 6.3 dargestellt wird. Im folgenden Kapitel wird aufgezeigt, mit Hilfe welcher Erhebungsverfahren dabei vorgegangen wurde.

## 6.2.2 Erhebungsverfahren zu Konfliktverhalten und Ärgerausdruck

Zur Erfassung des Ärger- und Konfliktverhaltens der untersuchten Paare wurden zwei Fragebögen genutzt, die jeweils sowohl die subjektive Wahrnehmung des eigenen Ärger- und Konfliktverhaltens, als auch das der jeweiligen Partner/in erfassen: Eine Übersetzung des „Fragebogen zum Umgang mit Konflikten“ (original: Conflict Resolution Style Inventory (CRSI); Kurdek, 1994) sowie, zur Erfassung des Umgangs mit Ärger, eine modifizierte Form des STAXI (vgl. Schwenkmezger et al., 1992). Da es sich bei diesen Fragebögen um im deutschsprachigen Raum neue Verfahren bzw. um Modifizierungen handelt, war es notwendig, zunächst die Güte dieser Erhebungsverfahren zu prüfen.

### 6.2.2.1 Fragebogen zum Umgang mit Konflikten (UMK)

Das „Conflict Resolution Style Inventory (CRSI)“ wurde in Anlehnung an Forschungsergebnisse der Arbeitsgruppe um Gottman (vgl. Gottman & Krokoff, 1989; Gottman, 1994) von Kurdek (1994) entwickelt. Im deutschsprachigen Raum wurde dieses Erhebungsverfahren von der Arbeitsgruppe um Bastine (vgl. Förter-Barth, 1998; Weinmann-Lutz, 2001) übersetzt und erstmals als „Fragebogen zum Umgang mit Konflikten (UMK)“ eingesetzt. Der relativ kurze Fragebogen setzt sich aus zwei parallelen Formen zusammen (jeweils für die Selbst- und Fremdsicht) und umfasst mit seinen insgesamt 32 Items jeweils vier Konfliktstile“ (16 Items pro Perspektive):

- „Positive Konfliktlösung“ (positive problem solving) (4 Items)
- „Kämpferischer Konfliktstil“ (conflict engagement) (4 Items),
- „Rückzug“ (withdrawal) (4 Items) und
- „Nachgiebigkeit“ (compliance) (4 Items)

Jeder dieser Konfliktstile wird über vier Items mit fünfstufigen Antwortalternativen erfasst (von 1=niemals bis 5=immer). Durch Einschätzung des eigenen Konfliktverhaltens (Selbtsicht) bzw. des Konfliktverhaltens der jeweiligen PartnerIn (Fremdsicht) lassen sich so charakteristische Verhaltensweisen im Umgang mit Konflikten aus verschiedenen Perspektiven erheben und die jeweiligen Beurteilungsperspektiven miteinander vergleichen.

Bezogen auf die inhaltliche Relevanz der erfassbaren Verhaltensweisen zeigen Quer- (Kurdek, 1994) als auch Längsschnittstudien (Kurdek, 1995), dass durch die Skalen „kämpferischer Konfliktstil“ und „Rückzugsverhalten“ destruktive Konfliktstile, mit der Skala „problembezogenes Konfliktverhalten“ hingegen ein für die Partnerschaft konstruktiver Konfliktstil erfasst wird (vgl. auch Theorieteil, Kap. 2). In einer Untersuchung zum Verlauf von Scheidungsmediationen stellte Weinmann-Lutz (2001, S. 121ff.) zudem die Veränderungssensitivität des Verfahrens fest; Scheidungspaare geben nach der Inanspruchnahme von Mediation deutlich weniger destruktives Konfliktverhalten (kämpferisches bzw. Rückzugsverhalten) in der Selbst- wie Fremdwahrnehmung an als zu Beginn der Mediation.

Uneindeutige Ergebnisse fanden sich in den Untersuchungen bzgl. der Skala „Nachgiebigkeit“. Diese Verhaltensdimension wurde von der Arbeitsgruppe um Gottman ursprünglich als positive Konfliktstrategie eingestuft, in der Fragebogenversion von Kurdek (1994) jedoch – im Sinne *übertriebener* Nachgiebigkeit und mangelndem Beharren auf dem eigenen Standpunkt – als potentiell kritisches Verhalten konzeptualisiert.

### a) Bestimmung der Faktorenstruktur des UMK

Da der Fragebogen UMK im deutschsprachigen Raum in der erwähnten Arbeitsgruppe nur an einer relativ kleinen Stichprobe eingesetzt wurde, war es ein Ziel der folgenden Auswertung, auf der Grundlage einer großen Stichprobe die Konstruktvalidität des Verfahrens zu überprüfen. Zur Ermittlung der faktoriellen Validität wurde – über alle erhobenen Stichproben hinweg und getrennt nach Beurteilungsperspektive – eine explorative Faktorenanalyse durchgeführt (Hauptkomponenten; Varimax; vgl. Geider et al., 1982; Backhaus et al., 2000).

Tabelle 9 gibt die Ergebnisse der explorativen Faktorenanalyse zu den Daten des UMK (Selbstsicht) mit den jeweiligen Faktorenladungen auf den vier Faktoren, den Kommunalitäten der einzelnen Items, den Eigenwerteverlauf sowie den Prozentsatz der Varianzaufklärung je Faktor wider.

Tabelle 9: Faktorenstruktur des UMK: Selbstsicht (N=318)

Item-Nr. und Kurzbeschreibung	Faktor 1 (Rückzug)	Faktor 2 (Kämpf. KV)	Faktor 3 (Konstr. KV)	Faktor 4 (Nachg. KV)	Kommunalitäten ( $h^2$ )
7 wenn Grenze erreicht ist, zumachen	0,811	0,096	-0,130	0,094	0,693
3 längere Zeit nichts sagen	0,789	-0,076	-0,073	0,088	0,641
15 sich zurückziehen/ kein Interesse zeigen	0,758	0,052	-0,296	0,165	0,692
11 andere Person nicht mehr beachten	0,680	0,132	-0,369	-0,022	0,616
9 sich von Wut hinreißen lassen	-0,039	0,832	-0,137	-0,059	0,716
13 spitze Bemerkungen/ Beleidigungen sagen	0,167	0,796	0,071	-0,472	0,664
1 persönlich angreifen/ kränken	0,191	0,790	0,048	-0,051	0,665
5 explodieren/außer Kontrolle geraten	-0,152	0,714	-0,166	-0,022	0,561
10 Lösungen finden, die für alle akzeptabel	-0,094	-0,087	0,828	-0,172	0,732
14 Dinge aushandeln/ Kompromisse finden	-0,167	-0,154	0,798	-0,169	0,717
6 sich zusammensetzen und reden	-0,270	-0,039	0,677	-0,210	0,576
2 sich auf Problem konzentrieren	-0,142	-0,056	0,453	0,082	0,235
12 eigene Position nicht verteidigen	0,083	0,029	-0,122	0,794	0,653
16 nachgeben/eigene Sicht nicht vertreten	0,092	-0,068	-0,221	0,779	0,668
8 zu nachgiebig sein	0,128	-0,015	0,083	0,708	0,525
4 für eig. Interessen nicht eintreten	-0,012	-0,129	-0,097	0,657	0,457
<b>Eigenwerte</b>	4,165	2,676	1,719	1,251	
Varianzaufklärung	26,033%	16,726%	10,741%	7,822%	
cum. V.-aufklärung	26,033%	42,759%	53,499%	61,321%	

Anmerkung: Ergebnisse der Hauptkomponentenanalyse mit anschließender Varimax-Rotation. Die grau unterlegten Zellen verdeutlichen die jeweils höchsten Faktorenladungen der Items.



Wie aus der Tabelle 9 ersichtlich, konnte auf der Grundlage der Daten der vorliegenden Gesamtstichprobe (318 Personen) sowohl die Faktorenstruktur als auch die Zuordnung der einzelnen Items zu den vier Dimensionen sehr klar repliziert werden (zur differenzierten Auswertung eines Teils der Daten vgl. auch Förther-Barth, 1998). Alle Items laden sehr eindeutig auf den prognostizierten Faktoren (außer Item 2 mit ihrer höchsten Ladung  $\geq 0,6$ ) und weisen nur sehr geringe Ladungen auf den irrelevanten Faktoren auf. Sowohl die Eigenwerte (Kaiserkriterium  $>1$ ) als auch die aufgeklärte Varianz der einzelnen Faktoren sprechen für eine klare Vier-Faktoren Struktur, die aufgeklärte Gesamtvarianz der vier Faktoren beläuft sich auf über 61%, was ebenfalls als gut einzuschätzen ist (vgl. Backhaus et al., 2000).

Analog zur Selbstsicht wurden die Daten zur **Fremdperspektive** (d.h. zur Beurteilung des Konfliktverhaltens der PartnerInnen) einer Faktorenanalyse unterzogen.

Tabelle 10: Faktorenstruktur des UMK: **Fremdsicht** (N=318)

Item-Nr. und Kurzbeschreibung	Faktor 1 (Kämpf. KV)	Faktor 2 (Konstr. KV)	Faktor 3 (Rückzug)	Faktor 4 (Nachg. KV)	Kommunalitäten ( $h^2$ )
9 sich von Wut hinreißen lassen	0,881	0,073	0,077	-0,063	0,792
1 persönlich angreifen/ kränken	0,832	-0,204	0,152	-0,187	0,791
13 spitze Bemerkungen/ Beleidigungen sagen	0,830	-0,181	0,138	-0,142	0,761
5 explodieren/außer Kontrolle geraten	0,806	0,168	0,014	-0,027	0,679
14 Dinge aushandeln/ Kompromisse finden	-0,165	0,829	-0,254	0,043	0,781
10 Lösungen finden, die für alle akzeptabel	-0,157	0,814	-0,299	0,052	0,779
6 sich zusammensetzen und reden	-0,083	0,740	-0,376	-0,087	0,703
2 sich auf Problem kon- zentrieren	-0,245	0,723	-0,036	-0,107	0,595
3 längere Zeit nichts sagen	0,014	-0,098	0,842	0,125	0,735
7 wenn Grenze erreicht ist, zumachen	0,059	-0,197	0,839	0,080	0,747
15 sich zurückziehen/ kein Interesse zeigen	0,108	-0,376	0,727	0,090	0,690
11 andere Person nicht mehr beachten	0,365	-0,335	0,679	-0,064	0,712
12 eigene Position nicht verteidigen	-0,053	-0,061	0,097	0,791	0,642
4 für eig. Interessen nicht eintreten	0,659	-0,080	0,046	0,788	0,634
16 nachgeben/ eigene Sicht nicht vertreten	-0,185	0,098	0,089	0,777	0,656
8 zu nachgiebig sein	-0,225	0,187	-0,081	0,680	0,555
<b>Eigenwerte</b>	5,410	2,984	1,681	1,175	
Varianzaufklärung	33,814%	18,652%	10,506%	7,346%	
cum. V.-aufklärung	33,814%	52,465%	62,972%	70,318%	

Anmerkung: Ergebnisse der Hauptkomponentenanalyse mit anschließender Varimax-Rotation. Die grau unterlegten Zellen verdeutlichen die jeweils höchsten Faktorenladungen der Items.

Auch die Ergebnisse der Faktorenanalyse zur *Fremdperspektive* des UMK (Tab. 10) entsprechen der postulierten Faktorenstruktur sowohl in den einzelnen Itemzuordnungen als auch in der Höhe der Itemladungen und ergeben genau die von Kurdek postulierten Konfliktstil-Skalen. Auffallend ist hier, dass die Items z.T. noch höher auf den prognostizierten Faktoren laden und die aufgeklärte Gesamtvarianz mit über 70% sogar deutlich höher als bei der Selbstsicht ist (vgl. Tab. 11). Das in der Selbstperspektive kritische Item 2 entspricht bei der Fremdperspektive mit einer Ladung von (0,72) der prognostizierten Zuordnung und lädt nur vergleichsweise gering auf den anderen Faktoren. Als inhaltliche Interpretation für die geringe Faktorladung von Item 2 in der Selbstperspektive bietet sich an, dass die Formulierung „sich auf das Problem konzentrieren“ bei der Selbstsicht eventuell nicht im Sinne von Suchen nach *gemeinsamen* Lösungsmöglichkeiten, sondern im Sinne des problembezogenen Grübelns interpretiert wurde: Bei der Fremdperspektive scheint dies nicht der Fall zu sein. Insgesamt kann die postulierte Faktorenstruktur des CRSI auch in seiner deutschen Übersetzung als „Fragebogen zum Umgang mit Konflikten“ (UMK) als repliziert angesehen werden.

#### b) Bestimmung der internen Konsistenz der extrahierten UMK-Skalen

Zur Überprüfung der Reliabilität der Skalen wurde ihre interne Konsistenz (mittels Cronbachs- $\alpha$ ) überprüft (um möglichst differenziert die internen Konsistenzen zu untersuchen wurde die Reliabilität getrennt für die ursprünglichen „objektiven“ Ausgangsstichproben sowie getrennt nach Geschlechterzugehörigkeit durchgeführt). Als Ergebnis zeigt sich, dass die einzelnen Skalen gute bis sehr gute interne Konsistenzen aufweisen und mit den von Kurdek (1994, S. 711) angegebenen Konsistenzkoeffizienten nahezu identisch sind. Lediglich bezogen auf die selbstbezogenen Angaben zum problembezogenen Verhalten sind die Koeffizienten mit  $\alpha=0,58$  und  $0,59$  relativ niedrig, was durch die bereits im Zusammenhang mit der Faktorenanalyse dargestellten Probleme (Item 2) erklärt werden kann.

Tabelle 11: Interne Konsistenzen des UMK (Cronbachs- $\alpha$  für Selbst- und Fremdsicht)

Interne Konsistenz (Cronbachs- $\alpha$ )	Referenz- stichprobe		Therapie- stichprobe		Mediations- stichprobe	
	Männer (N=90)	Frauen (N=90)	Männer (N=36)	Frauen (N=36)	Männer (N=33)	Frauen (N=33)
<b>UmK Selbsteinschätzung</b>						
<i>Kämpferischer Konflikt</i>	0,80	0,82	0,76	0,67	0,77	0,85
<i>Problembezogenes Verhalten</i>	0,73	0,78	0,58	0,59	0,64	0,63
<i>Rückzug</i>	0,70	0,85	0,79	0,72	0,87	0,85
<i>Nachgiebigkeit</i>	0,63	0,73	0,71	0,79	0,68	0,83
<b>UmK Fremdeinschätzung</b>						
<i>Kämpferischer Konflikt</i>	0,88	0,91	0,86	0,86	0,86	0,82
<i>Problembezogenes Verhalten</i>	0,75	0,86	0,83	0,83	0,75	0,81
<i>Rückzug</i>	0,88	0,80	0,88	0,87	0,50	0,69
<i>Nachgiebigkeit</i>	0,70	0,79	0,82	0,77	0,74	0,83

Zusammenfassend können die überprüften Gütekriterien des „Conflict Resolution Style Inventory; CRSI“ (Kurdek, 1994) in der deutschen Übersetzung als testanalytisch repliziert und in ihrer Güte als zufriedenstellend eingeschätzt werden.

### 6.2.2.2 Fragebogen zum Umgang mit Ärger (STAXI)

Zur Erfassung des Umgangs mit Ärger in der Partnerschaft kam der STAXI-Fragebogen von Spielberger (1988) in seiner Bearbeitung von Schwenkmezger et al. (1992) zum Einsatz. Wie in Kap. 4 erwähnt, lassen sich mit diesem Fragebogen neben dem Ärgerzustand (anger state) und Ärger als Eigenschaft (anger trait) drei verschiedene sog. „Ärgerausdrucksformen“ erfassen (vgl. Schwenkmezger, 1992, S. 10ff.):

- „anger out“, das impulsive Zeigen des Ärger nach außen
- „anger in“, das Unterdrücken und Verbergen des Ärgers („nach innen gerichteter Ärger“)
- „anger control“, die Kontrolle des eigenen Ärgers.

Für die eigene Untersuchung wurden zur Erfassung des Umgangs mit Ärger diese drei Ärgerausdrucksskalen genutzt, jedoch aus ökonomischen wie inhaltlichen Gründen einige Modifikationen vorgenommen:

- Um den Zeitaufwand bei der Bearbeitung der Fragebögen zu verringern, wurden die drei Skalen von jeweils 8 Items auf 5 Items gekürzt. Auswahlkriterium bei der Selektion waren die im Fragebogen-Handbuch (Schwenkmezger et al., 1992, S. 12ff.) angegebenen Itemstatistiken (Trennschärfe der einzelnen Items; jeweils die drei am wenigsten trennscharfen Items wurden bei der Zusammenstellung der Kurzskalen nicht berücksichtigt).
- Um zusätzlich zur Selbstsicht auch die Fremdwahrnehmung des Umgang mit Ärger der/s jeweiligen Partners/in erfassen zu können, wurden in einer Parallelversion die Items der einzelnen Skalen umformuliert (ähnliches Vorgehen bei Dusi, 1998). So war es möglich, vergleichbar dem UMK-Fragebogen zusätzlich zur Selbstwahrnehmung auch den Umgang des Partners mit Ärger aus Fremdwahrnehmung zu erfassen. Schlussendlich lagen somit eine selbst- und eine fremdbezogene Version der drei Ärgerbewältigungs-Skalen vor, jeweils bestehend aus 15 vierstufigen Items (1= 'fast nie' bis 4='fast immer')

Zur Kontrolle der Ärgerneigung der untersuchten Personen wurden zusätzlich die 10 Items der Ärger-Dispositionsskala ('anger trait') unverändert übernommen.

#### a) Bestimmung der Faktorenstruktur der modifizierten Ärgerausdrucksskalen

Aufgrund der Kürzung der einzelnen Ärgerausdrucksskalen sowie der Neuformulierung für die Fremdperspektive war es notwendig, die Auswirkungen dieser Modifikationen auf die Datenstruktur zu überprüfen. Es wurden daher die Daten zum Ärgerausdruck der Referenz- und Therapiestichprobe (N=252) zunächst einer Faktorenanalyse unterzogen (zur Erinnerung: von der Mediationsstichprobe lagen keine Daten zum Ärgerausdruck vor). Analog zur Vorgehensweise bei der Original-Fragebogenkonstruktion (vg. Schwenkmezger et al., 1992, S. 15ff.) wurden Hauptkomponentenanalysen mit anschließender Varimax-Rotationen (Kaiser-Normalisierung; vgl. Backhaus et al., 2000, S. 252ff.) gerechnet. Aufgrund der theoretisch zu erwartenden drei Skalen wurde von einer 3-Faktorenlösung ausgegangen.

Im Unterschied zum UMK konnte die Faktorenstruktur bei der gekürzten Variante des STAXI nicht eindeutig repliziert werden (vgl. Tabelle 13): Zwar laden die „anger out“ und „anger in“-Items alle eindeutig und befriedigend hoch auf jeweils einem Faktor, doch laden vier der fünf „anger-control“-Items ebenfalls (mit jeweils inversen Vorzeichen) auf diesen beiden

Faktoren (vgl. Tab.: 12). Lediglich ein Item (anger control Item: „Versuche, tolerant zu reagieren“/Item 15) lädt eindeutig auf einem unabhängigen dritten Faktor. Die faktorenanalytische Auswertung der Selbstsicht-Items des STAXI legt damit eher zwei unabhängige Faktoren und einen abhängigen Faktor nahe; sie bestätigt nicht die Unabhängigkeit der drei Faktoren.

Tabelle 12: Faktorenstruktur der Ärgerausdrucks-Items des STAXI: Selbstsicht (N=252)

Item Nr. in Kurzversion (in Klammer Nr. in Original und Zuordnung i=in/o=out/c=control)	Faktor 1 anger in	Faktor 2 anger out	Faktor 3 anger control	Kommunalität (h <sup>2</sup> )
22 empfinde Groll, sage aber nichts (25 i)	0,801	-0,076	0,022	0,647
25 koche innerlich, ohne es zu zeigen (24 i)	0,799	-0,169	-0,029	0,668
19 bin ärgerlicher, als ich mir anmerken lasse (44 i)	0,771	-0,217	-0,167	0,669
14 fresse Dinge in mich hinein (22 i)	0,767	-0,026	0,233	0,634
12 bin erzürnter als Partner wahrnimmt (30 i)	0,593	-0,079	-0,484	0,592
23 fahre aus der Haut (39 o)	-0,220	0,813	0,028	0,710
16 werde laut (38 o)	-0,062	0,804	-0,135	0,669
11 mache Dinge wie Türen zuschlagen (27 o)	-0,022	0,730	-0,057	0,536
20 platze mit meinem Ärger heraus (37 o)	-0,305	0,726	-0,166	0,634
17 mache häßliche Bemerkungen (31 o)	0,117	0,531	-0,438	0,488
18 bewahre nach außen die Haltung (33 c)	0,492	-0,418	0,345	0,536
24 kontrolliere mein Verhalten (29 c)	0,505	-0,572	0,225	0,632
13 kontrolliere meinen Ärger (36 c)	0,494	-0,562	0,261	0,628
21 halte meine Gefühle unter Kontrolle (21 c)	0,529	-0,558	0,320	0,694
15 versuche, tolerant zu reagieren (34 c)	0,099	-0,213	0,782	0,667
<b>Eigenwerte/ Varianzaufklärung cum. Varianzaufklärung</b>	6,138 40,918% 40,918%	2,288 15,255% 56,173%	0,988 6,587% 63,760%	

Anmerkung: Ergebnisse der Hauptkomponentenanalyse mit anschließender Varimax-Rotation. Die grau unterlegten Zellen verdeutlichen die jeweils höchsten Faktorenladungen der Items.

Diese Befunde sind unerwartet, denn bei der Auswertung wurden die gleichen faktorenanalytischen Verfahren genutzt wie bei der Generierung des Fragebogens durch Schwenkmezger et al. (1992, S. 14ff.). Als Erklärung für die abweichenden Ergebnisse bieten sich mehrere Möglichkeiten in Bezug auf Besonderheiten bei den zugrundegelegten Daten an:

- Zum einen könnte die *Kürzung der Skalen* durch die Herausnahme von jeweils drei Items zu einer Veränderung der Faktorenstruktur geführt haben. Auffallend dabei ist jedoch,

dass nur ein Faktor (Faktor 3; anger control) nicht eindeutig repliziert werden konnte; die Items der postulierten beiden anderen Faktoren laden wie prognostiziert.

- Als weitere Erklärungsmöglichkeit lassen sich mögliche *Stichprobeneffekte* anführen. So bestand ein Teil der Untersuchungsdaten von Personen, die sich explizit als sehr unzufriedenen mit ihrer Partnerschaft bezeichneten (Stichprobe „Niedrige Paarzufriedenheit“) und bei denen vermutet werden kann, dass ihr Umgang mit Ärger- und Zorn häufiger Extremausprägungen aufweist als bei den diesbezüglich unauffälligen Personen der Normierungsstichprobe bei Schwenkmezger et al., (1992). Die sich daraus ergebenden unterschiedlichen Streuungen der jeweiligen Stichprobenkennwerte können sich auf die Faktorenstruktur auswirken.
- Ein weiterer Effekt könnte die *spezifische Fragestellung* der Untersuchung und die sich daraus ergebende modifizierte Instruktion nach sich gezogen haben: In der vorliegenden Untersuchung wurde explizit nach dem Umgang mit Ärger in Partnerschaften und zwar spezifisch *auf die/den jeweiligen Partner* gefragt. In der Originalversion des STAXI wurde eher unspezifisch der generelle Umgang mit Ärger erfasst, unabhängig davon in welchem Kontext der Ärger entstand und auf wen sich der Ärger bezog.
- Damit verbunden lässt sich als weitreichende *theoretische wie methodische Vermutung* anführen, dass – zumindest im interpersonellen Kontext – der kontrollierte Umgang mit Ärger (in der Selbstsicht) nicht als ein von „anger in“ und „anger out“ unabhängiger Faktor zu konzeptualisieren, sondern als vor- oder übergeordnete Dimension zu interpretieren ist. Die Ergebnisse zur Faktorenstruktur der Ärgerausdrucksskalen wären demnach als Hinweis auf die Notwendigkeit theoretischer wie empirischer Differenzierungen zu verstehen (vgl. z.B. Webers Kategorisierung des Ärgerverhaltens; Kap. 4). Schwenkmezger et al. (1992, S. 18ff.) stellen bzgl. der Interkorrelation der einzelnen Skalen des STAXI fest, dass in der Eichstichprobe „anger control“ und „anger in“ positiv ( $r=.22$ ), „anger control“ und „anger out“ in mittlerem Maß negativ ( $r=-.52$ ) miteinander korrelieren. Sie begründen diese Zusammenhänge mit der Vermutung, dass Ärgerkontrollbemühungen „aufgrund der sozialen Wünschbarkeit der Ärgerkontrolle eher auf Ärgerreaktionen nach außen hin zu erwarten sind“. Unter handlungstheoretischer Perspektive erscheint es (zusätzlich) plausibel, dass für die agierenden Personen die *eigenen* Ärgerreaktionen (Selbstsicht) als zumeist kontrollierbar wahrgenommen werden und somit eine eindeutige Zuordnung der „anger control“-Items zu einem unabhängigen Faktor nur bedingt möglich ist (vgl. auch Kap. 3). Die Skala „anger control“ könnte indes sehr nützlich für die Wahrnehmung und Bewertung des Ärgerausdrucks *anderer* Personen sein – wie die Ergebnisse zur Dimensionierung der *Fremdwahrnehmung* des Ärgerausdrucks nahelegen.

Aufgrund der uneindeutigen Ergebnisse bzgl. der Unabhängigkeit der Faktoren und den theoretischen Überlegungen war zunächst zu erwägen, inwiefern für die weitere Auseinandersetzung mit Ärger und Zorn lediglich die beiden Skalen „anger out“ und „anger in“ weiter zu nutzen waren. In Anbetracht dessen, dass in einer ganzen Reihe von Untersuchungen mit umfangreicheren Stichproben die Drei-Faktorenstruktur der Ärgerausdrucks-Skalen repliziert wurde (z.B. Müller et al., 2001) und aufgrund der hohen internen Konsistenz der Skalen (s.u.) wurde jedoch an allen drei „Ärgerausdrucksskalen/Selbstsicht“ des STAXI festgehalten und

bei der inhaltlichen Auswertung die Abhängigkeit der Faktoren durch Nutzung multivariater Verfahren berücksichtigt (vgl. Kap. 6.3). Zunächst wurde jedoch untersucht, inwiefern sich die postulierte Faktorenstruktur bei der Fremdperspektive replizieren lässt.

Wie erwähnt, ermöglichen die Original-Items des STAXI lediglich die Erfassung des eigenen (selbstbezogenen) Umgangs mit Ärger. Um vergleichbar mit dem UMK analysieren zu können, wie die befragten PartnerInnen den Umgang mit Ärger ihrer jeweiligen PartnerInnen wahrnehmen, wurden alle Items fremdperspektivisch umformuliert (vgl. auch Dusi, 1998). Um den Untersuchungspersonen zudem zu verdeutlichen, dass der *partnerInbezogene* Umgang mit Zorn auf die Untersuchungsperson erfragt werden soll, lautete die Instruktion: „Wie reagiert Ihr/e PartnerIn, wenn sie/er ärgerlich, wütend oder zornig *auf Sie* ist“). Ermöglicht werden sollte so, vor allem die interpersonelle Dimension deutlich hervorzuheben.

Tabelle 13: Faktorenstruktur der Ärgerausdrucks-Items: Fremdsicht (N=252)

Item Nr. in Kurzversion (in Klammer Nr. in Original und Zuordnung i=in/o=out/c=control)	Faktor 1 anger in.	Faktor 2 anger out	Faktor 3 anger control	Kommunalität (h <sup>2</sup> )
22 empfindet Groll, sagt aber nichts (25 i)	0,792	-0,106	0,132	0,655
14 frisst Dinge in sich hinein (22 i)	0,735	-0,196	0,175	0,722
25 kocht innerlich, ohne es zu zeigen (24 i)	0,729	-0,185	0,241	0,623
19 ist ärgerlicher als anzumerken (44 i)	0,713	-0,041	0,321	0,613
12 ist erzürnter als wahrzunehmen (30 i)	0,648	0,141	0,029	0,440
16 wird laut (38 o)	-0,126	0,815	-0,261	0,748
11 macht Dinge wie Türen zuschlagen (27 o)	-0,107	0,754	-0,171	0,609
17 macht häßliche Bemerkungen (31 o)	0,168	0,722	-0,134	0,568
20 platzt mit Ärger heraus (37 o)	-0,232	0,650	-0,371	0,613
23 fährt aus der Haut (39 o)	-0,228	0,647	-0,400	0,613
24 kontrolliert ihr/sein Verhalten (29 c)	0,196	-0,266	0,783	0,722
13 kontrolliert ihren/seinen Ärger (36 c)	0,320	-0,271	0,735	0,713
21 hält ihre/seine Gefühle unter Kontrolle (21 c)	0,365	-0,342	0,697	0,736
18 bewahrt nach außen die Haltung (33 c)	0,350	-0,174	0,682	0,617
15 versucht, tolerant zu reagieren (34 c)	-0,263	-0,381	0,613	0,591
<b>Eigenwerte/ Varianzaufklärung cum. Varianzaufklärung</b>	6,194 41,291% 41,291%	2,368 15,786% 57,078%	0,932 6,211% 63,289%	

Anmerkung: Ergebnisse der Hauptkomponentenanalyse mit anschließender Varimax-Rotation. Die grau unterlegten Zellen verdeutlichen die jeweils höchsten Faktorenladungen der Items.

Wie Tabelle 13 zeigt, konnte bei der Fremdperspektive die postulierte Faktorenstruktur klar repliziert werden, die jeweiligen Items laden befriedigend hoch auf den einzelnen Faktoren. Dieser interessante Sachverhalt kann als vorsichtige Bestätigung für die Überlegung angesehen werden, dass bzgl. der Dimensionierung des Umgangs mit Ärger bei Selbst- und Fremdsicht eventuell unterschiedliche Faktoren zu unterscheiden sind. Während eine sich ärgrende Person ihr eigenes Verhalten als (nahezu) immer kontrolliert erlebt, wird bei der Wahrnehmung des Ärgerausdrucks einer anderen Person unterschieden, ob die andere Person sich „am Riemen reißt“ und ihren Ärger kontrolliert, oder aber „sich gehen lässt“ und (vermeintlich) keine Kontrolle über ihren Ärger ausübt. Die von Schwenkmezger gefundenen negativen Korrelationen zwischen „anger out“ und „anger control“ lassen sich damit nicht nur als potentieller Ausdruck sozialer Erwünschtheit, sondern eventuell auch als Manifestation grundsätzlicher dimensionaler Kategorisierungsunterschiede bei der Selbst- und Fremdwahrnehmung interpretieren.

### b) Bestimmung der internen Konsistenz der genutzten STAXI-Skalen

Zur Überprüfung der Reliabilität der ermittelten Skalen wurde die interne Konsistenz (mittels Cronbachs- $\alpha$ ) der Skalen überprüft (aufgrund der unklaren Faktorenstruktur bei STAXI-Selbtsicht-Skalen möglichst differenziert: getrennt für die ursprünglichen Ausgangsstichproben und nach Geschlechterzugehörigkeit). Als Ergebnis zeigt sich, dass die einzelnen Skalen mit Koeffizienten zwischen  $\alpha = .70$  und  $\alpha = .88$  eine befriedigende bis sehr gute interne Konsistenz aufweisen und mit denen von Schwenkmezger (1992, S. 19ff.) angegebenen Konsistenzkoeffizienten für verschiedene Eichstichproben vergleichbar sind. Die Kürzung der Ärgerausdrucks-Skalen führte demnach nicht zu einer Einbuße der internen Konsistenz. Die hohen internen Konsistenzen der einzelnen Skalen hängt u.a. damit zusammen, dass bei der Auswahl der einzelnen Items zur Verkürzung der Skalen die Itemstatistiken zu Hilfe genommen wurden (vgl. Schwenkmezger et al., 1992). Die Skala „anger control“ weist auch in der Version „Selbtperspektive“ sehr hohe interne Konsistenzkoeffizienten auf, weshalb sie trotz der erwähnten Probleme bei den weiteren Berechnungen mit aufgenommen wurde.

Tabelle 14: Interne Konsistenzen der verkürzten Ärgerausdrucksskalen des STAXI (sowie der „anger trait“ Skala; Cronbachs- $\alpha$  für Selbst- und Fremdsicht)

STAXI	Referenzstichprobe		Therapiestichprobe	
	Männer (N=90)	Frauen (N=90)	Männer (N=36)	Frauen (N=36)
<b>Selbsteinschätzung</b>				
<i>anger out</i>	0,86	0,82	0,77	0,70
<i>anger in</i>	0,81	0,84	0,75	0,88
<i>anger control</i>	0,86	0,82	0,86	0,79
<i>anger trait</i>	0,82	0,75	0,70	0,74
<b>Fremdeinschätzung</b>				
<i>anger out</i>	0,82	0,79	0,86	0,84
<i>anger in</i>	0,76	0,81	0,82	0,85
<i>anger control</i>	0,82	0,86	0,83	0,83
<i>anger trait</i>	0,81	0,81	0,81	0,88

### 6.2.2.3 Interkorrelationen der Skalen des UMK und STAXI

In der Literatur zu Ärger- und Konfliktverhalten werden die Konstrukte Ärgerausdruck und Konfliktverhalten häufig nur unzureichend theoretisch differenziert, in empirischen Untersuchungen wird zuweilen sogar Ärger- und Konfliktverhalten gleichgesetzt (vgl. z.B. Baucom & Epstein, 1990, S. 229ff.). Neben der mangelnden theoretischen Differenzierung ist dabei zu kritisieren, dass (methodisch) zumeist gar nicht überprüft wird, inwiefern mit verschiedenen Erhebungsinstrumenten zu diesen unterschiedlichen theoretischen Konstrukten tatsächlich Vergleichbares erfasst wird. Um für die eigene Arbeit zu prüfen, inwiefern die Skalen des UMK (Konfliktverhalten) mit den Skalen des STAXI (Umgang mit Ärger) zusammenhängen, wurde - getrennt nach der jeweiligen Perspektive (Selbst- vs. Fremdperspektive) - der korrelative Zusammenhang der einzelnen Skalen überprüft (Pearson's Produkt-Moment Korrelation).

Tabelle 15: Interkorrelationen der Skalen des UMK und STAXI (getrennt nach Selbst- und Fremdsicht. Von der Mediationsstichprobe lagen keine STAXI-Daten vor, daher N=252)

	UMK				STAXI				Fremdsicht
	Fremdsicht								
	Kämpf. KV	Probl. KV	Rückzug	Nachg. KV	anger out	anger in	anger control	anger trait	
<b>UMK</b>									
Kämpferisches Konfliktverhalten		-.382 ***	-.301 ***	-.226 ***	.786 ***	-.134 *	-.533 ***	.640 ***	Kämpf. KV
Problembes. Konfliktverhalten	-.231 ***		-.594 ***	-.050	-.256 ***	-.290 ***	.259 ***	-.306 ***	Probl. KV.
Rückzug	.131 *	-.475 ***		.074	.112	.465 ***	-.018	.214 ***	Rückzug
Nachgiebigkeit	-.095	-.300 ***	.221 ***		-.196 **	.350 ***	.165 *	-.162 ***	Nachg. KV
<b>STAXI</b>									
anger out	.727 ***	-.156 **	.047	-.247 ***		-.298 ***	-.666 ***	.733 ***	anger out
anger in	-.092	-.268 ***	.445 ***	.421 ***	-.297 ***		.492 ***	-.174 ***	anger in
anger control	-.486 ***	.130 *	.086	.220 ***	-.667 ***	.518 ***		-.566 ***	anger control
anger trait	.573 ***	-.179 **	.165 **	-.035	.601 ***	.028	-.426 ***		anger trait
<b>Selbtsicht</b>	Kämpf. KV	Probl. KV	Rückzug	Nachg. KV	anger out	anger in	anger control	anger trait	
	<b>Selbtsicht</b>								

\* > 0,05; \*\* > 0,01; \*\*\* > 0,001 Signifikanzniveau (zweiseitig);

- Koeffizienten im linken unteren Dreieck: Interkorrelationen der Selbtsicht
- Koeffizienten im rechten oberen Dreieck: Interkorrelationen der Fremdsicht
- Zur Korrelation zwischen Selbst und Fremdsicht vgl. Auswertung der inhaltlichen Fragestellungen

Ohne hier auf alle einzelnen Ergebnisse der Tabelle 15 ausführlich eingehen zu können, zeigt sich, dass die Skalen der beiden eingesetzten Fragebögen z.T. sehr hoch miteinander zusammenhängen. Bezogen auf die Selbtsicht werden von möglichen 28 Skalenkombinationen



lediglich 6 Korrelationskoeffizienten nicht signifikant, bei der Fremdsicht sind es nur 4 Koeffizienten. Erwartungsgemäß korrelieren die Skalen der theoretisch benachbarte Konstrukte wie impulsiv gezeigter Ärger (anger out) und kämpferisches Konfliktverhalten, unterdrückter Ärger (anger in) und Rückzugsverhalten hoch positiv, theoretisch entfernte Konstruktskalen hoch negativ miteinander.

Betrachtet man einzelne Korrelationkoeffizienten ergeben sich zudem interessante Hinweise auf weiter auszuarbeitende theoretisch wie methodische Fragestellungen:

Bezüglich der **Selbtperspektive** (linkes unteres Dreieck) zeigt sich, dass die Skalen „Kämpferisches Konfliktverhalten“ (UMK) und „anger out“ (STAXI) aufgrund der sehr hohen positiven Korrelation ( $r = .73$ ) zu einem hohen Anteil ein ähnliches Konstrukt erfassen (Selbsteinschätzung i.S.v. engagiert-impulsiv-offener Umgang mit Ärger und Konflikten). Die hohen negativen Korrelationen mit der Skala „anger control“ („Kämpferisches Konfliktverhalten“  $r = -.49$  / „anger out“  $r = -.67$ ) bzw. der verweisen darauf, dass es sich bei diesem Ärger- und Konfliktverhalten vor allem um impulsive Reaktionen handelt. Der hohe positive Zusammenhang zwischen der generellen Ärgerneigung („anger trait“) und „anger-out“ ( $r = .60$ ) bzw. „engagiertem Konfliktverhalten“ ( $r = .57$ ) zeigt sich bzgl. des Ärgers in dieser Höhe auch in den Daten zu Interkorrelationen zwischen den Ärgerskalen von Schwenkmezger, 1992, S. 21). Analog korreliert die UMK-Skala „Rückzug“ - wenn auch weniger hoch - positiv mit der STAXI-Skala „anger-in“ (Selbtsicht:  $r = .45$ ).

Auffallend – aber eher erwartungswidrig – ist, dass die Skala „problembezogenes Verhalten“ (UMK) und die Skala zur Kontrolle des Ärgers („anger control“/STAXI) in der Selbstperspektive nur vergleichsweise niedrig miteinander korrelieren ( $r = .13$ ). Mit anderen Worten: Während die Skalen „offenes Zeigen von Ärger“ und „kämpferisches Konfliktverhalten“ bzw. die Skalen „Ärgerunterdrückung“ bzw. „Rückzug bei Auseinandersetzungen“ hohe Zusammenhänge aufweisen, scheint die Kontrolle des Ärgers nur leicht mit einem problembezogenen Konfliktstil in Verbindung zu stehen ( $r = -.13$ ). Dies lässt sich dahingehend interpretieren, dass die Kontrolle von Ärger per se noch kein konstruktives Verhalten impliziert, sondern Ärgerkontrolle und problembezogenes Verhalten als nahezu unabhängige Skalen zu verstehen sind. Dies bestätigt erneut die theoretischen Überlegungen, die Kontrolle der (emotionalen) Verhaltensreaktionen im Ärger eher als übergeordnete Dimension im Zusammenhang mit dem Umgang mit Ärger und Konflikten zu konzeptualisieren.

Bezüglich der UMK-Skala „Nachgiebigkeit“ zeigt sich, dass diese vor allem mit der STAXI-Skala „anger in“ positiv zusammenhängt und entgegengesetzt der ursprünglichen Intention der Arbeitsgruppe um Gottman (1989) kaum (und negativ) mit dem – als positiv einzustufendem - problembezogenen Verhalten korreliert ( $r = -.05$ ).

Die Ergebnisse der Skaleninterkorrelation für die **Fremdperspektive** (rechtes oberes Dreieck) entsprechen im wesentlichen den Werten der Selbstsicht. Auch hier zeigt sich, dass die Skalen „Kämpferisches Konfliktverhalten“ (UMK) und „anger out“ (STAXI) sehr hoch positiv miteinander ( $r = .79$ ) korrelieren und beide in negativem Zusammenhang mit der Skala „anger control“ stehen („kämpferisches Konfliktverhalten“  $r = -.53$ ; „anger out“  $r = -.67$ ). Analog dazu hängen die UMK-Skalen „Rückzug“ und „Nachgiebigkeit“ positiv mit der „Unterdrück-

kung des Ärgers“ zusammen ( $r = .47$  bzw.  $r = .35$ ). Auch in der Fremdperspektive zeigt sich, dass sowohl das Rückzugsverhalten als auch die Unterdrückung des Ärgers (anger in) in deutlichem negativem Zusammenhang zu „problembezogenem Konfliktverhalten“ stehen („Rückzug“  $r = -.59$ ; „anger in“  $r = -.29$ ).

Auffallend bei der Fremdperspektive ist allerdings, dass die Skalen „anger control“ und „problembezogenes Konfliktverhalten“ immer noch relativ niedrig, doch im Vergleich zu Selbstperspektive deutlich höher positiv miteinander korrelieren ( $r = .26$ ). Bei der Wahrnehmung des Verhaltens einer anderen Person scheint demnach die Ärgerkontrolle enger mit problembezogenem Konfliktverhalten assoziiert zu sein als bei der Selbstwahrnehmung.

Im folgenden Kapitel 6.3 werden die einzelnen Ergebnisse zu den inhaltlichen Fragestellungen dargestellt, die unter Nutzung der hier vorgestellten Untersuchungsinstrumente gewonnen werden konnten.

### 6.3 Ergebnisse der Fragebogenstudie

Entsprechend der Strukturierung der inhaltlichen Fragestellungen und Hypothesen sind im Folgenden die Ergebnisse zu den Gruppenunterschieden bzgl. des Ärger- und Konfliktverhaltens untergliedert. Zunächst werden die Ergebnisse zu *Effekten der Paarzufriedenheit* im Zusammenhang mit der Selbst- und Fremdwahrnehmung des Ärger- und Konfliktverhaltens vorgestellt. Das daran anschließende Kapitel 6.3.2 bezieht sich auf *geschlechterbezogene Unterschiede* des Ärger- und Konfliktverhaltens (ebenfalls in Bezug auf die Selbst- und Fremdwahrnehmung). In Kapitel 6.3.3 werden die Ergebnisse zu Interaktionseffekten, in Kapitel 6.3.4 die Ergebnisse zur Übereinstimmung von Selbst- und Fremdsicht im Zusammenhang mit dem Umgang mit Ärger und Konflikten dargestellt. Abschließend werden die Ergebnisse unter Rückbezug auf die Fragestellungen und die im theoretischen Teil der Arbeit dargestellten Ansätze diskutiert (Kap. 6.4).

Da von der ursprünglichen Mediationsstichprobe keine Daten zum Ärgerausdruck (STAXI-Daten) vorlagen, wurden aufgrund unterschiedlich umfangreicher Datensätze zum „Umgang mit Konflikten“ (UMK-Fragebogen: N=318) und „Ärgerausdruck“ (STAXI-Fragebogen: N=252) die Daten der beiden Fragebögen jeweils *getrennt* mit Hilfe zweifaktorieller multivariater Varianzanalysen ausgewertet (sog. kleine „Würfellösung“; aufgrund der Interkorrelationen waren multivariate Verfahren sinnvoll; vgl. Backhaus et al., 2000; Diehl & Arbinger, 1992). Die Prüfung der Effekte für die einzelnen Skalen erfolgte mit Hilfe univariater Varianzanalysen. Für daran anschließende Einzelvergleiche zwischen den drei Gruppen unterschiedlicher Paarzufriedenheit wurde auf Prüfverfahren im Sinne multipler Vergleichstests zurückgegriffen (Bonferroni-Tests mit  $\alpha$ -Adjustierung). Die Übereinstimmungsprüfung von Selbst- und Fremdsicht erfolgte analog dem Vorgehen bei Kurdek (1994) durch Produkt-Moment-Korrelationen (Pearson). Für die statistische Auswertung wurde SPSS (Version 10) genutzt (Auswertungshinweise nach Bühl & Zöfel, 2000 und Diehl & Staufenbiel, 2001).

Als Ergebnis der zweifaktoriellen multivariaten Varianzanalyse (Faktoren: Paarzufriedenheit und Geschlechterzugehörigkeit) über alle Skalen des Fragebogens zum ***Umgang mit Konflikten (UMK)*** hinweg zeigte sich sowohl ein hoch signifikanter Haupteffekt für den Faktor Paarzufriedenheit (Wilks' Lambda = .525;  $F(16,568) = 13,507$ ;  $p \leq 0.001$ ; Eta ( $\eta^2$ ) = .276) als auch ein hoch signifikanter Haupteffekt für Geschlechterzugehörigkeit (Wilks' Lambda = .881;  $F(8,284) = 4,799$ ;  $p \leq 0.001$ ; Eta ( $\eta^2$ ) = .119). Hingegen verfehlt der Interaktionseffekt Paarzufriedenheit/Geschlecht die Signifikanzgrenze knapp (Wilks' Lambda = .914;  $F(16,568) = 0,914$ ;  $p = 0.54$ ; Eta ( $\eta^2$ ) = .044).

Auch die zweifaktorielle multivariate Varianzanalyse über die Skalen zu ***Umgang mit Ärger (STAXI)*** zeigte hoch signifikante Haupteffekte für Paarzufriedenheit (Wilks' Lambda = .808;  $F(8,224) = 6,643$ ;  $p \leq 0.001$ ; Eta ( $\eta^2$ ) = .192) und Geschlechterzugehörigkeit (Wilks' Lambda = .827;  $F(8,224) = 5,865$ ;  $p \leq 0.001$ ; Eta ( $\eta^2$ ) = .173). Der Interaktionseffekt hingegen wurde über die Ärgerskalen hinweg nicht signifikant (Wilks' Lambda = .989;  $F(8,224) = 0,301$ ;  $p = 0.965$ ; Eta ( $\eta^2$ ) = .011).

Als erstes Ergebnis lässt sich damit festhalten, dass erwartungskonform die beiden Faktoren Paarzufriedenheit und Geschlechterzugehörigkeit im Zusammenhang mit dem erfassten Ärger- und Konfliktverhalten stehen. Erwartungswidrig ließen sich hingegen keine Interaktionseffekte der beiden Faktoren nachweisen.

Verbunden mit der Prüfung dieser Overall-Signifikanzen wurden die Effekte der beiden Faktoren (Paarzufriedenheit und Geschlechterzugehörigkeit) auf die einzelnen Skalen mit Hilfe univariater Varianzanalysen genauer analysiert. Bei der Darstellung dieser spezifischeren Ergebnisse werde ich mich im Folgenden aus Übersichtlichkeitsgründen und mit dem Ziel einer hypothesennahen Darstellung an der inhaltlichen Struktur der Hypothesen orientieren und die Befunde entsprechend den Fragestellungen jeweils getrennt für die beiden Faktoren Paarzufriedenheit und Geschlechterzugehörigkeit vorstellen.

### **6.3.1 Vergleich des Ärger- und Konfliktverhaltens bei zufriedenen und unzufriedenen Paaren**

#### **6.3.1.1 Unterschiede in der Selbst- und Fremdwahrnehmung des *Konfliktverhaltens* bei zufriedenen und unzufriedenen Paaren (UMK-Fragebogen)**

##### **a) Vergleich der *Selbtsicht des Konfliktverhaltens* bei zufriedenen und unzufriedenen Paaren**

Betrachtet man zunächst die Ergebnisse zur *Selbtsicht* des Konfliktverhaltens (vgl. Tab. 16; *Selbtsicht*), zeigen sich signifikante Effekte der Paarzufriedenheitsgruppen bei allen Skalen („kämpferisches Konfliktverhalten“:  $F(2) = 8,63$ ;  $p \leq 0,001$ ; „problembezogenes Konfliktverhalten“:  $F(2) = 30,41$ ;  $p \leq 0,001$ ; „Rückzug“:  $F(2) = 20,34$ ;  $p \leq 0,001$  und „Nachgiebigkeit“:  $F(2) = 11,84$ ;  $p \leq 0,001$ ). Ein Blick auf die Mittelwerte zeigt, dass hypothesenkonform Personen aus zufriedenen Partnerschaften mehr problembezogenes Konfliktverhalten angeben als Personen aus unzufriedenen Partnerschaften, die hingegen deutlich höhere Werte bei kämpferischem Konfliktverhalten, Rückzug und Nachgiebigkeit aufweisen. Die Ergebnisse der multiplen Einzelvergleiche (Bonferroni-Tests) machen deutlich, dass sich ein signifikanter Effekt vor allem bei einem Vergleich der Extremgruppen (HPZ: Hohe Paarzufriedenheit) mit den sehr unzufriedenen Paaren (NPZ: niedrige Paarzufriedenheit) ergibt (Unterschiede bei allen Skalen hoch signifikant). Deutliche Unterschiede finden sich auch bei dem Vergleich zwischen den sehr zufriedenen (HPZ) und den belasteten Partnerschaften (MPZ: Mittlere Paarzufriedenheit: MPZ), hoch signifikant allerdings nur bei den Skalen „Rückzug“ und „problembezogenes Konfliktverhalten“, weniger deutlich bei der Skala „kämpferisches Konfliktverhalten“ (signifikant auf dem 1% Niveau). Interessanterweise und erwartungswidrig zeigen sich bei einem Vergleich der Paare mit mittlerer (MPZ) und sehr niedriger Paarzufriedenheit (NPZ) nur bei zwei Skalen (leicht) signifikante Unterschiede: Den Ergebnissen zufolge geben die Personen aus sehr unzufriedenen Partnerschaften noch mehr „Rückzug“ und „Nachgiebigkeit“ als Paare mit mittlerer Paarzufriedenheit (jeweils auf dem 5 % Niveau signifikant), jedoch zeigen sich keine Unterschiede in Bezug auf „Kämpferisches Konfliktverhalten“ und „problembezogener Konfliktstil“.

Zusammenfassend lässt sich bezüglich der Unterschiede in der Selbstsicht des Konfliktverhaltens festhalten, dass bei einem Vergleich über die Gruppen hinweg die sehr zufriedenen Partnerschaften sich deutlich von den sehr unzufriedenen Partnerschaften unterscheiden: Entsprechend der inhaltlichen Hypothesen (vgl. 6.1.1.1) geben Personen aus unzufriedenen Partnerschaften deutlich mehr „kämpferisches Konfliktverhalten“ und „Rückzugsverhalten“ an als Personen aus zufriedenen Beziehungen. Im Gegensatz dazu findet sich bei den Paaren mit hoher Paarzufriedenheit deutlich mehr „problemzentriertes Konfliktverhalten“ als bei den belasteten oder sehr unzufriedenen Paaren. Die Ergebnisse zur Skala „Nachgiebigkeit“ zeigen, dass Personen aus unzufriedenen Partnerschaften sich als deutlich nachgiebiger bei Konflikten beschreiben als zufriedene Paare; die (selbstberichtete) Nachgiebigkeit stellt also eher ein Kennzeichen unzufriedener Paare dar.

Tabelle 16: Unterschiede im Konfliktverhalten zwischen Paaren mit unterschiedlicher Paarzufriedenheit (UMK-Fragebogen; Selbst- und Fremdsicht; N=318; 159 Paare)

UMK-Skalen	Mittelwerte (Standardabweichungen in Klammer)			Zwischen- gruppen- effekt Paarzu- friedenheit (df = 2)	Einzelvergleiche <sup>a</sup> (Bonferroni) p: *≤.05; **≤.01; ***≤.001		
	Hohe Paar- zufriedenheit (N=124)	Mittlere P.- zufriedenheit (N=112)	Niedrige P.- zufriedenheit (N=82)		HPZ vs NPZ <sup>b</sup>	HPZ vs MPZ	MPZ vs NPZ
<b>Selbstsicht</b>							
Kämpferischer Konfliktstil	9,31 (3,24)	10,55 (2,70)	10,99 (2,95)	F = 8,63 p ≤ 0.001	***	**	ns
Problembez. Konfliktverhalten	16,03 (2,09)	14,00 (2,51)	13,74 (2,39)	F = 30,41 p ≤ 0.001	***	***	ns
Rückzug	8,03 (3,07)	9,64 (3,25)	11,06 (3,42)	F = 20,34 p ≤ 0.001	***	***	*
Nachgiebigkeit	9,57 (2,67)	10,54 (2,88)	11,69 (3,38)	F = 11,84 p ≤ 0.001	***	*	*
<b>Fremdsicht</b>							
Kämpferischer Konfliktstil	8,60 (3,77)	11,07 (3,54)	12,81 (3,35)	F = 32,81 p ≤ 0.001	***	***	**
Problembez. Konfliktverhalten	15,50 (2,75)	12,87 (3,16)	10,24 (2,82)	F = 75,66 p ≤ 0.001	***	***	***
Rückzug	8,23 (3,39)	10,56 (3,68)	12,01 (4,02)	F = 27,91 p ≤ 0.001	***	***	*
Nachgiebigkeit	9,13 (2,83)	9,53 (3,29)	7,98 (3,15)	F = 5,51 p ≤ 0.004	*	ns	**

Anmerkung: a) Bei den Einzelvergleichen wurde auf das Prüfverfahren für unterschiedliche Stichprobengrößen nach Bonferroni zurückgegriffen (vgl. Diehl & Staufienbiel, 2001, S. 324ff.). Bei diesem Verfahren für ungleiche Stichprobengrößen werden die *ungewichteten* Mittelwerte miteinander verglichen; außerdem wird eine Alpha-Adjustierung vorgenommen.

b) HPZ = Hohe Paarzufriedenheit; MPZ = Mittlere Paarzufriedenheit; NPZ = Niedrige Paarzufriedenheit

### b) Vergleich der *Fremdwahrnehmung des Konfliktverhaltens* bei zufriedenen und unzufriedenen Paaren

Bei den Skalen zur *Fremdsicht* (Wahrnehmung des Konfliktverhaltens der PartnerIn; Tab. 16: Fremdsicht) finden sich hypothesenkonform (vgl. 6.1.1.2) signifikante Gruppenunterschiede für die Skalen „Kämpferischer Konfliktstil“ ( $F(2) = 32,81$ ;  $p \leq 0.001$ ), „Problembezogenes

Konfliktverhalten“ ( $F(2) = 75,66; p \leq 0.001$ ) „Rückzug“ ( $F(2) = 27,9; p \leq 0.001$ ) und „Nachgiebigkeit“ ( $F(2) = 5,51; p \leq 0.004$ ). Verglichen mit den Befunden zur Selbstsicht fallen die Unterschiede bis auf die Skala „Nachgiebigkeit“ bei der Fremdsicht deutlich ausgeprägter aus (siehe F-Werte). Betrachtet man die einzelnen Mittelwerte, zeigt sich, dass über die Gruppen hinweg das Konfliktverhalten der PartnerInnen bei unzufriedenen Paaren häufiger als kämpferisch oder aber als Rückzugsverhalten wahrgenommen wird. Im Gegensatz dazu nehmen zufriedene Paare signifikant mehr problembezogenes Konfliktverhalten bei den PartnerInnen wahr als Paare mit mittlerer oder niedriger Paarzufriedenheit.

Auffallend sind auch hier die Ergebnisse der Einzelvergleiche: Signifikante Unterschiede finden sich zwischen den sehr zufriedenen (HPZ) und den belasteten (MPZ) bzw. den sehr unzufriedenen Paaren (NPZ) bei allen Skalen bis auf die wahrgenommene „Nachgiebigkeit“ (wird nur bei dem Vergleich der Extremgruppen auf dem 5% Niveau signifikant). Ein Vergleich der Paare mit mittlerer und niedriger Paarzufriedenheit zeigt ebenfalls signifikante Unterschiede; wie die Mittelwerte verdeutlichen, wird in sehr unzufriedenen Partnerschaften (NPZ) noch weniger problembezogenes Verhalten und statt dessen mehr kämpferisches Konfliktverhalten, Rückzug und Nachgiebigkeit wahrgenommen als in belasteten Partnerschaften (MPZ).

Zusammenfassend: Über die drei Gruppen mit abnehmender Paarzufriedenheit hinweg nimmt hypothesenkonform die Wahrnehmung problembezogenen Verhaltens ab, die Wahrnehmung eines kämpferischen Konfliktstils und Rückzugverhaltens bei Konflikten zu. Uneindeutig bleiben die Ergebnisse zur Skala „Nachgiebigkeit“, zu der im Vorfeld keine gerichteten Hypothesen aufgestellt wurden: Kaum Unterschiede zeigen sich zwischen der Gruppe der sehr zufriedenen Paare (HPZ) und den Paaren mit mittlerer Zufriedenheit (die sogar leicht mehr Nachgiebigkeit ihren PartnerInnen attestieren). Die sehr unzufriedenen Paare nehmen im Vergleich zu der Gruppe der Paare mit hoher und mittlerer Zufriedenheit signifikant geringere Nachgiebigkeit bei Konflikten wahr. Mit anderen Worten: Die Wahrnehmung, dass die/der PartnerIn bei Konflikten nicht nachgibt, ist ein Kennzeichen der Gruppe mit sehr unzufriedenen Paaren. In Verbindung mit der Selbstsicht (s.o.) lässt sich bezogen auf Nachgiebigkeit festhalten: In sehr unzufriedenen Partnerschaften haben die PartnerInnen den Eindruck, dass sie besonders häufig – und ihr/e PartnerIn besonders selten - bei Konflikten nachgeben.

### **6.3.1.2 Unterschiede in der Selbst- und Fremdwahrnehmung des Umgangs mit Ärger bei zufriedenen und unzufriedenen Paaren (STAXI-Skalen)**

#### **a) Unterschiede in der Selbstsicht des Umgangs mit Ärger in Abhängigkeit von der Paarzufriedenheit**

Bezüglich des *selbstbezogenen Ärgerausdrucks* (Tab. 17; Selbstsicht) wurde bei der Aufstellung der Hypothesen vermutet (vgl. Kap. 6.1), dass sich analog der postulierten Gruppenunterschiede der UMK-Skalen „kämpferisches Konfliktverhalten“ und „Rückzugsverhalten“ auch Effekte der Partnerschaftszufriedenheit in Bezug auf die Skalen „anger out“ und „anger in“ (in vergleichbarer Richtung) finden lassen. Diese Überlegungen konnten jedoch nur z.T. bestätigt werden: Zwar zeigen sich hochsignifikante Unterschiede bei der Skala „anger in“ ( $F(2) = 8,76, p \leq 0.001$ ), doch verfehlten die Unterschiede bei der Skala „anger out“ die Signifikanzgrenze deutlich ( $F(2) = 1,87; p = 0.156$ ). Mit Blick auf die Einzelvergleiche

zeigt sich zudem, dass sich nur sehr zufriedene Paare von den Paaren mit mittlerer und niedriger Paarzufriedenheit unterscheiden, sich jedoch keine signifikanten Ergebnisse zwischen den beiden letztgenannten Gruppen ergeben. Erwartungswidrig und im Gegensatz zu vergleichbaren Untersuchungen (vgl. Bodenmann, 1995, S. 123) zeigen sich auch keine signifikanten Unterschiede in der selbstberichteten Ärgerkontrolle („anger control“;  $F(2) = 0.06$ ;  $p = 0.939$ ): Zufriedene wie unzufriedene Paare gehen in nahezu gleichem Ausmaß davon aus, dass sie ihr Ärgerverhalten kontrollieren (können). Erwartungskonform zeigen sich keine Unterschiede in der grundsätzlichen Ärgerneigung („anger trait“ ( $F(2) = 0.127$ ;  $p = 0.283$ ) zwischen zufriedenen und unzufriedenen Paaren (dies wiederum stimmt mit den Befunden von Bodenmann, 1995, S. 123 überein).

Zusammenfassend stellt damit lediglich die subjektive Einschätzung, seinen Ärger sehr häufig zu unterdrücken, ein Differenzierungsmerkmal zwischen zufriedenen und unzufriedenen Paaren in der Selbstbeschreibung dar. Die Vergleiche der Selbstsicht-Skalen zu Ärgerneigung, Ärgerkontrolle sowie des impulsiven Zeigens des Ärger erweisen sich als nicht signifikant.

Tabelle 17: Unterschiede im Ärgerausdruck zwischen Paaren mit unterschiedlicher Paarzufriedenheit (STAXI-Fragebogen; Selbst- und Fremdsicht;  $N=252$ ; 126 Paare)

UMK-Skalen	Mittelwerte (Standardabweichungen in Klammer)			Zwischen- gruppen- effekt Paarzu- friedenheit (df = 2)	Einzelvergleiche <sup>a</sup> (Bonferroni) p: * $\leq$ .05; ** $\leq$ .01; *** $\leq$ .001		
	Hohe Paar- zufriedenheit (N=124)	Mittlere P.- zufriedenheit (N=94)	Niedrige P.- zufriedenheit (N=34)		HPZ vs NPZ <sup>b</sup>	HPZ vs MPZ	MPZ vs NPZ
<b>Selbtsicht</b>							
anger out	9,02 (3,11)	9,81 (2,93)	9,45 (2,62)	$F = 1,87$ $p = 0.156$	ns	ns	ns
anger in	9,72 (3,13)	11,20 (3,25)	11,88 (3,80)	$F = 8,76$ $p \leq 0.001$	**	**	ns
anger control	13,24 (3,29)	13,21 (3,26)	13,42 (3,10)	$F = 0,06$ $p = 0.939$	ns	ns	ns
anger trait	20,88 (4,74)	21,88 (4,28)	21,33 (3,85)	$F = 1,27$ $p = 0.283$	ns	ns	ns
<b>Fremdsicht</b>							
anger out	8,34 (2,96)	10,06 (3,39)	10,42 (3,38)	$F = 9,77$ $p \leq 0.001$	***	***	ns
anger in	10,26 (3,13)	11,18 (3,25)	10,88 (3,52)	$F = 2,31$ $p = 0.102$	ns	ns	ns
anger control	13,53 (3,52)	12,47 (3,29)	11,18 (3,66)	$F = 6,70$ $p \leq 0.001$	***	ns	ns
anger trait	19,68 (4,70)	22,59 (5,38)	24,33 (6,14)	$F = 14,26$ $p \leq 0.001$	***	***	ns

Anmerkung: a) Bei den Einzelvergleichen wurde auf das Prüfverfahren für unterschiedliche Stichprobengrößen nach Bonferroni zurückgegriffen (vgl. Diehl & Staufenbiel, 2001, S. 324ff.). Bei diesem Verfahren für ungleiche Stichprobengrößen werden die ungewichteten Mittelwerte miteinander verglichen; außerdem wird eine Alpha-Adjustierung vorgenommen.

b) HPZ = Hohe Paarzufriedenheit; MPZ = Mittlere Paarzufriedenheit; NPZ = Niedrige Paarzufriedenheit

### **b) Unterschiede bei der *Fremdsicht* des Ärgerausdrucks (STAXI-Skalen) in Abhängigkeit von der Paarzufriedenheit**

Mit Blick auf die *Wahrnehmung des Ärgerausdrucks der PartnerInnen* (vgl. Tab.17: Fremdsicht) zeigen sich hoch signifikante Unterschiede zwischen den Gruppen in Bezug auf die Skalen „anger out“ ( $F(2) = 9,77; p \leq 0.001$ ), „anger control“ ( $F(2) = 6,70; p \leq 0.001$ ) und „anger trait“ ( $F(2) = 14,26; p \leq 0.001$ ). Nicht signifikant sind die Ergebnisse für die Unterschiede bei der Skala „anger in“ ( $F(2) = 2,31; p = 0,102$ ). Die Einzelvergleiche ergeben, dass sich signifikante Unterschiede vor allem bei einem Vergleich der Extremgruppen zeigen (Paare mit hoher vs. sehr niedriger Paarzufriedenheit). Bei einem Vergleich der sehr zufriedenen (HPZ) mit den belasteten Paaren (MPZ) zeigen sich überzufällige Unterschiede nur bei der Wahrnehmung der Ärgerneigung (anger trait) und des impulsiv zum Ausdruck gebrachten Ärgers (anger out), wohingegen sich keine deutlichen Unterschiede hinsichtlich der wahrgenommenen Ärgerkontrolle (anger control) finden. Ein Vergleich der belasteten und sehr unzufriedenen Partnerschaften zeigt keinerlei signifikante Unterschiede.

Betrachtet man abschließend die Befunde zur Selbst- und Fremdsicht gemeinsam, fallen interessante Unterschiede in Bezug auf die Einschätzung des Ärgerausdrucks auf: Während in der Selbstperspektive die Ärgerunterdrückung das einzige signifikante Unterscheidungsmerkmal zwischen zufriedenen und unzufriedenen Paaren darstellt, drehen sich in der Fremdwahrnehmung die Ergebnisse um. Bei der Fremdwahrnehmung stellt die Ärgerunterdrückung kein Differenzierungsmerkmal dar, statt dessen erweist sich die Wahrnehmung ausgeprägter Ärgerneigung (anger trait), impulsiv zum Ausdruck gebrachten Ärgers (anger out) sowie geringe Kontrolle des Ärgers (anger control) als Unterscheidungsmerkmal zufriedener von (sehr) unzufriedenen Paaren. Mit anderen Worten: Personen in unzufriedenen Partnerschaften beschreiben sich selbst als ärgerunterdrückender als Personen in zufriedenen Partnerschaften, nehmen jedoch den Ärgerausdruck ihrer PartnerInnen als impulsiver und weniger kontrolliert wahr als die zufriedenen Paare.

#### **6.3.1.3 Zusammenfassung der Ergebnisse zu Unterschieden des Ärger- und Konfliktverhaltens bei zufriedenen und unzufriedenen Paaren**

Betrachtet man die Befunde zum Ärger- und Konfliktverhalten entsprechend der Struktur der inhaltlichen Hypothesen (Kap. 6.1) und unter Berücksichtigung der *Wahrnehmungsperspektive*, lassen sich folgende Ergebnisse festhalten:

Die Hypothesen (vgl. 6.1.1.1) in Bezug auf die *Selbtsicht des Ärger- und Konfliktverhaltens* konnten nur teilweise bestätigt werden. Bei der Selbstsicht des *Konfliktverhaltens* zeigte sich hypothesenkonform ein signifikanter Haupteffekt der Paarzufriedenheit: zufriedene Paare (HPZ) geben mehr problembezogenes Konfliktverhalten, belastete (MPZ) und unzufriedene Paare (NPZ) hingegen mehr kämpferisches Konfliktverhalten sowie mehr Rückzug und Nachgiebigkeit an. Bei einem Vergleich der sehr zufriedenen (HPZ) mit den belasteten und unzufriedenen Paaren (MPZ/NPZ) fallen die Ergebnisse sehr deutlich aus. Bei einem Vergleich der belasteten (MPZ) mit den sehr unzufriedenen Paaren (NPZ) müssen die Ergebnisse etwas differenzierter betrachtet werden. Entsprechend den Hypothesen erweist sich das ver-



mehrte Rückzugsverhalten sowie ausgeprägte Nachgiebigkeit als Differenzierungsmerkmal zwischen den sehr unzufriedenen und den belasteten Paaren. Erwartungswidrig hingegen unterschieden sich diese Gruppen nicht in der Ausprägung des angegebenen kämpferischen oder problembezogenen Konfliktstils. Dieser Befund lässt sich dahingehend interpretieren, dass sich belastete und sehr unzufriedene Paare lediglich im Grad des Rückzugs sowie (resignativer) Nachgiebigkeit unterscheiden.

Bezogen auf die Selbstsicht des *Ärgerausdrucks* fanden sich hypothesenkonform signifikante Effekte bei der Ärgerunterdrückung: Sehr zufriedene Paare (HPZ) geben deutlich weniger Ärgerunterdrückung an als belastete (MPZ) und unzufriedene Paare (NPZ). In Verbindung mit den Befunden zu Rückzug und Nachgiebigkeit kann dies als Hinweis auf die negative Bedeutung der Vermeidung konflikthafter Auseinandersetzungen im Zusammenhang mit der Paarzufriedenheit interpretiert werden. Erwartungswidrig konnten die postulierten Unterschiede bei den anderen Formen des Ärgerausdrucks jedoch nicht gefunden werden. Dies ist verwunderlich, da die hohen Interkorrelationen zu inhaltlich vergleichbaren Skalen des Fragebogens zum Konfliktverhalten (UMK) nahelegen (vgl. Kap. 6.2), dass sich auch beim Ärgerausdruck deutliche Unterschiede zwischen den Stichproben finden lassen. Als Erklärung bietet sich an, dass mit den Ärgerausdrucksskalen sehr globale Dimensionen des Ärgerverhaltens erhoben werden, bei deren Ausprägung sich zufriedene und unzufriedene Personen nur unwesentlich unterscheiden. Die UMK-Skalen beziehen sich hingegen auf ganz konkrete Verhaltensweisen, die zwar mit den globalen Dimensionen eng zusammenhängen, jedoch wesentlich präziser spezifische Konfliktstile erfassen. Diese Interpretation steht inhaltlich im Einklang mit Befunden der Partnerschaftskonfliktforschung, denen zufriedene und unzufriedene Paare sich in *spezifischen* Formen des Konfliktverhaltens unterscheiden (z.B. Gottman, 1994; Hahlweg, 1986)

Bezüglich der *Fremdwahrnehmung des Ärger- und Konfliktverhaltens* konnten die aufgestellten Hypothesen (vgl. 6.1.1.2) zumeist bestätigt werden:

Bei der Analyse der Daten zum *wahrgenommenen Konfliktverhalten* zeigt sich hypothesenkonform, dass analog der Beschreibung des eigenen Verhaltens zufriedene Paare (HPZ) bei ihren PartnerInnen mehr problembezogenes Konfliktverhalten, belastete und unzufriedene Paare (MPZ/NPZ) hingegen mehr kämpferisches Konfliktverhalten sowie mehr Rückzug bei ihren PartnerInnen wahrnehmen. Dieser Befund setzt sich auch bei einem Vergleich der belasteten und sehr unzufriedenen Paare fort: Unzufriedene Paare (NPZ) nehmen im Vergleich zu den anderen Gruppen noch weniger problembezogenes Konfliktverhalten bei ihren PartnerInnen wahr und interpretieren das wahrgenommene Verhalten besonders häufig als kämpferisch.

Etwas differenzierter sind die Befunde zur *Wahrnehmung des Ärgerausdrucks* zu betrachten: Zunächst fällt der erwartungswidrige Befund auf, dass sich in Bezug auf die Unterdrückung des Ärgers keine signifikanten Unterschiede zwischen den Gruppen findet (was mit grundsätzlichen Problemen bei der Wahrnehmung zusammenhängen kann). Hingegen zeigen sich einige erwartungskonforme Unterschiede bei den anderen Skalen, deutlich vor allem bei einem Vergleich der Extremgruppen (HPZ/NPZ): Bei den unzufriedenen Paaren wird den PartnerInnen nicht nur grundsätzlich mehr Ärgerlichkeit (anger trait) attestiert, sondern auch mehr

offen-impulsives Ärgerverhalten und weniger kontrollierter Ärgerausdruck als bei den zufriedenen Paaren. Entgegen den Hypothesen unterscheiden sich sehr zufriedene Paare (HPZ) nicht in der wahrgenommenen Ärgerkontrolle von belasteten Paaren (MPZ). Ein Vergleich der belasteten (MPZ) und sehr unzufriedenen Paaren (NPZ) bezüglich des wahrgenommenen Umgangs mit Ärger zeigt keine bedeutsamen Unterschiede.

In Bezug auf die Paarzufriedenheit lässt sich festhalten, dass die Ergebnisse deutlich die Relevanz unterschiedlichen Ärger- und Konfliktverhalten als Indikatoren für die unterschiedliche Zufriedenheit von Paaren unterstreichen. Bezogen auf das Konfliktverhalten bestätigen die Ergebnisse die Befunde der Partnerschaftskonfliktforschung, dass es darauf ankommt, *wie* man seine Konflikte zu lösen versucht. Bezogen auf den Ärger zeigte sich, dass die Wahrnehmung ausgeprägter eigener Ärgerunterdrückung sowie die Wahrnehmung ausgeprägter Ärgerneigung (anger trait) sowie unkontrollierten, impulsiven Ärgerausdrucks bei dem/der Partner/in ein Merkmal unzufriedener Paare darstellt. Bei einem Vergleich der Ergebnisse der beiden Verfahren ist auffallend, dass die Skalen des UMK-Fragebogens zum Konfliktverhalten deutlichere Unterschiede zu Tage brachten als die relativ unspezifischen Skalen des STAXI-Fragebogens zum Ärgerausdruck. Die unterschiedlichen Ergebnisse lassen sich – zumal unter Berücksichtigung der Korrelationen der Verfahren – als Hinweis darauf verstehen, dass zwar mit den beiden Fragebögen vergleichbare Konstrukte erfasst wurden, jedoch der Abstraktionsgrad für die identifizierten Unterschiede maßgeblich ist (zur weiteren Diskussion vgl. Kap. 6.4.).

### **6.3.2 Vergleich des Ärger- und Konfliktverhaltens bei Frauen und Männern**

Die Analyse der Geschlechterunterschiede erfolgte – aufgrund der Berücksichtigung möglicher Interaktionseffekte - gemeinsam mit den Auswertung der Gruppenunterschiede zur Paarzufriedenheit. Da dem Vergleich der geschlechterbezogenen Daten genaugenommen abhängige und damit gepaarte Stichproben zugrundeliegen (vgl. Bortz, 1984, S. 169), wurden zur Kontrolle der Abhängigkeit zusätzlich Varianzanalysen für abhängige Gruppen berechnet (vgl. Bühl & Zöfel, 2000, S. 414ff.). Die Ergebnisse unterscheiden sich jedoch nur geringfügig, weshalb im Folgenden zur besseren Vergleichbarkeit und aus Ökonomiegründen die Ergebnisse der multivariaten Varianzanalysen ohne Berücksichtigung der Abhängigkeit der Gruppen dargestellt werden. Zur besseren Vergleichbarkeit wurden in den Ergebnistabellen zudem gleich die Ergebnisse der Interaktionseffekte mitaufgenommen.

#### **6.3.2.1 Ergebnisse zu Geschlechterunterschieden bei der Selbst- und Fremdwahrnehmung des Konfliktverhaltens (UMK-Fragebogen)**

##### **a) Geschlechterunterschiede bei der *Selbtsicht des Konfliktverhaltens***

Die Ergebnisse der univariaten Varianzanalysen zu Unterschieden zwischen Frauen und Männer in der *Selbtsicht des Konfliktverhaltens* (vgl. Tab. 18; *Selbtsicht*) zeigen signifikante Geschlechtereffekte bei den Skalen „Kämpferischer Konfliktstil“ ( $F(1) = 4,34$ ;  $p = 0,04$ ), „Rückzug“ ( $F(1) = 5,84$ ;  $p = 0,016$ ) und „Nachgiebigkeit“ ( $F(1) = 7,24$ ;  $p = 0,008$ ). Ein

Blick auf die Mittelwerte ergibt (Tabelle 19; Selbstsicht), dass hypothesenkonform von den befragten Frauen mehr kämpferisches Konfliktverhalten angegeben wird, Männer hingegen sich selbst als nachgiebiger bei Konflikten beschreiben und nach eigenen Angaben mehr Rückzugsverhalten zum Ausdruck bringen. Wie erwartet zeigen sich keine signifikanten Geschlechtereffekte in Bezug auf das problembezogene Konfliktverhalten, das von Männern und Frauen über alle Gruppen hinweg als besonders häufig gezeigtes Verhalten angegeben wird (vgl. Mittelwerte).

Tabelle 18: Geschlechterunterschiede in Bezug auf das Konfliktverhalten (UMK-Fragebogen; Selbst- und Fremdsicht; N=318)

UMK-Skalen	Mittelwerte <sup>a</sup> (Standardabweichungen in Klammer)						Zwischen- gruppen- effekte Paarzu- friedenheit (df = 2)	Zwischen- gruppen- effekte <sup>b</sup> Geschlecht (df = 1)	Inter- aktions- effekte <sup>c</sup> Paarzuf./ Geschlecht (df = 2)
	Hohe Paar- zufriedenheit (62 Paare)		Mittlere P.- zufriedenheit (56 Paare)		Niedrige P.- zufriedenheit (41 Paare)				
Männer/Frauen	M (N=62)	F (N=62)	M (N=56)	F (N=56)	M (N=41)	F (N=41)			
<b>Selbstsicht</b>									
Kämpferischer Konfliktstil	9,27 (3,26)	9,41 (3,27)	10,05 (2,65)	11,11 (2,67)	10,49 (3,06)	11,56 (2,94)	F = 8,63 p ≤ 0,001	F = 4,34 p = 0,04	F = 0,96 p = 0,38
	9,34 (3,24)		10,58 (2,67)		11,01 (3,03)		***	*	ns
Rückzug	8,23 (2,62)	7,85 (3,45)	10,38 (3,14)	9,09 (3,15)	11,68 (3,21)	10,52 (3,71)	F = 20,34 p ≤ 0,001	F = 5,84 p = 0,016	F = 0,58 p = 0,56
	8,04 (3,06)		9,73 (3,20)		11,12 (3,49)		***	*	ns
Problembez. Konfliktverhalten	15,83 (2,03)	16,25 (2,13)	13,75 (2,35)	14,14 (2,57)	13,51 (2,14)	13,72 (2,71)	F = 30,40 p ≤ 0,001	F = 2,28 p = 0,13	F = 0,002 p = 0,99
	16,04 (2,08)		13,95 (2,46)		13,62 (2,42)		***	ns	ns
Nachgiebigkeit	9,75 (2,36)	9,31 (2,99)	11,34 (2,27)	9,84 (3,20)	12,19 (2,91)	10,97 (3,81)	F = 11,84 p ≤ 0,001	F = 7,24 p = 0,008	F = 0,97 p = 0,38
	9,53 (2,69)		10,58 (2,87)		11,59 (3,42)		***	**	ns
<b>Fremdsicht</b>									
Kämpferischer Konfliktstil	8,56 (3,62)	8,61 (3,86)	11,65 (3,58)	10,45 (3,33)	12,92 (3,28)	12,62 (3,71)	F = 32,81 p ≤ 0,001	F = 0,92 p = 0,343	F = 1,15 p = 0,317
	8,59 (3,72)		11,05 (3,50)		12,77 (3,48)		***	ns	ns
Rückzug	7,44 (3,01)	8,98 (3,52)	9,53 (3,60)	11,55 (3,51)	10,97 (3,48)	13,21 (4,31)	F = 27,91 p ≤ 0,001	F = 19,81 p ≤ 0,001	F = 0,19 p = 0,823
	8,20 (3,35)		10,54 (3,68)		12,09 (4,05)		***	***	ns
Problembez. Konfliktverhalten	15,60 (2,54)	15,53 (2,92)	13,71 (2,81)	11,82 (3,32)	10,16 (2,67)	10,32 (2,91)	F = 75,66 p ≤ 0,001	F = 3,46 p = 0,64	F = 3,63 p = 0,028
	15,51 (2,72)		12,76 (3,21)		10,24 (2,77)		***	ns	*
Nachgiebigkeit	9,82 (2,42)	8,51 (3,05)	9,02 (2,95)	10,04 (3,55)	7,43 (2,70)	8,54 (3,66)	F = 5,51 p ≤ 0,004	F = 0,17 p = 0,685	F = 4,89 p = 0,008
	9,17 (2,95)		9,53 (3,29)		7,99 (3,24)		**	ns	**

Anmerkung: a) Bei den Mittelwerten wurden zur Vergleichbarkeit auch die gemeinsamen Mittelwerte unter den Mann/Frau-Mittelwerten notiert

b) Zur Kennzeichnung der hier relevanten Geschlechtereffekte ist die Spalte grau unterlegt

c) Die Interaktionseffekte werden in Kapitel 6.3.3 besprochen

### b) Geschlechterunterschiede bei der *Fremdwahrnehmung des Konfliktverhalten*

Bei der *Fremdsicht auf das Konfliktverhalten* (Wahrnehmung des Konfliktverhaltens der Partner/in) zeigt sich lediglich ein hoch signifikanter Effekt in Bezug auf das Konfliktverhalten (vgl. Tabelle 18; Fremdsicht): Die befragten Frauen nehmen hypothesenkonform bei

Konflikten mehr „Rückzugsverhalten“ bei ihrem Partner wahr als dies vice versa der Fall ist ( $F(1) = 19,81$ ,  $p \leq 0.001$ ). Interessanterweise zeigen sich im Gegensatz zur Selbstsicht keine signifikanten Unterschiede bei der Wahrnehmung des „kämpferischen Konfliktverhaltens“ ( $F(1) = 9,02$ ,  $p \leq 0.343$ ) und bei der „Nachgiebigkeit“ ( $F(1) = 0,17$ ,  $p \leq 0.685$ ). Bei einem Vergleich der absoluten Werte bei Selbst- und Fremdsicht bei diesen beiden Skalen zeigt sich als mögliche Erklärung, dass vor allem die unzufriedenen Frauen ihren Partnern deutlich mehr kämpferisches Konfliktverhalten und weniger Nachgiebigkeit attestieren als diese es von sich selbst behaupten (zu Übereinstimmung von Selbst- und Fremdsicht in Abhängigkeit von der Paarzufriedenheit s.o. Kap. 3.3.1.3). Erwartungskonform finden sich keine Geschlechterunterschiede bei der Skala „problembezogener Konfliktstil“ ( $F(1) = 3,46$ ,  $p \leq 0.64$ ).

### 6.3.2.2 Ergebnisse zu Geschlechterunterschieden bei der Selbst- und Fremdwahrnehmung des Umgangs mit Ärger (STAXI-Skalen)

#### a) Geschlechterunterschiede bei der Selbstsicht des Ärgerausdrucks

Bei der *Selbstsicht des Ärgerausdrucks* (vgl. Tab. 19; Selbstsicht) ergeben sich im Vergleich zu den UMK-Skalen noch deutlichere Unterschiede zwischen Frauen und Männern. Den Ergebnissen zufolge sind Frauen in der Selbstperspektive signifikant ärgerlicher („anger trait“; ( $F(1) = 4,24$ ;  $p = 0,04$ ) und zeigen signifikant häufiger ihren Ärger („anger out“; ( $F(1) = 8,14$ ;  $p = 0,005$ ) als die befragten Männer. Im Gegensatz dazu neigen die Männer nach eigenen Angaben signifikant häufiger zu Ärgerkontrolle und Ärgerunterdrückung als die befragten Frauen („anger control“; ( $F(1) = 9,70$ ;  $p = 0,002$ ; „anger in“; ( $F(1) = 13,20$ ;  $p \leq 0,001$ ).

Diese deutlichen Ergebnisse widersprechen einerseits den Befunden der (kontext-)unabhängigen Ärgerforschung, entsprechen jedoch den Ergebnissen der Konfliktforschung sowie den aufgestellten Hypothesen.

Tabelle 19: Geschlechterunterschiede des berichteten Ärgerverhaltens (STAXI-Fragebogen; Selbst- und Fremdsicht;  $N=252$ ; 126 Paare)

STAXI-Skalen	Mittelwerte <sup>a</sup> (Standardabweichungen in Klammer)						Zwischen- gruppen- effekte Paarzu- friedenheit (df = 2)	Zwischen- gruppen- effekte <sup>b</sup> Geschlecht (df = 1)	Inter- aktions- effekte <sup>c</sup> Paarzuf./ Geschlecht (df = 2)
	Hohe Paar- zufriedenheit (62 Paare)		Mittlere P.- zufriedenheit (47 Paare)		Niedrige P.- zufriedenheit (17 Paare)				
	M (N=62)	F (N=62)	M (N=47)	F (N=47)	M (N=17)	F (N=17)			
<b>Selbstsicht</b>									
anger out	8,32 (2,92)	9,75 (3,16)	9,09 (2,78)	10,59 (2,92)	9,06 (3,38)	9,88 (1,45)	F = 1,88 p = 0.156 ns	F = 8,14 p = 0,005 **	F = 0,18 p = 0,839 ns
	9,02 (3,11)		9,81 (2,93)		9,45 (2,62)				
anger in	10,42 (3,09)	8,98 (3,02)	12,57 (2,53)	9,73 (3,33)	12,29 (3,35)	11,44 (4,29)	F = 8,78 p ≤ 0.001 ***	F = 13,20 p ≤ 0.001 ***	F = 1,72 p = 0,181 ns
	9,72 (3,13)		11,20 (3,25)		11,88 (3,80)				
anger control	13,85 (3,19)	12,60 (3,30)	14,18 (3,07)	12,17 (3,16)	14,00 (3,64)	12,81 (2,37)	F = 0,63 p = 0.929 ns	F = 9,70 p = 0,002 **	F = 0,40 p = 0,670 ns
	13,24 (3,29)		13,2164 (3,26)		13,42 (3,10)				
anger trait	20,13 (5,04)	21,67 (4,32)	21,20 (4,16)	22,61 (4,34)	20,76 (4,63)	21,96 (2,81)	F = 1,27 p = 0.283 ns	F = 4,24 p = 0,041 *	F = 0,22 p = 0,978 ns
	20,88 (4,74)		21,88 (4,28)		21,33 (3,85)				

(Anmerkung siehe Fortsetzung der Tabelle)

Tabelle 19 (Fortsetzung): Geschlechterunterschiede des berichteten Ärgerverhaltens (STAXI-Fragebogen; Selbst- und Fremdsicht; N=252; 126 Paare)

STAXI-Skalen	Mittelwerte <sup>a</sup> (Standardabweichungen in Klammer)						Zwischen- gruppen- effekte Paarzu- friedenheit (df = 2)	Zwischen- gruppen- effekte <sup>b</sup> Geschlecht (df = 1)	Inter- aktions- effekte <sup>c</sup> Paarzuf./ Geschlecht (df = 2)
	Hohe Paar- zufriedenheit (62 Paare)		Mittlere P.- zufriedenheit (47 Paare)		Niedrige P.- zufriedenheit (17 Paare)				
Männer/Frauen	M (N=62)	F (N=62)	M (N=47)	F (N=47)	M (N=17)	F (N=17)			
<i>Fremdsicht</i>									
anger out	8,63 (3,14)	8,04 (2,76)	10,70 (3,61)	9,37 (3,01)	10,29 (3,00)	10,56 (3,84)	F = 9,77 p ≤ 0.001	F = 0,18 p = 0,243	F = 0,83 p = 0,439
	8,34 (2,96)		10,06 (3,39)		10,42 (3,38)		***	ns	ns
anger in	9,32 (2,67)	11,25 (3,29)	10,20 (2,87)	12,22 (3,34)	10,00 (3,26)	11,81 (3,64)	F = 2,31 p = 0.102	F = 17,07 p ≤ 0.001	F = 0,01 p = 0,987
	10,26 (3,13)		11,18 (3,25)		10,88 (3,52)		ns	***	ns
anger control	12,90 (3,30)	14,19 (3,65)	11,91 (3,01)	13,07 (3,51)	10,47 (3,37)	11,94 (3,90)	F = 6,70 p ≤ 0.001	F = 6,48 p = 0.012	F = 0,02 p = 0,976
	13,53 (3,52)		12,47 (3,29)		11,18 (3,66)		***	*	ns
anger trait	20,23 (4,73)	19,09 (4,63)	19,67 (4,70)	23,52 (5,42)	23,536 (3,76)	25,19 (7,98)	F = 14,26 p ≤ 0.001	F = 0,38 p = 0,539	F = 1,46 p = 0,234
	19,68 (4,70)		22,59 (5,38)		24,33 (6,14)		**	ns	ns

Anmerkung: a) Bei den Mittelwerten wurden zur Vergleichbarkeit auch die gemeinsamen Mittelwerte unter den Mann/Frau-Mittelwerten notiert

b) Zur Kennzeichnung der hier relevanten Geschlechtereffekte ist die Spalte grau unterlegt

c) Zu Interaktionseffekten vgl. Kapitel 6.3.3

### b) Geschlechterunterschiede bei der *Fremdwahrnehmung des Ärgerausdrucks*

Bezüglich der gegenseitigen *Wahrnehmung des Ärgerausdrucks* (Tab. 19, Fortsetzung; Fremdsicht) finden sich signifikante Unterschiede zwischen den Geschlechtern für die Skala Ärgerunterdrückung („anger in“;  $F(1) = 17,07$ ;  $p \leq 0,001$ ) sowie – weniger deutlich ausgeprägt – bei der Kontrolle des Ärgers („anger control“;  $F(1) = 6,48$ ;  $p = 0,012$ ). Die Mittelwerte zeigen, dass Frauen im Vergleich zu den Männern deutlich mehr Ärgerunterdrückung und etwas mehr Ärgerkontrolle wahrnehmen als dies bei ihren Partnern der Fall ist. Nicht signifikant werden die Unterschiede bei Skalen „anger out“; ( $F(1) = 0,18$ ;  $p = 0,243$ ) sowie „anger trait“; ( $F(1) = 0,38$ ;  $p = 0,539$ ).

#### 6.3.2.3 Zusammenfassung der Befunde zu Geschlechterunterschieden

Die Ergebnisse zu Geschlechtereffekten entsprechen den bisherigen Befunden der Partnerschaftsforschung zu Konfliktverhalten und geben wichtige empirische Hinweise zu den angestellten Überlegungen zu kontextspezifischem Ärgerverhalten:

Hypothesenkonform (vgl. 6.1.2.1) zeigen die Daten zu *selbstbezogenem Konfliktverhalten*, dass Frauen mehr offenes Konfliktverhalten bei Partnerschaftskonflikten angeben als Männer, die im Vergleich zu den Frauen (nach eigenen Angaben) deutlich mehr Rückzugsverhalten und Nachgiebigkeit zeigen.

In vergleichbarer Weise finden sich diese Unterschiede auch bei den Ergebnissen zum *selbstbezogenen Ärgerausdruck*: In erwarteter Richtung geben die Frauen signifikant mehr offen-impulsives Ärgerverhalten an und beschreiben sich generell als ärgerlicher („anger trait“) im

Vergleich zu den Männern: Die Männer geben nach eigenen Angaben hingegen mehr Ärgerkontrolle und Ärgerunterdrückung an.

Bezüglich der *Fremdperspektive* bestätigen die Ergebnisse die Hypothesen (6.1.2.2) nur teilweise: Bezogen auf die *Wahrnehmung des Konfliktverhaltens* der PartnerInnen zeigt sich entsprechend den Hypothesen, dass in der Fremdperspektive die Frauen im Vergleich zu Männern mehr Rückzugsverhalten ihrer Partner wahrnehmen und sich keine Unterschiede in der Häufigkeit des wahrgenommenen problembezogenen Konfliktverhaltens ergeben. Nicht bestätigen lassen sich hingegen die postulierten Unterschiede bei kämpferischem Konfliktverhalten: Männer nehmen im Vergleich zu den Frauen nicht mehr kämpferisches Konfliktverhalten bei ihren Partnerinnen wahr.

Bezüglich des *wahrgenommenen Ärgerausdrucks* der PartnerInnen zeigen sich vergleichbare Befunde: Frauen nehmen im Vergleich zu den Männern sowohl mehr Ärgerkontrolle als auch insbesondere mehr Ärgerunterdrückung wahr als die Männer bei ihrer Partnerin. Entgegen der ursprünglichen Vermutungen unterscheiden sich Frauen und Männer jedoch nicht in der Ausprägung des wahrgenommenen impulsiven Ärgerverhaltens (anger out). Bezüglich der generellen Ärgerneigung fanden sich keine signifikanten Geschlechterunterschiede.

Zusammenfassend zeigen die Ergebnisse sowohl der Selbst- als auch der Fremdperspektive z.T. deutliche Geschlechterunterschiede: In der *Selbstperspektive* berichteten die Frauen der untersuchten Stichproben deutlich mehr engagiertes Ärger- und Konfliktverhalten als die befragten Männer, die hingegen deutlich mehr Ärgerkontrolle und Rückzugsverhalten angaben als die befragten Frauen. Damit stehen diese Befunde zu geschlechertypischem Ärgerausdruck in Paarbeziehungen einerseits im plausiblen Einklang mit den Ergebnissen zum geschlechertypischem Konfliktverhalten in Paarbeziehungen, andererseits stehen sie im Widerspruch zu Befunden der allgemeinspsychologischen und kontextunabhängigen Ärgerforschung und bestätigen die in Kap. 5 angestellten theoretischen Überlegungen, dass Ergebnisse zu Geschlechterunterschieden hinsichtlich Ärger und Ärgerausdruck sich eventuell nur unter Berücksichtigung des situationalen Kontextes (hier der Paarbeziehung) finden lassen.

Die Ergebnisse zur *Fremdperspektive* stehen damit nur teilweise im Einklang: Lediglich in Bezug auf defensives Ärger- und Konfliktverhalten zeigen sich deutliche Geschlechterunterschiede; Frauen nehmen im Vergleich zu den Männern signifikant mehr Ärgerunterdrückung und Rückzugsverhalten wahr, es finden sich jedoch keine Unterschiede in Bezug auf impulsiv-kämpferisches Ärger- und Konfliktverhalten. Offen bleiben muss bei diesen Befunden, inwiefern durch die Erhebung der *subjektiven* Perspektiven (Selbst- und Fremdsicht) „lediglich“ Rollenstereotype erfasst wurden, die mit dem objektiv beobachtbaren Verhalten wenig zu tun haben müssen. Zu beachten ist jedoch, dass diese Befunde auch im Einklang mit objektiven Beobachtungsdaten anderer Untersuchungen stehen (vgl. Kapitel 2.1 und 4.4).

### 6.3.3 Interaktionseffekte von Geschlechterzugehörigkeit und Paarzufriedenheit auf das Ärger- und Konfliktverhalten

Wie in Kapitel 5 und den Fragestellungen in Kapitel 6.1. vermutet, könnten (auch) Interaktionseffekte zwischen Partnerschaftszufriedenheit und Geschlecht Gründe für die in der Literatur divergierenden Ergebnisse bzgl. des Ärger und Konfliktverhaltens in Paarbeziehungen sein, die in empirischen Untersuchungen außerhalb der Partnerschaftsforschung jedoch meist nicht berücksichtigt wurden. Die eingangs (Kap. 6.3) dargestellten Überblicksergebnisse ergaben jedoch, dass bei den zweifaktoriellen multivariaten Varianzanalysen über die Fragebögen hinweg sich keine signifikanten Interaktionseffekte zwischen Paarzufriedenheit und Geschlechterzugehörigkeit auf das Ärger und Konfliktverhalten zeigten. Auffallend war allerdings, dass beim Fragebogen zum „Umgang mit Konflikten“ (UMK) der Interaktionseffekt nur knapp die Signifikanzgrenze verfehlte (Wilks' Lambda = .914;  $F(16,568) = 0,914$ ;  $p = 0,54$ ;  $\eta^2 = .044$ ). Unter heuristischer Perspektive wurden daher die Interaktionseffekte des UMK-Fragebogens für die einzelnen Skalen genauer betrachtet.

Als Ergebnis zeigen sich für die Skalen des **Fragebogens zum Umgang mit Konflikten (UMK)** bei den **Selbtsicht-Skalen** keine Interaktionseffekte für die Faktoren Paarzufriedenheit und Geschlechterzugehörigkeit: Weder bei „Kämpferischem Konfliktstil“ ( $F(1) = 0,96$ ;  $p = 0,38$ ), bei „problembezogenem Konfliktstil“ ( $F(1) = 0,002$ ;  $p = 0,99$ ), bei der Skala „Rückzug“ ( $F(1) = 0,58$ ;  $p = 0,56$ ) noch bei „Nachgiebigkeit“ ( $F(1) = 0,97$ ;  $p = 0,38$ ) erreichen die Ergebnisse der zweifaktoriellen Varianzanalyse das Signifikanzniveau.

Leicht anders bei der **Fremdsicht**: Zwar werden auch hier die Interaktionseffekte bei „Kämpferischem Konfliktstil“ ( $F(1) = 1,15$ ;  $p = 0,317$ ) sowie bei „Rückzug“ nicht signifikant. Es zeigen sich jedoch Interaktionseffekte bei der Skala „problembezogenes Konfliktverhalten“ ( $F(1) = 3,63$ ;  $p = 0,028$ ) sowie bei der Skala „wahrgenommene Nachgiebigkeit“ ( $F(1) = 4,89$ ;  $p = 0,008$ ).

Bei der Betrachtung der Mittelwerte (Tab. 19) zeigt sich bezüglich des „problembezogenen Konfliktverhaltens“, dass Männer der Gruppe „mittlere Paarzufriedenheit“ deutlich mehr problembezogenes Verhalten bei ihren Partnerinnen wahrnehmen als diese bei ihren Partnern. Diese Unterschiede finden sich bei sehr zufriedenen und sehr unzufriedenen Paaren nicht.

Bei dem Vergleich der Mittelwerte der Skala „Nachgiebigkeit“ fällt auf, dass bei sehr zufriedenen Paaren die Männer höhere Werte als die Frauen aufweisen. Diese Relation dreht sich bei den sehr unzufriedenen Paaren um (s. Tabelle 19). Mit anderen Worten: Aus Sicht der Männer zeigen in sehr zufriedenen Partnerschaften die Frauen sehr nachgiebiges Konfliktverhalten, in sehr unzufriedenen Partnerschaften hingegen wird von den Männern deutlich weniger Nachgiebigkeit (in Relation zu den Frauen) wahrgenommen.

Die zusätzlich berechneten Interaktionseffekte beim **Fragebogen zum Ärgerausdruck (STAXI-Skalen)** erwiesen sich unabhängig von der Perspektive als nicht signifikant. Auf eine separate Darstellung der Ergebnisse wird verzichtet und auf die Ergebnisse in Tabelle 19 verwiesen (letzte Spalte).

### 6.3.4 Zusammenhang der Selbsteinschätzung des Ärger- und Konfliktverhaltens mit der Fremdwahrnehmung durch die PartnerIn

Um zumindest Anhaltspunkte dafür zu haben, inwiefern die selbstbezogene Einschätzung des Ärger- und Konfliktverhaltens mit der Wahrnehmung durch die Partner/in übereinstimmt, wurde analog dem Vorgehen bei Kurdek (1994) der **Zusammenhang der Selbst- und Fremdwahrnehmung** überprüft. Aufgrund der Abhängigkeit der Daten (Paare) wurden getrennt nach Geschlecht und Perspektive für die Skalen der beiden Fragebögen Produkt-Moment-Korrelationen (Pearson) berechnet. Erwartet wurde, dass die Selbstbeschreibung und Fremdwahrnehmung durch die PartnerIn positiv und in mittlerer Höhe korreliert (vgl. Kurdek, 1994). Zudem sollte der Frage nachgegangen werden, ob bei Paaren mit hoher Paarzufriedenheit die Selbst- und Fremdwahrnehmung höher korreliert ist als bei belasteten und unzufriedenen Paaren.

Tabelle 20: Korrelationen der Selbstbeschreibung des Ärger- und Konfliktverhaltens mit der Fremdwahrnehmung durch die Partner/in

Korrelationen zwischen Selbstbeschreibung (Männer/Frauen in Spalten) und Fremdwahrnehmung durch Partner/in	Hohe Paarzufriedenheit		Mittlere Paarzufriedenheit		Niedrige Paarzufriedenheit	
	Männer	Frauen	Männer	Frauen	Männer	Frauen
<b>UMK-Skalen</b>	<b>62 Paare</b>		<b>56 Paare</b>		<b>41 Paare</b>	
<i>Kämpferisches Konfliktverhalten</i>	0,697 ***	0,513 ***	0,503 ***	0,419 ***	0,755 ***	0,450 ***
<i>Rückzug</i>	0,528 ***	0,590 ***	0,512 ***	0,554 ***	0,577 ***	0,480 ***
<i>Problembezogenes Konfliktverhalten</i>	0,358 **	0,489 ***	0,277 *	0,190	0,013	0,226
<i>Nachgiebigkeit</i>	0,316 **	0,417 ***	0,339 **	0,323 *	0,125	0,099
<b>STAXI-Skalen</b>	<b>62 Paare</b>		<b>47 Paare</b>		<b>17 Paare</b>	
<i>anger out</i>	0,743 ***	0,667 ***	0,599 ***	0,603 ***	0,578 **	0,577 **
<i>anger in</i>	0,266 *	0,424 ***	0,135	0,505 ***	0,497 *	0,621 **
<i>anger control</i>	0,566 ***	0,334 **	0,596 ***	0,290	0,643 **	0,184
<i>anger trait</i>	0,458 ***	0,245	0,488 ***	0,329 *	0,187	0,136

Anmerkung: a) Die angegebenen Korrelationen beziehen sich jeweils auf den Zusammenhang der Selbstsicht des in den Spalten angegebenen Geschlechts mit der Fremdsicht der Partner/innen  
 b) Produkt-Moment Korrelation: zweiseitige Testung: \* $p < 0.05$ ; \*\* $p < 0.01$ ; \*\*\*  $p < 0.001$ .  
 c) Bei den UMK-Daten der sehr unzufriedenen Paare wurden aufgrund der geringen Stichprobengröße zur Bestimmung des Signifikanzniveaus zusätzlich „exakte Tests“ berechnet (Diehl & Staufenbiehl, 2001, S. 130ff.)

Wie die Ergebnisse der Tab. 20 zeigen, korrelieren bei den *Angaben zum Konfliktverhalten* die Perspektiven sowohl bei „Kämpferisches Konfliktverhalten“ als auch bei der „Rückzugsverhalten“ über alle Subgruppen hinweg hoch positiv (zwischen  $r = .76$  und  $r = .42$ ). Bei den Skalen „Problembezogenes Konfliktverhalten“ und „Nachgiebigkeit“ korreliert lediglich bei den Paaren mit hoher Paarzufriedenheit die Selbstsicht mit der Fremdwahrnehmung durch die



PartnerIn (zwischen  $r = .32$  und  $r = .48$ ), über die beiden anderen Stichproben hingegen nehmen die Zusammenhänge zwischen den Perspektiven deutlich ab (bei Nachgiebigkeit bis hin zu  $r = .01$ ).

Ein anderes Muster zeigt sich bei den Daten zu **Ärgerausdruck**: Hier korreliert die Selbst- und Fremdeinschätzung über alle Substichproben hinweg bei „anger out“ in mittlerer Höhe positiv miteinander (zwischen  $r = .58$  und  $r = .74$ ). Bei den anderen Skalen ergeben sich nur vereinzelt Zusammenhänge in vergleichbarer Höhe. Auffallend ist, dass bezogen auf die Ärgerunterdrückung („anger in“) die Selbstwahrnehmung der Frauen mit der Wahrnehmung durch die Männer über alle Stichproben hinweg in mittlerer Höhe korreliert ist (zwischen  $r = .42$  und  $r = .62$ ). Einen Umkehreffekt gibt es bei der Ärgerkontrolle (anger control), denn hier hängt die Selbstwahrnehmung der Männer vergleichsweise hoch mit der Fremdwahrnehmung durch die Frauen zusammen (zwischen  $r = .57$  und  $r = .64$ ). Bei der Ärgerneigung (anger trait) korreliert lediglich die selbstbezogene Ärgereinschätzung der Männer in mittlerer Höhe mit der Fremdwahrnehmung durch die Frauen.

Als Interpretation für diese Befunde bieten sich mindestens zwei – sich ergänzende - Erklärungen an:

Bezogen auf die unterschiedlichen Ergebnisse zwischen der *Skalen* liegt nahe, dass „Kämpferisches Konfliktverhalten“, „Rückzugsverhalten“ und „anger out“ sehr markante Verhaltensstile darstellen und daher eindeutiger eingeschätzt und wahrgenommen werden können als die anderen Ärger- und Konfliktstile. Die Skalen „problembezogenes Konfliktverhalten“, „Nachgiebigkeit“ sowie „Ärgerkontrolle“ und „Ärgerneigung“ erfassen Verhaltensweisen, die eher der Interpretation bedürfen und entsprechend weniger „objektiv“ einschätzbar sind. Auch Kurdek (1994) stellte in seiner Untersuchung (ohne Berücksichtigung der Paarzufriedenheit) fest, dass bei „kämpferischem Konfliktverhalten“ der Zusammenhang der Selbst- und Fremdwahrnehmung am höchsten ausgeprägt war (zwischen  $r = .55$  und  $r = .63$ ), hingegen die Übereinstimmung bei „positiver Konfliktlösung“ nur zwischen  $r = .07$  und  $r = .26$  lag (Kurdek, 1994, S. 716; der Zusammenhang bzgl. der beiden anderen Konfliktstile lag in seiner Untersuchung zwischen  $r = .29$  und  $.54$ ).

Bezogen auf die Unterschiede zwischen den einzelnen *Stichproben* legen die Ergebnisse die Vermutung nahe, dass sich hier sowohl Effekte der sozialen Erwünschtheit als auch Effekte der Partnerschaftszufriedenheit widerspiegeln (vgl. insbesondere die Abnahme der Korrelationen bei der Skala „Problembezogenes Konfliktverhalten“ und „Nachgiebigkeit“ über die Gruppen hinweg). So zeigt sich unter Berücksichtigung der Skalenmittelwerte der Selbst- und Fremdsicht, dass Personen aus unzufriedenen Partnerschaften zwar von sich selbst behaupten, relativ häufig (sozial erwünschtes) „problembezogenes Verhalten“ zu zeigen und den Ärger zu kontrollieren, mit zunehmender Partnerschaftsunzufriedenheit wird dies jedoch immer weniger von der jeweiligen PartnerIn so gesehen. Analog fällt bei einem Vergleich der Mittelwerte bzgl. „Nachgiebigkeit“ auf, dass über die drei Gruppen hinweg die Werte mit zunehmender Unzufriedenheit zunehmen (d.h. die unzufriedenen Paare geben mehr Nachgiebigkeit an als die Zufriedenen). Bei der Fremdperspektive ist dies gerade andersherum der

Fall: die partnerschaftsunzufriedenen Personen nehmen bei ihren PartnerInnen geringere Nachgiebigkeit wahr als Paare, die mit ihrer Partnerschaft zufrieden sind.

Die Befunde ergeben zusammenfassend, dass der Zusammenhang zwischen der Selbst- und Fremdwahrnehmung von der Art der eingeschätzten Konfliktstile sowie von der Partnerschaftszufriedenheit abhängt. Zudem lassen sich die Befunde als vorsichtige Bestätigung dafür auffassen, dass zufriedene Paare bei der Wahrnehmung konstruktiver Konfliktstile mehr in der Selbst- und Fremdwahrnehmung übereinstimmen als unzufriedene Paare. Insgesamt bestätigen die Ergebnisse nur z.T. die Hypothesen in Bezug auf die *Zusammenhänge zwischen der Selbst- und Fremdwahrnehmung* (vgl. 6.1.1.3): Es zeigte sich, dass sowohl bei den Skalen zum Umgang mit Konflikten (UMK) als auch zum Ärgerausdruck (STAXI) die Selbst- und Fremdperspektive in den meisten Fällen positiv korreliert ist (zumeist in zwischen  $r = .40$  und  $r = .60$ ). Die Vermutung einer deutlichen Abnahme des Zusammenhangs bei belasteten und unzufriedenen Paaren zeigt sich jedoch nur bei einigen Skalen (wie z.B. problembezogenes Konfliktverhalten; Nachgiebigkeit). Bei anderen Skalen (wie Kämpferisches Konfliktverhalten, impulsiver Ärgerausdruck oder Rückzug) bleibt der Zusammenhang nahezu konstant. Der Zusammenhang zwischen der Selbsteinschätzung des Ärger- und Konfliktverhaltens mit der Wahrnehmung durch die PartnerIn scheint demnach (noch) von anderen Faktoren – wie beispielsweise Prägnanz der Verhaltensweisen – beeinflusst zu sein bzw. müsste durch andere Erhebungs- und Auswertungsverfahren differenzierter untersucht werden als dies hier möglich war.

#### **6.4 Fazit und Diskussion der Ergebnisse**

Als Fazit soll im Folgenden versucht werden, die wichtigsten Einzelergebnisse zu einem Gesamtbild zusammenzufügen und zu untersuchen, welche Konsequenzen sich daraus für die weitere Theorienentwicklung und empirische Forschung ergeben können. Die folgende Zusammenfassung orientiert sich an der Strukturierung der inhaltlichen Fragestellungen (vgl. Kap. 6.1)

Bezüglich der *Unterschiede im Ärger- und Konfliktverhalten zwischen zufriedenen und unzufriedenen Paaren* (Hypothesen 6.1.1) bestätigen die Befunde, dass mit der Partnerschaft zufriedene Paare sich deutlich von unzufriedenen Paaren unterscheiden (vgl. auch Arrelano et al., 1995; Fincham & Beach, 1999; Gottman, 1994; Hahlweg, 1986): Zufriedene Paare schreiben sowohl sich selbst als auch ihrer PartnerIn mehr problembezogenes und lösungsorientiertes Konfliktverhalten zu als unzufriedene Paare, die im Gegensatz dazu sowohl bei sich selbst als auch bei der PartnerIn mehr kämpferisches Konfliktverhalten und defensives Rückzugsverhalten wahrnehmen. Dies entspricht den Ergebnissen vergleichbarer Untersuchungen (vgl. Theorieteil, Kap. 2) sowie den aufgestellten Hypothesen und kann als weitere Bestätigung für die Partnerschaftstheorien angesehen werden, denen zufolge das Konflikt- und Kommunikationsverhalten von zentraler Bedeutung für die Partnerschaft ist.

Unter theoretischen Gesichtspunkten sind meines Erachtens folgende Einzelergebnisse der Paarzufriedenheits-Gruppenunterschiede besonders interessant:

Bei dem Vergleich der *Selbtsicht des Konfliktverhaltens* der drei Zufriedenheitsgruppen fällt auf, dass mit zunehmender Unzufriedenheit das selbst zugeschriebene Rückzugsverhalten und Nachgiebigkeit über alle drei Gruppen hinweg signifikant zunimmt (vgl. Tabelle 16). Bezüglich des kämpferischen und problembezogenen Konfliktverhaltens zeigen sich hoch signifikante Unterschiede zwischen den sehr zufriedenen Paaren und Paaren mit mittlerer Zufriedenheit; zufriedene Paare geben signifikant mehr problembezogenes Konfliktverhalten als unzufriedene Paare an, unzufriedene Paare beschreiben sich selbst als deutlich kämpferischer als zufriedene Paare. Interessanterweise ergeben sich zwischen den Paaren mit mittlerer und niedriger Paarzufriedenheit bei den Konfliktstilen kämpferisches und problembezogenes Konfliktverhalten keine nennenswerten Unterschiede. Sehr unzufriedenen Paare unterscheiden sich im Vergleich zu den belasteten Paaren (in der subjektiven Selbstsicht) lediglich durch noch ausgeprägteres Rückzugsverhalten (sowie noch mehr selbstbezogene Nachgiebigkeit). Dies kann als vorsichtige Bestätigung der Überlegungen und empirischen Befunde von Gottman (vgl. Kap. 2.3) verstanden werden, denen zufolge häufiges Beklagen und gegenseitige Kritik den Beginn von Partnerschaftskrisen darstellt (deutliche Unterschiede zwischen den sehr zufriedenen und belasteten Paare), die „apokalyptischen Reiter“ der „Defensivität“ und des „Abblockens“ am Ende einer „Kaskade“ des Konfliktverhaltens (vgl. Kaskadenmodell, Kap. 2.4) stehen und das Ende einer Partnerschaft ankündigen können (Unterschiede zwischen den belasteten und sehr unzufriedenen Paaren).

Wie vermutet, zeigen sich diese Gruppenunterschiede noch deutlicher bei der *Fremdwahrnehmung des partnerlichen Konfliktverhaltens*: Je größer die Unzufriedenheit über die drei untersuchten Gruppen hinweg, um so mehr nehmen die Paare das Konfliktverhalten ihrer PartnerIn als einerseits „kämpferisch“ wahr und berichten andererseits von massivem Rückzugsverhalten. Die Wahrnehmung problembezogenen Konfliktverhaltens nimmt über die drei (Un-)zufriedenheitsgruppen signifikant ab: insbesondere die sehr unzufriedenen Paare beschreiben - sowohl im Vergleich zu den anderen Gruppen als auch in Relation zu den anderen Konfliktstilen - besonders wenig problemorientiertes Konfliktverhalten. Dies bestätigt die theoretischen wie empirischen Befunde (vgl. z.B. Baumeister et al., 1990; Mikula et al., 1994), denen zufolge unzufriedene Paare das Konfliktverhalten ihrer PartnerIn als deutlich destruktiver wahrnehmen als zufriedene Paare (zu diesem „sentiment override“-Effekt zusammenfassend: Weis & Heyman, 1990; Gottman, 1994).

Auf die Relevanz des *Umgangs mit Ärger* im Zusammenhang mit der Partnerschaftszufriedenheit verweisen die Ergebnisse zum Ärgerausdruck: So geben belastete und sehr unzufriedene Paare in der *Selbsteinschätzung* signifikant mehr Ärgerunterdrückung an als die zufriedenen Paare, interessanterweise finden sich hingegen keine signifikanten Unterschiede bei impulsiv gezeigtem Ärger, Ärgerkontrolle oder genereller Ärgerneigung (vgl. Tab. 17; Selbstsicht). Dieser Befund, der im Einklang zum ausgeprägtem Rückzugsverhalten bei unzufriedenen Paaren steht, lässt sich dahingehend interpretieren, dass die *mangelnde* Bereitschaft, auch „negative“ Gefühle zu zeigen, als Indikator für eine belastete Partnerschaft gelten kann. Zu vermuten ist, dass sich in starkem Rückzugsverhalten und massiver Ärgerunterdrückung die Hoffnungslosigkeit und Resignation bzgl. möglicher Veränderungen und damit die „innere Aufkündigung“ der Partnerschaft widerspiegelt.

Bei der *Fremdwahrnehmung des Ärgerausdrucks* drehen sich diese Ergebnisse nahezu um (vgl. Tab. 17; Fremdsicht): Unzufriedene Paare nehmen ihre PartnerInnen nicht nur grundsätzlich als ärgerlicher wahr, sondern schätzen das Ärgerverhalten ihrer PartnerInnen auch als unkontrollierter und impulsiver ein als zufriedene Paare. In Verbindung mit der Wahrnehmung von ausgeprägtem Rückzugs- und kämpferischem Konfliktverhalten und mangelndem problembezogenen Konfliktverhalten bei den PartnerInnen zeigt sich die gegenseitige negative Einschätzung der Paare; der Partnerin/dem Partner wird Konfliktunfähigkeit und die mangelnde Bereitschaft unterstellt, angemessen mit negativen Gefühlen wie Ärger umzugehen und sich statt dessen einfach „gehen lässt“ (vgl. geringe Ärgerkontrolle) und impulsiv seinen Ärger und Zorn zum Ausdruck bringt (hohe Ausprägung bei anger out).

Auch die Analyse von *Geschlechterunterschieden im Konfliktverhalten* bestätigte im wesentlichen die Hypothesen (vgl. 6.1.2): Keine Unterschiede zwischen Frauen und Männern fanden sich wie erwartet in Bezug auf das problembezogene Konfliktverhalten (sowohl bei der Selbst- als auch in der Fremdsicht). Hingegen geben hypothesenkonform Frauen in der *Selbstperspektive* signifikant mehr kämpferisches Konfliktverhalten an als die Männer, die von sich selbst signifikant mehr Rückzugsverhalten und Nachgiebigkeit beschreiben. Bzgl. der *Fremdwahrnehmung* lassen sich lediglich Unterschiede in Bezug auf das Rückzugsverhalten finden: Frauen nehmen bei den Männern signifikant mehr Rückzugsverhalten bei Konflikten wahr als die Männer bei den Frauen, keine Unterschiede finden sich bei kämpferischem Konfliktverhalten, problembezogenem Verhalten oder Nachgiebigkeit.

Eine wichtige Fragestellung war, inwiefern sich vergleichbare Geschlechterunterschiede auch bzgl. des *Ärgerausdrucks* in Paarbeziehungen finden lassen, da hierzu nur wenige bzw. widersprüchliche Untersuchungsergebnisse vorliegen (vgl. z.B. Thomas, 1995; Kring, 2000; Weber, 1994): Überraschend klare Unterschiede ergaben sich bei der *Selbtsicht* bei allen Ärgerskalen: Frauen schätzen sich zunächst signifikant ärgerlicher (anger trait) in ihrer Partnerschaft ein als die Männer. Bezogen auf den Umgang mit Ärger geben die Frauen zudem deutlich mehr impulsives Ärgerverhalten (anger out) an als die Männer, die bei ihrem Umgang mit Ärger signifikant mehr Ärgerunterdrückung (anger in) und Kontrolle des Ärgers (anger control) beschreiben als die Frauen.

Bei der *Fremdperspektive* finden sich hingegen nur bei zwei Ärgerausdrucksskalen signifikante Geschlechterunterschiede: Vergleichbar mit den Ergebnissen zum Konfliktverhalten nehmen Frauen bei ihren Partnern hochsignifikant mehr Ärgerunterdrückung (analog zu Rückzugsverhalten) und leicht signifikant mehr Ärgerkontrolle wahr als die Männer bei ihrer Partnerin. Keine Geschlechterunterschiede zeigen sich bei der wahrgenommenen Ärgerneigung (anger trait) und bei der Häufigkeit des impulsiv gezeigten Ärgers (anger out).

Mit Blick auf die weitere Ärgerforschung ergeben sich meines Erachtens aus diesen Befunden wichtige Konsequenzen: Denn die Ergebnisse zeigen, dass sich *im Kontext Partnerschaft* sowohl in der Selbst- als auch der Fremdperspektive eindeutige Geschlechterunterschiede bzgl. des gezeigten Ärgerverhaltens finden lassen (vgl. auch Kring, 2000). In der Selbstauskunft bringen Frauen im Vergleich zu den Männern deutlich mehr ihren Unmut und Ärger in Partnerschaften zum Ausdruck, Männer hingegen geben an, ihren Ärger mehr zu kontrollieren bzw. ihn zu unterdrücken. Lediglich letzterer Befund wird allerdings durch die Ergebnisse

bezüglich der Fremdsicht bestätigt, denn es fanden sich keine signifikanten Unterschiede zwischen Frauen und Männern bei der Fremdwahrnehmung des impulsiven Ärgerzeigens. Offen bleiben muss, ob sich in diesen Befunden Geschlechterstereotype in Bezug auf die Selbst- und Fremdwahrnehmung widerspiegeln (vgl. Kap. 4.4), oder aber, ob sich Frauen und Männer tatsächlich in ihrem Umgang mit Ärger unterscheiden, was durch Beobachtungsstudien weiter zu überprüfen ist.

Betrachtet man die Befunde zu Effekten der Partnerschaftszufriedenheit und Geschlechtereffekte gemeinsam, ergeben sich Hinweise auf die Bestätigung der theoretischen Überlegungen und Befunde zum sogenannten „demand-withdrawal pattern“ (vgl. Kap.2.1). Zwar wurden die Daten nicht – wie bei diesem Ansatz üblich - auf dyadischer Ebene ausgewertet (z.B. Christensen & Shenk, 1991), doch zeigt sich auch bei einem Vergleich der Gruppenunterschiede, dass unzufriedene Paare sowohl vermehrtes aggressiv-kämpferisches Konfliktverhalten als auch vermehrt defensiven Rückzug angeben als zufriedene Paare. Zumal bei unzufriedenen Paaren scheint zudem das „klassische Rollenstereotyp“ (Frauen engagieren sich mehr bei Konflikten, Männer ziehen sich eher zurück) sehr stark ausgeprägt zu sein.

Bei der Analyse der Interaktionseffekte von Paarzufriedenheit und Geschlechterzugehörigkeit auf das Ärger- und Konfliktverhalten (Hypothese 6.1.3) fanden sich erwartungswidrig keine deutlichen Ergebnisse: Lediglich bei der Fremdsicht auf das Konfliktverhalten zeigt sich, dass die Frauen der Paare mit mittlerer Paarzufriedenheit weniger problembezogenes Konfliktverhalten wahrnehmen als die Männer (was bei den beiden anderen Stichproben so nicht der Fall ist). Zudem nehmen die Männer der Paare mit hoher Paarzufriedenheit mehr Nachgiebigkeit wahr als die Frauen, bei belasteten und unzufriedenen Paaren kehrt sich dieser Befund um; hier nehmen die Männer weniger Nachgiebigkeit wahr als die Frauen.

Da sich damit die Überlegungen zu grundsätzlichen Interaktionseffekten nicht bestätigen lassen (bei den Skalen zum Ärgerverhalten ergaben sich keinerlei Interaktionseffekte), sind die Unterschiede zwischen Männern und Frauen in Bezug auf das Ärger- und Konfliktverhalten als nahezu konsistente Haupteffekte zu interpretieren.

Die letzte Hypothese bezog sich auf den Zusammenhang der Selbst- und Fremdsicht bzgl. des Ärger- und Konfliktverhaltens (Hypothese 6.1.4). Hier zeigen die Ergebnisse hypothesenkonform, dass bei zufriedenen Paaren die Selbstsicht enger mit der Fremdwahrnehmung durch die Partnerin zusammenhängt als bei unzufriedenen Paaren. Es wurde zudem festgestellt, dass die Höhe des Zusammenhangs sowohl von der Partnerschaftszufriedenheit als auch von der Art des Ärger- und Konfliktverhaltens abhängt: Insbesondere bei impulsivem Ärgerausdruck und kämpferischem Konfliktverhalten ergeben sich deutliche positive Korrelationen (zwischen  $r = .48$  und  $r = .74$ ), bei den anderen Ärger- und Konfliktstilen zeigen sich die Zusammenhänge in dieser Höhe so nicht. Es kann zusammenfassend festgehalten werden, dass sowohl die Partnerschaftszufriedenheit als auch die Art der Bewältigungsstile Einfluss auf die Übereinstimmung der Selbst und Fremdsicht haben können – was es in weiteren Untersuchungen genauer zu analysieren gilt.

## 7 Subjektive Theorien über den Zorn in Paarbeziehungen: Eine explorative Studie

In Ergänzung zu den verhaltensbezogenen Daten zum Ärger- und Konfliktverhalten wurde in der folgenden Studie versucht, durch die Erfassung Subjektiver Theorien weitere Hinweise auf die kognitiv-emotionalen Bedingungen des Umgangs mit Ärger und Zorn herauszuarbeiten. Vorrangiges Ziel dieser explorativen Studie war es, den Phänomenbereich des Zorns in Paarbeziehungen zu erschließen und unter heuristischer Perspektive wichtige Anregungen für die weitere theoretische Ausarbeitung und empirische Untersuchung zu Ärger und Zorn in Paarbeziehungen erarbeiten zu können.

Wie bereits im theoretischen Teil ausgeführt, erscheint es sinnvoll, analytisch zwischen dem Zorn als emotionalem Zustand und dem Umgang mit diesem Zustand zu unterscheiden. In der Studie zu Subjektiven Theorien wurde dieser konzeptuellen Überlegung dadurch Rechnung getragen, dass zunächst analysiert wurde, wie der Zorn als *Gefühl* von den befragten PartnerInnen beschrieben wird bzw. wodurch ihr Zorn in der Partnerschaft ausgelöst werden kann. Ausgehend von dieser Klärung des Zornverständnisses wurde anschließend untersucht, wie die befragten Personen mit ihrem Zorn auf die/den Partnerin umgehen bzw. welche Subjektive Theorien sie für ihren eigenen *Umgang mit Zorn* haben.

Im Folgenden werden entsprechend den Zielsetzungen der Untersuchung (vgl. Kapitel 5) die einzelnen Fragestellungen nochmals ausführlicher dargestellt (Kap. 7.1). Das methodische Vorgehen bei der Datenerhebung sowie die soziodemographischen Variablen der Stichprobe und die Beschreibung des Erhebungsinstrumentes sind Gegenstand von Kapitel 7.2. Die Ergebnisse zu den verschiedenen Fragestellungen werden in Kapitel 7.3 mit seinen Unterkapiteln referiert, bevor in Kap. 7.4 die Ergebnisse zusammengefasst und mit Blick auf die weitere Theorienentwicklung bzw. zukünftige empirische Untersuchungen diskutiert werden.

### 7.1. Fragestellungen zur Beschreibung und Bewältigung von Zorn in Paarbeziehungen

Bezogen auf das *Gefühl des Zorns* waren zwei Fragestellungen von Interesse:

- 7.1.1. Mit Hilfe welcher *Merkmale* lässt sich das emotionale Erleben des Zorns beschreiben? Welche Komponenten und Beschreibungsmerkmale werden von den untersuchten Personen unter Rückgriff auf das subjektive Erleben als prototypisch für den Zorn in Partnerschaften angesehen?

Als Ergebnis der theoretischen Vorarbeiten lässt sich der Zorn zunächst definieren als emotionale Vorwurfsreaktion auf die wahrgenommene Verletzung (wertbezogener) Bedürfnisse (vgl. Kap. 3.4). Aufbauend auf dem Grundriss einer epistemologischen Emotionstheorie (Scheele, 1990; 1996) stellt sich unter emotionstheoretischer Perspektive die Frage, durch welche weiteren prototypischen Merkmale sich das emotionale Erleben des Zorns aus der subjektiven Innenperspektive spezifizieren lässt. Entsprechend (hierarchischer) Mehrkomponentenmodelle ist zu vermuten, dass neben spezifischen Bewertungsmerkmalen insbesondere Handlungsimpulse sowie somatische Empfindungen als zentral für das Erleben des Zorns angesehen werden. Unklar in der Literatur zu Zorn ist die Frage, inwiefern weitere Merkmale wie „Kontrollverlust“ oder „impulsiv-aggressives Verhalten“ (vgl. z.B. Seneca) als wichtige Beschreibungsmerkmale des Zorns verstanden werden können.

7.1.2. Welche *Auslöser* werden von Personen in festen Partnerschaften als charakteristisch für den Zorn in Paarbeziehungen angesehen? Unterscheiden sich Frauen und Männer in der Art und Häufigkeit der Auslöser ihres Zorns? Finden sich Unterschiede zwischen partnerschaftszufriedenen und -unzufriedenen Personen?

Nur selten untersucht und zudem uneindeutig sind die Ergebnisse zu geschlechterspezifischen Auslösern des Zorns in Paarbeziehungen. Bezüglich des Ärgers wurde jedoch vereinzelt festgestellt, dass Frauen häufig aufgrund der mangelnden Beteiligung ihrer Partner im Haushalt ärgerlich werden (vgl. Carpenter & Halberstadt, 1996) und deutlich höhere Ärgerwerte auf unberechtigte Kritik und mangelnde Rücksichtnahmeangaben als befragte Männer (vgl. Fehr et al., 1999). Männer hingegen scheinen sich häufiger über die emotionalen Reaktionen ihrer Partnerin und selbstbezogenes Verhalten zu ärgern als dies die Frauen tun (Kring, 2000).

Bislang liegen m.W. keine Untersuchungen vor, in denen Unterschiede bzgl. der Auslöser von Zorn bei partnerschaftszufriedenen und -unzufriedenen Paaren untersucht wurden. Vermutet werden kann, dass in unzufriedenen Partnerschaften nicht nur generell mehr Anlässe für den Zorn genannt werden, sondern sich die Auslöser auch im Inhalt (z.B. grundlegende Wertverletzungen wie persönliche Beleidigungen, Abwertungen) zwischen zufriedenen und unzufriedenen Partnerschaften unterscheiden.

Die weiteren Fragestellungen bezogen sich auf den *Umgang mit Zorn in Partnerschaften*. Zunächst war es Ziel, möglichst umfassend die Subjektiven Theorien zu den *Bedingungen und Konsequenzen* des Umgangs mit Zorn in Partnerschaften zu explizieren:

7.1.3. Welche antezedenten Bedingungen und welche Ziele sind für PartnerInnen in einer Paarbeziehung typischerweise mit dem *Zeigen bzw. Unterdrücken des Zorns* verbunden? Welche Auswirkungen auf die PartnerIn bzw. Konsequenzen für die Partnerschaft werden in Verbindung mit dem Zeigen bzw. Unterdrücken des Zorns gesehen?

Ausgehend von der übergeordneten Unterscheidung des Zeigens bzw. Unterdrückens von Zorns soll der Frage nachgegangen werden, inwiefern charakteristische Bedingungen, Intentionen und Konsequenzen mit diesen beiden Formen des Umgangs mit Zorn verbunden sind. Erst in wenigen Untersuchungen wurde bisher analysiert, inwiefern mit diesen beiden Bewältigungsformen (Zeigen/Unterdrücken) unterschiedliche Antezedensbedingungen, intendierte Ziele sowie Auswirkungen auf die/den Partner/in gesehen werden (Fehr & Baldwin, 1996, Fehr et al., 1999; Laux & Weber, 1993; vgl. Kap. 4). Konkret bezogen auf den Umgang mit Zorn in Paarbeziehungen fehlen bislang Untersuchungen, in denen Paare ganz gezielt nach ihren Subjektiven Theorien über den eigenen Umgang mit Zorn und die antizipierten Auswirkungen auf die Partnerschaft befragt wurden. Durch die Erfassung der individuellen Subjektiven Theorien und Aggregation zu zusammenfassenden Modalstrukturen soll hier eine Lücke geschlossen und versucht werden, heuristisch nützliche Hinweise für die weitere Forschung zur Erklärung unterschiedlicher Bewältigungsstile von Ärger und Zorn in Paarbeziehungen zu erarbeiten (*Erfassung Subjektiver Theorien und Bildung von Modalstrukturen über das Zeigen bzw. Unterdrücken des Zorns*).

Im Zusammenhang mit der Erstellung der Modalstrukturen zum Zeigen bzw. Unterdrücken des Zorns wurde in der Auswertung zwei weiteren Fragestellungen zu *Gruppenunterschieden* bezüglich der Subjektiven Theorien nachgegangen:

7.1.4. Unterscheiden sich *partnerschaftszufriedene und –unzufriedene PartnerInnen* in ihren Subjektiven Theorien über den Zorn?

Unter Berücksichtigung der Unterschiede im Ärger- und Konfliktverhalten bei zufriedenen und unzufriedenen Paaren (siehe Fragebogenstudie) stellt sich die Frage, inwiefern sich diese Unterschiede auch in den Subjektiven Theorien zum Umgang mit Zorn widerspiegeln und inwiefern sich daraus Erklärungen für den unterschiedlichen Umgang mit Zorn ableiten lassen. In bisherigen Untersuchungen zu Subjektiven Theorien zum Umgang mit Ärger und Zorn (vgl. Fehr et al., 1996; 1999) wurde bislang nicht untersucht, inwiefern die Partnerschaftszufriedenheit im Zusammenhang mit den Inhalten der Subjektiven Theorien (z.B. antizipierte Konsequenzen, Gegenreaktionen der PartnerIn) stehen.

7.1.5. Unterscheiden sich *Frauen und Männer* in ihren Subjektiven Theorien über den Umgang mit Zorn?

Untersuchungen zu geschlechterspezifischen Unterschieden in den Subjektiven Theorien zu Ärger in Paarbeziehungen geben Hinweise darauf, dass Frauen und Männer sich nicht nur in ihrem Ärgerverhalten in Paarbeziehungen unterscheiden (vgl. Kap. 4.), sondern ihr Verhalten auch von unterschiedlichen Bedingungen abhängig ist (Fehr et al., 1996; 1999). Uneindeutig sind die Befunde, inwiefern Frauen und Männer mit ihrem Umgang mit Zorn unterschiedliche Ziele verfolgen bzw. davon ausgehen, dass ihr Verhalten unterschiedliche Konsequenzen auf Seiten der PartnerInnen bzw. auf die Partnerschaft hat. Dieser Frage nachzugehen, stellt ein weiteres Ziel der Auswertung der Subjektiven Theorien dar.

Um möglichst konkret den Zusammenhang zwischen den Subjektiven Theorien (Kognitionen über ...) und dem Umgang mit Zorn (Verhalten im ...) analysieren zu können, wurden die Untersuchungspersonen bei der Erfassung der Subjektiven Theorien gebeten, den eigenen *“Zornbewältigungsstil“* (*Zeigen oder Unterdrücken des Zorns*) einzuschätzen und zu bewerten sowie charakteristische Formen des eigenen Zornverhaltens zu beschreiben.

7.1.6. Wie wird der eigene „Bewältigungsstil“ des Zorns mit Blick auf die Partnerschaft eingeschätzt und bewertet? Welche Formen der Zornbewältigung bzw. welche Reaktionsweisen werden von PartnerInnen als charakteristisch für den eigenen Umgang mit Zorn auf die/den Partnerin angesehen? Zeigen sich *Unterschiede in der Beschreibung und Bewertung des eigenen Umgangs mit Zorn* zwischen Männern und Frauen? Zeigen sich Unterschiede zwischen Personen, die zufrieden bzw. unzufrieden mit ihrer Paarbeziehung sind?

Ergänzend zur *Selbstbeschreibung* des eigenen Umgangstils mit Ärger und Zorn stellt sich die Frage, wie zufriedene und unzufriedene PartnerInnen ihren eigenen Umgang mit Zorn in der Partnerschaft *bewerten*. Zunächst soll mit Hilfe der vergleichsweise groben Verhaltenskategorien des Zeigens bzw. Unterdrückens des Zorns (vgl. Schwenkmezger, 1992) der charakteristische Bewältigungs“stil“ eingeschätzt und anhand verschiedener Zornreaktionen (in Anlehn-



nung an das Kategoriensystem nach Weber, 1994; Kap. 4.1) differenzierter beschrieben werden. In Ergänzung zu dieser *Beschreibung* des Umgangs mit Zorn soll zudem der bislang wenig beachteten Fragestellung nachgegangen werden, inwiefern sich zufriedene und unzufriedene PartnerInnen in der *Bewertung* des eigenen „Bewältigungsstils“ des Zorns unterscheiden. Geprüft werden sollte insbesondere die paartherapeutisch relevante Hypothese, dass unzufriedene PartnerInnen mit ihrem eigenen Verhalten in der Partnerschaft unzufrieden sind und (selbstkritisch) ihren eigenen Verhaltens‘stil‘ im Zorn negativ bewerten (ihn aber dennoch zeigen). (*Erfassung der Beschreibung und Bewertung des individuellen Bewältigungsstils und Umgangs mit Zorn in der Partnerschaft.*)

Um abschließend der Frage nachzugehen, inwiefern Subjektive Theorien als handlungsleitend angesehen werden können, wurden in einem weiteren Auswertungsschritt nur diejenigen Teil-Theorien berücksichtigt, die von den befragten Personen im Zusammenhang mit dem eigenen „*vorrangig genutzten Bewältigungsstil*“ des Zorns expliziert worden waren. Ziel dieser spezifischen Auswertung war es, unter Berücksichtigung der antizipierten Konsequenzen und (damit verbundenen) Bewertung des Zornbewältigungsstils Hinweise darauf zu erarbeiten, weshalb Partner/innen Zornreaktionen zeigen, die sie selbst als destruktiv und schädlich für die Partnerschaft einschätzen. Die Fragestellung lautete:

7.1.7. Wie begründen (oder rechtfertigen) Personen ihren „*Bewältigungsstil*“ (i.S.d. vorrangig gezeigten Umgangs) mit Zorn? Worin unterscheiden sich die Subjektiven Theorien von Personen, die ihren Bewältigungsstil des Zorns in Bezug auf die Partnerschaft positiv bzw. negativ bewerten?

Weber (1994; 1999) stellte im Zusammenhang mit der Effizienz verschiedener Ärgerreaktionen fest, dass Personen häufig *wissentlich* dysfunktionales Ärgerverhalten zeigen bzw. andere Bewältigungsreaktionen nutzen, als sie eigentlich für das subjektive Wohlbefinden als sinnvoll und empfehlenswert erachten (vgl. Kap 4.2). Im interpersonellen Kontext können jedoch neben dem Bewältigungsziel „Erhöhung des subjektiven Wohlbefindens“ noch vielfältige weitere Bewältigungsintentionen für den Umgang mit Ärger relevant sein (Laux & Weber, 1993; vgl. Kap. 4.3). Für die Erklärung des Umgangs mit Zorn in Partnerschaften ist z.B. besonders interessant, inwiefern die Partner/innen davon ausgehen, mit ihrem Zornbewältigungsstil der Partnerschaft zu nutzen oder zu schaden – und inwiefern dies den Umgang mit Zorn beeinflusst. Als letzte inhaltliche Fragestellung soll daher untersucht werden, inwiefern sich Unterschiede in den Subjektiven Theorien von Personen zeigen, die *zufrieden bzw. unzufrieden mit ihrem Zornbewältigungsstil* sind.

Abschließend bezog sich eine letzte Fragestellung unter *methodologischer Perspektive* auf die Durchführung der Struktur-Lege-Interviews. Da die Auseinandersetzung mit Ärger, Wut und Zorn ein brisantes Thema (auch) für Partnerschaften darstellen kann, wurde nach einer rückblickenden Bewertung sowie möglichen Konsequenzen der Untersuchung gefragt.

7.1.8. Wie bewerten die UntersuchungspartnerInnen rückblickend die Erfassung der Subjektiven Theorien über den Umgang mit Zorn? Ergaben sich aus dem Interview positive oder negative Konsequenzen für die Partnerschaft?

## 7.2 Methodik

In diesem Kapitel wird zunächst die Stichprobengewinnung sowie die Auswertung der soziodemographischen Variablen der Stichprobe beschrieben (Kap. 7.2.1). Um die Ergebnisse der Studie zu Subjektiven Theorien in Relation zu den Ergebnissen der Fragebogenstudie setzen zu können, wurde neben der Verteilung der üblichen soziodemographischen Variablen auch analysiert, ob und inwiefern die Stichproben der beiden Untersuchungen in wesentlichen Parametern (soziodemographische Variablen; Daten zum Ärger- und Konfliktverhalten) übereinstimmen (7.2.2). Daran anschließend findet sich die Darstellung des inhaltlichen Vorgehens bei den Struktur-lege-Interviews, in denen mit Hilfe der erweiterten Flexibilisierungsversion der Heidelberger Struktur-lege-Technik (Scheele, Groeben und Christmann, 1992) die Subjektiven Theorien rekonstruiert wurden (Kap. 7.2.3). Abschließend wird der für diese Untersuchung entwickelte Interviewleitfaden zur Erfassung der Subjektiven Theorien über Zorn und seine Bewältigung in Partnerschaften vorgestellt (vgl. Kap. 7.2.4) und das methodische Vorgehen bei der Auswertung der Subjektiven Theorien beschrieben (Kap. 7.2.5).

### 7.2.1 Gewinnung der Stichprobe und Stichprobenbeschreibung

Die Untersuchungsstichprobe bestand aus insgesamt 20 heterosexuellen Paaren (40 Personen). Bei der Zusammenstellung der Stichprobe mit Hilfe des Schneeballsystems wurde darauf geachtet, dass die interessierten Paare – zur Vergleichbarkeit mit den Paaren der Fragebogenstudie – verheiratet waren bzw. sich als Paar definierten und in einer gemeinsamen Wohnung lebten. Ziel war es ursprünglich, die Stichprobe aus 10 zufriedenen und 10 in Paartherapie befindlich und damit „objektiv“ unzufriedenen/belasteten Paaren zusammenzustellen. Die Suche nach Paaren in Paartherapie, bei denen beide PartnerInnen zur Teilnahme an einer Untersuchung mit dem brisanten Thema „Zorn“ bereit gewesen wären, stellte sich allerdings als so schwierig heraus, dass schlussendlich auf das objektivierbare Merkmal der Belastetheit („in Paartherapie befindlich“) verzichtet wurde und lediglich die subjektive Einschätzung bzgl. der Partnerschaftszufriedenheit als wesentliches Kriterium bei der Einteilung und dem Vergleich der Stichproben genutzt wurde.

Den interessierten Paaren wurden zunächst die in der Fragebogenuntersuchung genutzten Fragebögen zugesandt, mit der Bitte, diese ausgefüllt zu dem telefonisch vereinbarten Untersuchungstermin mitzubringen. Da die Subjektiven Theorien von jeder Person einzeln (nicht von den Paaren zusammen) erhoben werden sollten, wurde für jede Person ein eigener Termin (von ca. 3 Stunden) vereinbart, was sich aufgrund von Berufstätigkeit und Kindern der Untersuchungspersonen als relativ schwierig erwies (zumeist mussten wir auf die Abendstunden ausweichen). Als eher symbolische Aufwandsentschädigung bekamen alle UntersuchungsteilnehmerInnen 30 DM für ihre Teilnahme an der Untersuchung (die freundlicherweise im Rahmen des „Graduiertenkollegs Klinische Emotionsforschung“ von der Deutschen Forschungsgesellschaft (DFG) zu Verfügung gestellt wurden). Zudem wurde den UntersuchungspartnerInnen die Rückmeldungen zu den Untersuchungsergebnissen sowie – bei Bedarf – ein paartherapeutisches Beratungsgespräch mit der Möglichkeit der Weitervermittlung

zugesagt (was von drei der belasteten Paare nach Abschluss der Datenerhebung auch in Anspruch genommen wurde).

### a) Soziodemographische Variablen der Stichprobe „Subjektive Theorien“

Die Analyse der soziodemographischen Variablen zeigt (vgl. Tab. 21), dass die Paare im Durchschnitt etwa 40 Jahre alt waren, über ein eher hohes Ausbildungsniveau verfügten und im Durchschnitt über 15 Jahre miteinander verheiratet oder befreundet waren. Nahezu alle Paare waren verheiratet (95%), nur eine einzige Person hatte bereits eine Scheidung hinter sich. Die meisten der Paare (N=17) hatten gemeinsame Kinder, wobei die Paare mit Kindern in der Untersuchung zu Subjektiven Theorien im Durchschnitt mehr Kinder hatten als die Paare der Fragebogenuntersuchung (3(!) Paare hatten Zwillinge).

Tabelle 21: Soziodemographische Variablen der Stichprobe „Subjektive Theorien“ (zum Vergleich zusätzlich die Daten der Fragebogenuntersuchungs-Stichprobe)

	Subjektive Theorien (N=20 Paare)		Fragebogen- untersuchung (N=159 Paare)	
	Männer (N=20)	Frauen (N=20)	Männer (N=159)	Frauen (N=159)
<i>Mittelwerte/ Stand.-Abweich./ Prozente</i>				
<b>Alter (in Jahren)</b>	39 Jahre (SD 8,32)	37,1 Jahre (SD 7,7)	41,4 Jahre (SD 9,34)	39,4 Jahre (SD 9,21)
<b>Ausbildungsniveau (1-6) <sup>a</sup></b>	4,95 (SD 1,05)	5,05 (SD 0,89)	5,23 (SD 1,06)	5,01 (SD 0,97)
<b>Dauer der Beziehung (Jahre)</b>	15,8 Jahre (SD 8,7)		16,4 Jahre (SD 9,6)	
<b>Anzahl der Verheirateten</b>	95 % (19 Paare)		82,4% (131 Paare)	
<b>Schon einmal verheiratet?</b>	1 (5 %)	0 (0 %)	18 (11,3%)	21 (13,2%)
<b>Gemeinsame Kinder?</b>	85 % (17 Paare)		73 % (116 Paare)	
<b>durchschnittliche Kinderanzahl <sup>b</sup></b>	2,1 (0-4)		1,4 (0-4)	
<b>Partnerschaftsunzufrieden- heit (Terman: 1-7) <sup>c</sup></b>	3,25 (SD 1,9)	3,45 (SD 2,0)	2,86 (SD 1,54)	3,07 (SD 1,60)
<b>Partnerschaftsqualität (DAS: 0-151) <sup>c</sup></b>	101,3 (SD 19,2)	97,0 (SD 23,1)	105,71 (SD 17,3)	104,65 (SD 18,4)

a: Ausbildungsniveau: 1 = kein Schulabschluss / 6 = abgeschlossenes Studium

b: bezogen auf Paare mit Kindern

c: Terman-Frage: 1 = sehr große Zufriedenheit / 7 = sehr große Unzufriedenheit

d: Dyadic Adjustment Skale (DAS): 151 = max. Punktzahl: sehr hohe Partnerschaftsqualität

Bei einem statistischen Vergleich der soziodemographischen Variablen der Stichprobe „Subjektive Theorien“ mit der Stichprobe der Fragebogenuntersuchung zeigen sich signifikante Unterschiede bzgl. des Partnerschaftsstatus´ (bei der Stichprobe „Subjektive Theorien“ sind mehr Personen verheiratet;  $\chi(1) = 4,16$ ,  $p = 0,04$ ) und die Eltern dieser Stichprobe haben im Durchschnitt mehr Kinder als die Eltern der Fragebogenuntersuchung ( $\chi(3) = 15,726$ ,  $p \leq 0,001$ ). Auffallend ist zudem der Unterschied bisheriger Scheidungserfahrungen: In der Subjektive-Theorien-Stichprobe hatte wie erwähnt lediglich ein Untersuchungsteilnehmer (2,5%

der Stichprobe) eine Scheidung hinter sich, in der Fragebogenstichprobe waren dies auch prozentual gesehen deutlich mehr (N=39; 12,3%). Da sich keine signifikanten Unterschiede bei den übrigen soziodemographischen Variablen wie Alter, Ausbildungsniveau, Dauer der Beziehung, Häufigkeit gemeinsamer Kinder, Partnerschaftszufriedenheit und Partnerschaftsqualität finden, können die beiden Stichproben insgesamt in Bezug auf die soziodemographischen Variablen als gut vergleichbar eingeschätzt werden.

### **b) Zusammensetzung der Auswertungsstichproben**

Wie erwähnt war ursprünglich angestrebt, die Stichprobe jeweils zur Hälfte aus partnerschaftszufriedenen Paaren und (sich in Paartherapie befindenden) unzufriedenen Paaren zusammenzustellen. Es zeigte sich jedoch, dass es nahezu unmöglich war, Paare in Paartherapie (außerhalb eines Therapieprogramms) zu einer umfangreichen und im Vergleich zu Fragebogenstudien „intimen“ Interview-Untersuchung gewinnen zu können. Auch die Suche nach interessierten unzufriedenen Paaren, die sich über ca. drei Stunden intensiv mit ihrem Ärger und Zorn auseinandersetzen wollten, gestaltete sich schwieriger als erwartet. Schlussendlich konnten jedoch nach intensiver Suche zwanzig Paare gefunden werden, bei denen jeweils zehn der Kontaktpersonen die Partnerschaft als „glücklich-zufriedene“ bzw. als „unglücklich-unzufriedene“ Paarbeziehung beschrieben. Bei der Auswertung der Partnerschaftszufriedenheit (sensu Terman-Frage und DAS-Fragebogen) ergab sich jedoch, dass vier der Paare nicht eindeutig als zufriedenes oder unzufriedenes Paar zu klassifizieren waren: Die Analyse der Angaben zur Terman-Frage sowie der modifizierten und sprachlich verankerten Frage nach der Partnerschaftszufriedenheit im Rahmen des DAS (Frage 31: „Wie glücklich sind sie derzeit in ihrer Beziehung“; 7-stufiges Item mit den Extremen „sehr unglücklich“ bis „perfekt“) ergab, dass bei vier Paaren die Einschätzungen der Partnerschaftszufriedenheit divergierte. Da bei jedem der Paare jeweils eine Person sich als eher glücklich bzw. als eher unglücklich mit der Beziehung einstuft und diese Einschätzung zudem mit der nichtverbalisierten Terman-Frage übereinstimmte, wurden diese Paare aufgeteilt und die Auswertungsstichproben *nicht nach Paaren (Paarzufriedenheit)*, sondern nach *individueller Partnerschaftszufriedenheit* zusammengestellt. Dies hatte zwar zur Folge, dass der ursprünglich geplante Gruppenvergleich *der Paare* nicht mehr durchgeführt werden konnte, doch mussten dafür auch nicht vier Paare aus der Auswertung ausgeschlossen werden. Die mit diesem Procedere verbundenen potentiellen Konfundierungen innerhalb der Gruppen durch abhängige (Paare) und unabhängige Personen wurde bewusst in Kauf genommen, da es nicht Ziel der Studie war, die Interaktionen innerhalb der einzelnen Paare, sondern Unterschiede der Subjektiven Theorien zwischen zufriedenen und unzufriedenen Personen bzw. in Abhängigkeit von der Geschlechterzugehörigkeit zu analysieren.

Zur Einteilung der beiden Stichproben (partnerschaftszufriedene vs. –unzufriedene PartnerInnen) wurde primär auf die Beantwortung der Terman-Frage zurückgegriffen („Wie würden Sie derzeit die Qualität ihrer Partnerschaft einschätzen/wie zufrieden sind Sie derzeit in ihrer Partnerschaft“). Der DAS-Fragebogen wurde aufgrund vereinzelter Kritik als an Rollenstereotypen orientiert und damit den heutigen Normen nicht mehr entsprechend (zusammenfassend Hahlweg, 1996, S. 9) nur im Sinne der Validierung der Einschätzungen herangezogen.

### Als Einteilungskriterium für die Auswertungsstichproben galten:

#### Mit der Partnerschaft sehr zufriedene Personen:

- Personen, die in ihrer subjektiven Einschätzung durch die Terman-Frage zum Ausdruck brachten, dass sie mit der Partnerschaft zufrieden sind (operationalisiert durch Werte bei der Terman-Frage zwischen 1 und 3); kontrolliert wurde zudem, ob die Personen in der sprachlich verankerten Modifikation sich mindestens als „glücklich“ bezeichneten (DAS-Frage 31). Mit Blick auf die DAS-Summenwerte zeigte sich, dass bis auf zwei Abweichungen (DAS = 95 und 99) alle Personen in dieser Gruppe DAS-Werte > 100 aufweisen.

#### Mit der Partnerschaft eher unzufriedene/unglückliche Personen:

- Personen, die durch die Terman-Frage zum Ausdruck brachten, dass sie in ihrer Partnerschaft eher unzufrieden sind (operationalisiert durch Werte bei der Terman-Frage  $\leq 4$ ). Kontrolliert wurde auch hier, ob die Personen sich selbst in der DAS-Frage 31 als „eher unglücklich“ bis „extrem unglücklich“ bezeichneten. Bei der Analyse der DAS-Werte zeigte sich, dass 75% der Personen DAS-Werte unter 100 aufwiesen.

Schlussendlich konnten für die Auswertung alle 40 Subjektive Theorien genutzt werden (jeweils von zehn zufriedenen bzw. unzufriedenen Männern und Frauen). Ein Überblick über die Verteilung der Partnerschaftszufriedenheit in der Stichprobe findet sich in Tabelle 22:

Tab. 22: Verteilung der Partnerschaftszufriedenheit in der Stichprobe „Subjektive Theorien“

Stichprobe der zufriedenen Personen					Stichprobe der unzufriedenen Personen <sup>b</sup>				
	Frauen (N=10)		Männer (N=10)			Frauen (N=10)		Männer (N=10)	
ST-Paar Nr.	Terman <sup>a</sup>	DAS	Terman <sup>a</sup>	DAS	ST-Paar Nr.	Terman <sup>a</sup>	DAS	Terman <sup>a</sup>	DAS
3	1 / b	117	2 / c	122	1	7 / g	57	4 / f	82
6	1 / a	137	1 / b	132	4	7 / g	39	7 / f	52
7	2 / c	112	2 / b	120	8	5 / f	81	6 / f	74
10	2 / c	99	2 / d	109	9	4 / e	97	4 / e	90
11	1 / c	114	1 / c	106	12	4 / e	101	4 / f	102
13	1 / b	120	1 / a	115	14	6 / g	76	7 / g	95
15	3 / d	110	1 / b	126	17	4 / e	94	4 / e	89
16	2 / c	104	1 / b	121	19	6 / f	67	5 / f	83
2			3 / d	112	2	4 / e	98		
5	2 / d	112			5			4 / e	103
18			3 / d	95	18	4 / e	100		
20	3 / d	105			20			4 / e	107
<b>Mittelwerte<sup>c</sup></b>	1,8 SD: 0,79	113 SD: 10,5	1,7 SD: 0,82	115,8 SD: 10,1		5,1 SD: 1,29	81 SD: 21,2	4,9 SD: 1,29	87,7 SD: 16,3

Anmerkungen:

a) Zur Terman Frage:

*Numerische Werte 1-7:* Subjektiv eingeschätzte Qualität der Beziehung: 1 = sehr gut / 7 = sehr schlecht

*Alphabetische Werte a – g:* Sprachlich verankerte Terman-Werte in DAS-Fragebogen (Frage 31): a = „perfekt“ / b = „äußerst glücklich“ / c = „sehr glücklich“ / d = „glücklich“ / e = „ein wenig unglücklich“ / f = „ziemlich unglücklich“ / g = „extrem unglücklich“

b) Dunkel unterlegte Felder: Personen, die sich mit der Partnerschaft als „eher unzufrieden“ einstufen (operationalisiert durch Terman < 3 und sprachliche Verankerung durch mindestens „ein wenig unglücklich“)

c) Hoch signifikante Mittelwertsunterschiede zwischen den Zufriedenheitsstichproben (Terman und DAS jeweils  $p \leq 0.001$ ); keine signifikanten Unterschiede zwischen Frauen und Männern innerhalb der Stichproben

## 7.2.2 Vergleich des Ärger- und Konfliktverhalten zwischen der Stichprobe „Fragebogenuntersuchung“ und der Stichprobe „Subjektive Theorien“

Um überprüfen zu können, ob die relativ kleine Stichprobe der Untersuchung zu Subjektiven Theorien in ihrem Ärger- und Konfliktverhalten als repräsentativ angesehen werden kann und damit der Geltungsbereich der Ergebnisse auch auf eine größere Population ausgeweitet werden könnte, wurden die Fragebogendaten der Stichprobe „Subjektive Theorien“ mit den Daten der Fragebogenuntersuchung verglichen. Die statistische Überprüfung erfolgte aufgrund der Interkorrelation der Skalen mit Hilfe multi- und für die einzelnen Skalen univariaten Varianzanalysen für unabhängige Stichproben (vgl. Bortz, 1984; Bühl et al., 2000).

Bei einem Vergleich der Skalenwerte bzgl. des Konfliktverhaltens finden sich keine signifikanten Overall-Effekte zwischen der Stichprobe der Fragebogenuntersuchung und der Stichprobe „Subjektive Theorien“ (hohe Partnerschaftszufriedenheit: Wilks' Lambda = 0,931;  $F(8,135) = 1,250$ ;  $p=0,275$ ; Eta ( $\eta^2$ ) = 0,069; mittlere/niedrige Partnerschaftszufriedenheit: Wilks' Lambda = 9,31;  $F(8,205) = 0,247$ ;  $p=0,981$ ; Eta ( $\eta^2$ ) = 0,010).

Tabelle 23: Vergleich der Daten zum Umgang mit Konflikten (UMK) der Fragebogenuntersuchung mit den Daten der Stichprobe „Subjektive Theorien“

UMK-Skalen	Hohe Partnerschaftszufriedenheit			Mittlere/niedrige Partnerschaftszufriedenheit <sup>a</sup>		
	Skalen-Mittelwerte (SD in Klammer)	Fragebogenstudie (124 Personen)	Untersuchung Sub. Theorien (20 Personen)	Sign. Test <sup>b</sup> df=1	Fragebogenstudie (194 Personen)	Untersuchung Subj. Theorien (20 Personen)
<b>Selbtsicht</b>						
Kämpferischer Konfliktstil	9,31 (3,24)	8,85 (2,60)	<i>ns</i>	m: 10,55 (2,70) n: 10,99 (2,95)	10,05 (2,35)	<i>ns</i>
Problembez. Konfliktverhalten	16,03 (2,09)	15,70 (2,05)	<i>ns</i>	m: 14,00 (2,51) n: 13,74 (2,39)	13,85 (2,68)	<i>ns</i>
Rückzug	8,03 (3,07)	8,40 (3,57)	<i>ns</i>	m: 9,64 (3,25) n: 11,06 (3,42)	10,05 (3,91)	<i>ns</i>
Nachgiebigkeit	9,57 (2,67)	9,90 (2,97)	<i>ns</i>	m: 10,54 (2,88) n: 11,69 (3,38)	10,60 (3,78)	<i>ns</i>
<b>Fremdsicht</b>						
Kämpferischer Konfliktstil	8,60 (3,77)	7,90 (3,24)	<i>ns</i>	m: 11,07 (3,54) n: 12,81 (3,35)	12,20 (3,40)	<i>ns</i>
Problembez. Konfliktverhalten	15,50 (2,75)	14,55 (2,84)	<i>ns</i>	m: 12,87 (3,16) n: 10,24 (2,82)	12,00 (3,29)	<i>ns</i>
Rückzug	8,23 (3,39)	9,95 (2,98)	<b>0,03 *</b>	m: 10,56 (3,68) n: 12,01 (4,02)	11,35 (4,45)	<i>ns</i>
Nachgiebigkeit	9,13 (2,83)	8,55 (2,63)	<i>ns</i>	m: 9,53 (3,29) n: 7,98 (3,15)	8,75 (3,48)	<i>ns</i>

Anmerkung: a) Aus ökonomischen Gründen sowie zur besseren Vergleichbarkeit wurden die PartnerInnen mit mittlerer und sehr niedriger Paarzufriedenheit der Fragebogenstudie in einer Spalte zusammengefasst (n: niedrige; m: mittlere Paarzufriedenheit).

b) Die Signifikanzprüfung erfolgt mit Hilfe der im Rahmen der multivariaten Varianzanalyse durchgeführten univariaten Testungen.

Auch die Ergebnisse der univariaten Varianzanalysen bezogen auf die einzelnen Skalen zeigen (vgl. Tabelle 23), dass die Stichproben mit ihren Untergruppen der zufriedenen vs. unzufriedenen Personen in den Skalenmittelwerten des Fragebogens „Umgang mit Konflikten“

kaum signifikante Unterschiede aufweisen. Lediglich bei der Fremdperspektive auf das Konfliktverhalten der Partner/in zeigte sich ein leichter Effekt: die zufriedenen Paare der Stichprobe „Subjektive Theorien“ nehmen signifikant mehr Rückzugsverhalten wahr als die zufriedenen Paare der Fragebogenstudie ( $F(1) = 4,89; p=0,029$ ).

Der analog dazu durchgeführte statistische Vergleich der Daten zu Ärgerneigung und Ärgerausdruck (STAXI) zeigt, dass die beiden Stichproben mit ihren Untergruppen auch bzgl. der Angaben zu ihrem selbstbezogenen und fremdwahrgenommenen Umgang mit Ärger gut vergleichbar sind (multivariate Varianzanalyse: hohe Partnerschaftszufriedenheit: Wilks' Lambda = 0,974;  $F(8,135) = 0,459; p=0,883$ ; Eta ( $\eta^2$ ) = 0,026; mittlere/niedrige Partnerschaftszufriedenheit: Wilks' Lambda = 0,959;  $F(8,139) = 0,742; p=0,654$ ; Eta ( $\eta^2$ ) = 0,041). Bei den univariaten Varianzanalysen erwies sich keiner der Unterschiede in den Skalenmittelwerten als signifikant (vgl. Tab. 24).

Tabelle 24: Vergleich der Daten zu Ärgerausdruck (STAXI) der Fragebogenuntersuchung mit den Daten der Stichprobe „Subjektive Theorien“

STAXI-Skalen	Hohe Partnerschaftszufriedenheit			Mittlere/niedrige Partnerschaftszufriedenheit <sup>a</sup>		
	Fragebogenstudie (124 Personen)	Untersuchung Subj. Theorien (20 Personen)	Sign. Test <sup>b</sup> df = 1	Fragebogenstudie (128 Personen)	Untersuchung Subj. Theorien (20 Personen)	Sign. Test <sup>b</sup> df = 1
	<b>Selbtsicht</b>					
anger out	9,02 (3,11)	8,10 (2,47)	<i>ns</i>	m: 9,81 (2,93) n: 9,45 (2,62)	9,50 (2,78)	<i>ns</i>
anger in	9,72 (3,13)	9,70 (2,27)	<i>ns</i>	m: 11,20 (3,25) n: 11,88 (3,80)	11,30 (3,67)	<i>ns</i>
anger control	13,24 (3,29)	14,20 (3,07)	<i>ns</i>	m: 13,21 (3,26) n: 13,42 (3,10)	13,85 (3,03)	<i>ns</i>
anger trait	20,88 (4,74)	19,65 (3,73)	<i>ns</i>	m: 21,88 (4,28) n: 21,33 (3,85)	21,05 (4,58)	<i>ns</i>
	<b>Fremdsicht</b>					
anger out	8,34 (2,96)	8,05 (2,89)	<i>ns</i>	m: 10,06 (3,39) n: 10,42 (3,38)	11,50 (3,97)	<i>ns</i>
anger in	10,26 (3,13)	10,20 (2,35)	<i>ns</i>	m: 11,18 (3,25) n: 10,88 (3,52)	10,70 (3,76)	<i>ns</i>
anger control	13,53 (3,52)	13,80 (2,89)	<i>ns</i>	m: 12,47 (3,29) n: 11,18 (3,66)	11,40 (4,21)	<i>ns</i>
anger trait	19,68 (4,70)	22,40 (5,71)	<i>ns</i>	m: 22,59 (5,38) n: 24,33 (6,14)	24,65 (5,94)	<i>ns</i>

Anmerkung: a) Aus ökonomischen Gründen sowie zur besseren Vergleichbarkeit wurden die PartnerInnen mit mittlerer und sehr niedriger Paarzufriedenheit der Fragebogenstudie in einer Spalte zusammengefasst (n: niedrige; m: mittlere Paarzufriedenheit).

b) Die Signifikanzprüfung erfolgte mit Hilfe durchgeführter univariater Testungen.

Zusammenfassend kann aufgrund der hohen Übereinstimmung sowohl der soziodemographischen Variablen als auch der Daten zum Ärger- und Konfliktverhalten die relativ kleine Stichprobe der Studie zu Subjektiven Theorien (N=40) als gut vergleichbar mit der größeren Stichprobe der Fragebogenuntersuchung (N=318) angesehen werden. Die Annahme erscheint somit berechtigt, dass die beiden Stichproben aus der gleichen Grundgesamtheit kommen und somit die Ergebnisse der Subjektiven Theorien einen größeren Geltungsbereich haben dürften als nur für die befragten 20 Paare – was es in umfangreicheren Untersuchungen zu prüfen gilt.

### 7.2.3 Erhebung der Subjektiven Theorien über Zorn in Paarbeziehungen: Vorgehensweise mit Hilfe eines Struktur-Ge-Interviews

#### a) Methodische Vorgehensweise und Durchführung der Struktur-Ge-Interviews:

Die Erhebung der Subjektiven Theorien erfolgte entsprechend dem Vorgehen im Rahmen des Forschungsprogramms Subjektive Theorien (FST; Groeben et al., 1988) mit Hilfe eines halbstrukturierten Interviews und unter Nutzung eines Struktur-Ge-Verfahrens (zum Überblick über diese Verfahren vgl. Dann, 1992). In Modifikation der sonstigen Vorgehensweise, in zwei getrennten Sitzungen zunächst im Interview die thematischen Theorieninhalte zu erheben, in einer daran anschließenden Sitzung mit Hilfe eines Struktur-Ge-Verfahrens die Theoriestructur zu rekonstruieren (Scheele & Groeben, 1988; Scheele, 1992), wurden die Subjektiven Theorien in nur *einer* Sitzung erfasst. Hierfür waren vor allem ökonomische Gründe maßgeblich, da sich in Vorversuchen herausstellte, dass es nahezu unmöglich ist, berufstätige Paare (zumindest mit kleinen Kindern) zu zwei Terminen motivieren zu können. Da diese Komprimierung der Erhebung mit einer Reihe methodologischer und praktischer Probleme verbunden ist (vgl. Groeben, 1992), wurde versucht, durch flankierende Maßnahmen eine Überforderung der Untersuchungsteilnehmer/innen (einschließlich des Untersuchungsleiters) und damit mögliche Einbußen der Qualität der erhobenen Daten zu mindern:

Bei der *Erfassung der Theorieinhalte* wurde die Relevanz einzelner – vorab schon in den theoretischen Vorarbeiten abgeleiteter – Konzepte zu klären versucht. Hierzu war ein Pool theoretisch relevanter Konzepte für das Struktur-Ge-Interview vorbereitet worden, die den Untersuchungspersonen vorgelegt und anhand standardisierter Fragen kritisch besprochen wurden (siehe Interviewleitfaden). Ergänzend hierzu wurden die Untersuchungspersonen aufgefordert, weitere – eventuell sehr individuelle – Konzepte zu explizieren, damit die Subjektiven Theorien so genau wie möglich ihre persönliche Auffassung zu den einzelnen Fragen wiedergaben. Entsprechend den dialog-konsensualen Prinzipien bei der Erfassung Subjektiver Theorien (vgl. Groeben et al., 1988, S. 126ff.) wurden alle Konzepte aufgenommen, die von den UntersuchungspartnerInnen genannt und im Dialogkonsens als wesentlich eingeschätzt wurden. Durch einführende Instruktionen und den Versuch, eine angenehme Atmosphäre während des Struktur-Ge-Interviews herzustellen, wurde zu gewährleisten versucht, dass diese Vorgaben die Explizierungsbereitschaft weniger einschränken als vielmehr fördern und zur Präzision der Subjektiven Theorien beitragen.

Auch in Bezug auf die Rekonstruktion der Struktur der Subjektiven Theorien war angestrebt, durch ein vereinfachtes Vorgehen die Anforderungen an die Untersuchungsteilnehmer/innen und den Untersuchungsleiter zu verringern:

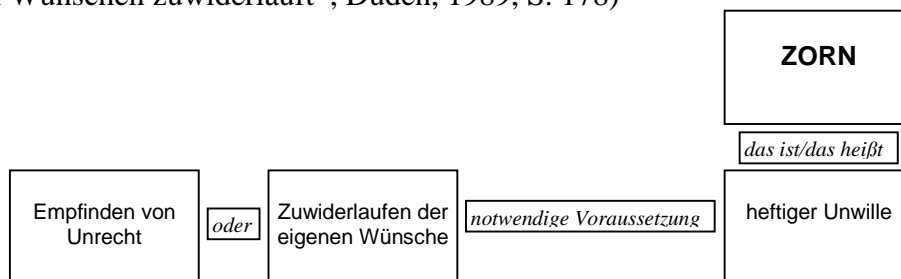
Für die *Rekonstruktion der Theorie-Struktur* wurde aufgrund der inhaltlichen Angemessenheit und guter Erfahrungen mit diesem Struktur-Ge-Spiel auf die alltagssprachliche Flexibilisierungsvariante der Heidelberger Struktur-Ge-Technik zurückgegriffen (Scheele, Groeben & Christmann, 1992). Bei diesem gut verständlichen alltagssprachlichen Verfahren ist es möglich, durch flexible Zusammenstellung einzelner Relationen das Erhebungsinstrument den individuellen Anforderungen anzupassen.



Zudem war durch die Zielsetzungen und spezifischen Fragestellungen eine – wenn auch grobe – Vorstrukturierung der Subjektiven Theorien impliziert. Diese (beschränkenden) Vorstrukturierungen wurden bei der Rekonstruktion im Sinn von Explikationshilfen genutzt, indem mit Hilfe der Relationskonzepte diese implizite Theoriestructur mit inhaltlich zu füllenden Leerstellen schon vorgegeben wurde (siehe Interviewleitfaden; Kap. 7.2.4).

Für die *Beschreibung des Zorns* waren dies entsprechend dem emotionstheoretischen Vorverständnis antezedente (empirische wie analytische) Bedingungen sowie die verschiedenen strukturellen Komponenten für die Beschreibung von Emotionen (z.B. bewertungsbezogene, motivationale, physiologische, aktionale, „erlebensbezogene“ Komponenten).

Als Einstiegshilfe in das Thema sowie zur Verdeutlichung der Methodik wurde den UntersuchungspartnerInnen mit Hilfe der Strukturlegetechnik die Duden-Definition des Zorns vorgestellt („Zorn: „heftiger Unwille über etwas, was man als Unrecht empfindet oder was den eigenen Wünschen zuwiderläuft“; Duden, 1989, S. 178)

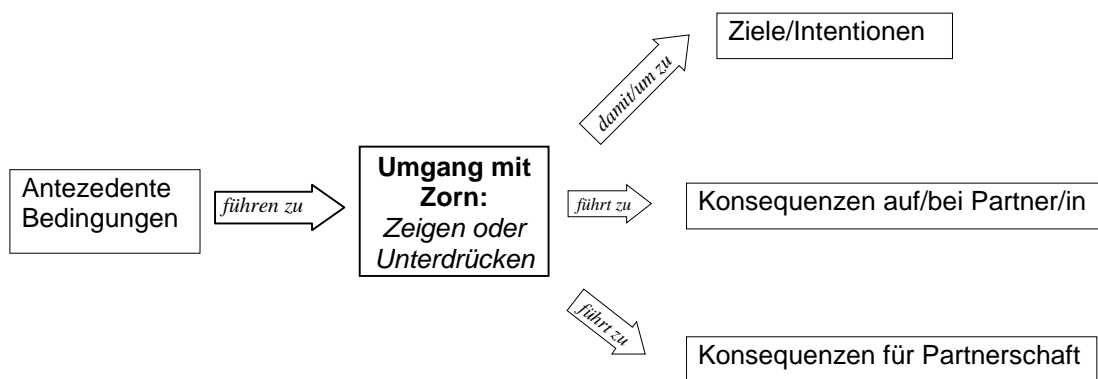


Ausgehend von dieser Definition wurden die Untersuchungspersonen gebeten, ihre eigenen Vorstellungen des Zorns darzu“legen“. Als Explizierungshilfe diente die Vorstellung, einer Person, die das Gefühl des Zorns nicht kennt (z.B. einem „Vulkanier“, auf dessen Planet es keine Gefühle gibt), den „Zorn“ mit allen Einzelheiten und Facetten zu beschreiben (vergleiche hierzu die Interviewfragen; Kap. 7.2.4).

Auch für die Explikation der *Subjektiven Theorien zum Umgang mit Zorn* wurde eine Reihe erleichternder Vorstrukturierungen vorgenommen. Um die Subjektiven Theorien auch wirklich bezogen auf die eigene Person und die eigene Partnerschaft zu erfassen (Subjektive Theorien im Sinne der „Selbtsicht“; vgl. Groeben et al., 1988, S. 17ff.), wurden die Untersuchungspersonen zunächst gebeten, den eigenen Umgang mit Zorn zu beschreiben und den eigenen „typischen Bewältigungsstil“ (entweder „Zeigen“ oder „Unterdrücken“ des Zorns) einzuschätzen (und im weiteren Verlauf des Interviews auch zu bewerten). Die Beschränkung auf diese beiden kommunikationstheoretisch besonders salienten Möglichkeiten des Umgangs mit Zorn wurde einerseits aus ökonomischen Überlegungen vorgenommen, andererseits bestand das Interesse darin, möglichst deutlich differenzierbare und aufgrund bisheriger Untersuchungen als relevant einzuschätzende „Bewältigungsstile“ zu analysieren (vgl. auch die Differenzierung „anger out/anger in“; Schwenkmezger et al., 1992). Um zusätzlich die breite Palette möglicher Zornreaktionen zu berücksichtigen, wurden die Untersuchungspersonen im Anschluss gebeten, noch differenzierter einzelne Verhaltensweisen - die sich an der Kategorisierung von Ärgerreaktionen sensu Weber (1994) orientierten - hinsichtlich der von ihnen gezeigten Häufigkeit einzuschätzen.

Da davon ausgegangen und von den Untersuchungspersonen auch darauf verwiesen wurde, dass der individuelle „Bewältigungsstil“ des Zeigens bzw. Unterdrückens von Zorn lediglich als eine *prototypische* „Bewältigungsform“ aufzufassen war, jedoch (je nach Situation) durchaus auch die jeweils andere Bewältigungsform genutzt wurde, wurden von allen Subjektiven TheoretikerInnen jeweils die Subjektiven Theorien zu *beiden* „Bewältigungsformen“ erhoben. Aufgrund dieses Vorgehens lagen zur Auswertung schlussendlich von den UntersuchungsteilnehmerInnen 40 Subjektive (Teil-)Theorien sowohl zu „Zeigen des Zorns“ als auch zu „Unterdrückung des Zorns“ vor.

Die inhaltlichen Fragestellungen zum Umgang mit Zorn beschränkten sich auf antezedente Bedingungen sowie Konsequenzen und Ziele der Zornreaktionen. Durch diese Fokussierung war ebenfalls eine vergleichsweise grobe Vorstrukturierung gegeben (z.B. das „Zeigen des Zorns“ *führt zu* „(inhaltlich zu spezifizierenden) Konsequenzen für die Partnerschaft“).



Im Verlauf des Struktur-lege-Interviews konnten die durch diese Vorstrukturierung eingeschränkten definitorischen und empirischen Relationen bei Bedarf erweitert werden, falls dies aufgrund der differenzierten Art des Denkens der UntersuchungsteilnehmerInnen erforderlich war (vgl. Scheele et al., 1992). Durch den flexiblen Umgang mit Kognitionsinhalten und Strukturierungsvorschlägen der Untersuchungspersonen sollte während des Struktur-lege-Interviews sichergestellt werden, dass Inhaltserhebung und Strukturrekonstruktion adäquat durchgeführt und die Subjektiven Theorien auch valide erfasst wurden (Kriterium der dialogkonsensualen Validierung). Um die Vergleichbarkeit der Daten zu gewährleisten, wurden individuelle Differenzierungen in den Relationen lediglich bei der individuumsbezogenen Auswertung, nicht jedoch bei den Gruppenvergleichen genutzt (vgl. Kap. 7.3).

Aufgrund der – insbesondere für unzufriedene Paare – potentiell emotional belastenden Thematik war es notwendig, auf diese Belastungen auch während der Untersuchungssituation zu achten und die Untersuchungsteilnehmer/innen emotional nicht zu überfordern. Entsprechend den metatheoretischen Grundannahmen des Forschungsprogramms Subjektive Theorien war es jedoch durchaus intendiert, den Untersuchungsteilnehmer/innen neue Einsichten in das eigene emotionale Erleben und Handeln im Zusammenhang mit ihrem Zorn zu ermöglichen. Um zu überprüfen, inwiefern die Rekonstruktion der Subjektiven Theorien aus Sicht der untersuchten Personen adäquat gelungen war und welche Belastungen und Erkenntnisse für die Paare mit der Erhebung der Subjektiven Theorien verbunden war, wurden die Untersuchungspersonen in einem kurzen Fragebogen rückblickend zu dieser Untersuchung befragt

(vgl. Kap. 7.5). Neben der Kontrolle der (subjektiv eingeschätzten) Rekonstruktionsadäquanz war es ein Ziel, durch die nachträgliche Einschätzung der untersuchten Personen Hinweise auf die Nützlichkeit des Verfahrens sowie sinnvolle Modifikationsmöglichkeiten im paartherapeutischen Kontext zu erarbeiten.

Konkret fand die Erfassung der Subjektiven Theorien – zumeist in den Abendstunden – in den Räumen der Arbeitseinheit „Klinische Psychologie und Psychotherapie“ des Psychologischen Instituts der Universität Heidelberg statt. Zu Beginn der Interviews wurden die TeilnehmerInnen zunächst ausführlich über Ziel und Zweck dieser Untersuchung aufgeklärt und es wurde die (ungewöhnliche) Art des „Struktur-Lege-Interviews“ vorgestellt. Die anschließenden Struktur-Lege-Interviews dauerten je nach Differenzierungsgrad der Subjektiven Theorien, den Fertigkeiten im Umgang mit der Struktur-Lege-Technik und dem Belastungsgrad der UntersuchungsteilnehmerInnen zwischen 2 und 4 Stunden. Schon allein aufgrund der langen Zeit war es selbstverständlich, dass bei Bedarf jederzeit Pausen eingelegt werden konnten. Zwischen den Fragen zum definitorischen Teil und den Fragen zum Umgang mit Zorn war immer eine Pause vorgesehen.

Aus Übersichtlichkeitsgründen wurde für den definitorischen Bereich zu Zorn bzw. den empirischen Bedingungen für den Umgang mit Zorn jeweils ein eigenes Strukturbild erstellt. Die Erfassung und Fixierung der Subjektiven Theorien erfolgte mit eigens dafür präparierten Struktur-Lege-Kärtchen, die mit Hilfe einer Magnettechnik gleich im Interview auf handlichen Metallplatten fixiert wurden. Zur Kontrolle wurden die Gespräche zusätzlich (nach Einwilligung) auf Band aufgezeichnet. Die erfragten Theorieinhalte wurden entweder auf den schon vorbereiteten oder aber individuell neu beschrifteten Kärtchen abgebildet und gemeinsam mit den UntersuchungsteilnehmerInnen entsprechend den Regeln der Heidelberger-Lege-Technik in eine Struktur gebracht. Da für die Rekonstruktion der Theoriestructur nur relativ wenig und leicht verständliche Relationen vorgesehen waren, konnten diese im Verlauf des Interviews erklärt und besprochen werden.

Am Ende der Interviews wurden die erstellten Subjektiven Theorien auf DinA3 Blätter kopiert, die als Auswertungsgrundlage dienten. Dadurch war es auch möglich, jede/r UntersuchungsteilnehmerIn ihre/seine Subjektive Theorie als Kopie auszuhändigen, um diese bei Bedarf nochmals in Ruhe reflektieren oder mit dem/der jeweiligen PartnerIn besprechen zu können. Zudem wurden die befragten Personen gebeten, an der Nachbefragung mittels eines kurzen Fragebogens teilzunehmen, was alle UntersuchungsteilnehmerInnen zusagten.

Bei der Erfassung der Subjektiven Theorien gab es eine Reihe von Besonderheiten: Zunächst stellte sich bei der Explikation und Beschreibung von „Zorn“ heraus, dass viele der UntersuchungspartnerInnen eher vage Vorstellungen von diesem Konstrukt hatten und sich schwer damit taten, „Zorn“ z.B. von Wut oder Ärger abzugrenzen. Dies führte bei hochmotivierten TeilnehmerInnen vereinzelt zu Frustrationen, da sie den Eindruck hatten, mir keine große Hilfe zu sein. So weit als möglich wurde unter Verweis auf das Ziel der Arbeit versucht, diese Irritationen durch Metakommunikation aufzuheben, bei einigen Untersuchungspersonen wurde in den Subjektiven Theorien gekennzeichnet (Zorn = starker Ärger/Wut), dass die befragten Personen qualitativ nicht zwischen Ärger, Wut und Zorn unterschieden.

Beeindruckend für mich war die große Offenheit der UntersuchungsteilnehmerInnen. Gerade bei einem Thema wie Zorn in Partnerschaften ist zu erwarten, dass aufgrund sozialer (Un)Erwünschtheit eher negatives Verhalten oder „heikle“ Aspekte (wie z.B. Aggressionen, Abwertungen, Irrationalitäten) verschwiegen werden. In den Struktur-Lege-Interviews zeigte sich jedoch, dass die befragten Partner/innen sehr offen und selbstkritisch den eigenen Umgang mit Zorn darstellten und bereitwillig auch Diskrepanzen zwischen dem „eigentlich idealen“ Umgang mit Zorn und ihren eigenen (z.T. als sehr destruktiv eingeschätzten) Verhaltensweisen beschrieben. Hier versuchte ich, durch konkretes Nachfragen und Präzisierungshilfen gemeinsam mit den Untersuchungspersonen herauszuarbeiten, wie sich diese Diskrepanzen in den Subjektiven Theorien widerspiegeln und erklären lassen (vgl. Kap. 7.3.3.3). Zu berücksichtigen gilt es, dass sich gerade unzufriedene Paare von der Teilnahme an der Untersuchung z.T. auch konkrete Tipps zur Verbesserung der Partnerschaft versprochen – was sich bei massiven Belastetheiten und Problemen als teilweise schwierig für den Verlauf des Struktur-Lege-Interviews herausstellte. Auch hier war es notwendig, nochmals auf das Ziel der Untersuchung hinzuweisen. Um den Bedürfnissen der UntersuchungsteilnehmerInnen nach konkreter Unterstützung bei den Partnerschaftsproblemen nachzukommen, wurde bei Bedarf ein separater Termin angeboten, der auch von drei Paaren genutzt wurde. Bei diesem Beratungs-Termin wurden die Paare über verschiedene Möglichkeiten der konkreten Hilfe (z.B. Paartherapie in der Psychotherapeutischen Ambulanz des Psychologischen Instituts der Uni Heidelberg oder vergleichbaren Einrichtungen) informiert.

Wie erwähnt waren für die Paare jeweils getrennte Termine für den/die Partner/in zur Erfassung der Subjektiven Theorien vorgesehen. Entgegen erster Befürchtungen stellte es sich auch bei unzufriedenen Paaren nicht als (erkennbares) Problem heraus, dass die Untersuchungspersonen wussten, dass auch ihr/e Partner/in zum gleichen Thema befragte wurde (es wurde von meiner Seite aus die Schweigepflicht vereinbart). Um die individuellen Subjektiven Theorien nicht durch die gemeinsame Besprechung des Paares zwischen den beiden Terminen zu verfälschen, wurden die Untersuchungspersonen gebeten, sich ihre Subjektiven Theorien erst nach der Erstellung *beider* Theorie-Strukturen zu zeigen – was von allen zugesagt (aber natürlich nicht kontrolliert) wurde.

Insgesamt stellte die Erfassung der Subjektiven Theorien auch für den Untersuchungsleiter eine Herausforderung dar. Der z.T. sehr idiographische Inhalt sowie die Länge der Interviews erforderte ein hohes Maß an empathischer Konzentration, die gleichzeitige Erfassung und Strukturierung der Subjektiven Theorien sowie die Berücksichtigung der Relevanz der Thematik für die (insbesondere mit der Partnerschaft unzufriedenen) UntersuchungspartnerInnen stellten hohe Anforderungen dar. Als technisch sehr hilfreich erwies sich hier der differenzierte Interviewleitfaden mit den vorbereiteten Konstruktkärtchen sowie die alltagssprachliche Variante der Struktur-Lege-Technik. Nützlich waren zudem meine psychotherapeutischen Erfahrungen. Offen bleiben muss, ob durch die Vorstrukturierungen sowie die Beschränkungen an zu Verfügung stehender Zeit die Subjektiven Theorien immer hinreichend präzise expliziert werden konnten (was durch die Nachbefragung kontrolliert werden sollte).

Im Folgenden wird der Interviewleitfaden zur Erfassung der Subjektiven Theorien zur Beschreibung und Bewältigung des Zorns vorgestellt, aus dem nochmals das inhaltliche wie formale Prozedere deutlich wird.

## 7.2.4 Interviewleitfaden zur Erfassung der Beschreibung und Bewältigung von Zorn in Paarbeziehungen

### Einführung

In den meisten Partnerschaften kommt es vor, dass man gelegentlich ärgerlich, wütend oder zornig auf seinen Partner oder seine Partnerin wird. Interessanterweise hat sich die psychologische Forschung jedoch nur sehr selten mit Fragen des Ärgers/Zorns in Partnerschaften auseinandergesetzt - und so liegen nur wenig gesicherte Erkenntnisse über die Bedeutung und den Stellenwert von Ärger bzw. Zorn in Partnerschaften vor. Vor allem weiß man wenig darüber, welche Auswirkungen der individuelle Umgang mit Ärger/Zorn auf Partnerschaften hat. Ich möchte hier eine Lücke schließen und bitte Sie deshalb um Ihre Mitarbeit.

Konkret geht es in dieser Untersuchung um die Frage, wodurch Gefühle wie Ärger, Wut oder Zorn in der Partnerschaft ausgelöst werden und wie sich Personen verhalten, wenn sie auf die Partnerin oder den Partner so richtig 'sauer' sind. Zudem interessiert mich, welche Konsequenzen und Wirkungen mit verschiedenen Möglichkeiten des Umgangs mit Ärger/Zorn Ihrer Ansicht nach verbunden sind.

Im folgenden Struktur-Lege-Interview werde ich Sie nun zu Ihren ganz persönlichen Ansichten und Erfahrungen zu verschiedenen Bereichen des Ärgers/Zorns in der Partnerschaft befragen:

Im ersten Teil des Interviews geht es zunächst um die *Beschreibung des Zorns*. Mich interessiert dabei, was Sie unter Zorn verstehen bzw. wie Sie das Gefühl des Zorns beschreiben würden. (*Definition und Phänomenbeschreibung*). Anschließend werde ich Sie nach *Anlässen* befragen, die Sie ärgerlich, wütend oder zornig in Ihrer Partnerschaft werden lassen.

Der zweite Teil des Interviews bezieht sich zunächst auf die Frage, *welche Wirkungen und Konsequenzen* Ihrer Ansicht nach mit dem unterschiedlichen Umgang mit Zorn verbunden sind. Abschließend steht die Frage im Vordergrund, von welchen *Bedingungen* Ihr persönliches Verhalten im Zorn abhängt bzw. wie Sie Ihr eigenes Verhalten im Zorn *erklären* würden (*Bedingungen, Intentionen*)

Das Besondere an diesem Interview ist, dass Ihre Auffassungen und Meinungen in die Form eines 'Bildes' gebracht werden sollen (i.S.v. „sich ein Bild machen“). Hierzu werde ich mir während des Interviews Notizen machen, um dann anschließend mit Ihnen gemeinsam Ihre Antworten auf kleine Konzeptkärtchen zu übertragen. Für die meisten Fragen sind zudem schon Konzeptkärtchen vorbereitet, die Sie übernehmen, verändern oder ganz weglassen können. Anschließend werden die Konzeptkärtchen mit Hilfe eines 'Struktur-Lege-Spiels' in einem Schema geordnet, das möglichst genau Ihre Vorstellungen wiedergeben soll.

Die Art der Fragen, die ich Ihnen in unserem Interview stelle, lassen sich in drei Kategorien einteilen:

- a) Mit sogenannten offenen Fragen möchte ich Sie bitten, zunächst Ihre Vorstellungen zu bestimmten relevanten Aspekten möglichst umfassend zu erläutern. Ihre Vorstellungen werden dann auf die Konzeptkärtchen übertragen.
- b) Mit sogenannten gerichteten Fragen bitte ich Sie ganz gezielt zu bestimmten Annahmen oder Auffassungen um Ihre Meinung; hierzu liegen schon vorbereitete Konzeptkärtchen vor, die Sie übernehmen, ablehnen oder verändern können.
- c) Mit sogenannten Störfragen biete ich Ihnen eine alternative Sichtweise an. Diese Fragen haben nicht die Aufgabe, Sie zu verwirren, sondern sollen möglichen Fehlinterpretationen meinerseits entgegenwirken und nochmals präzise und eindeutig Ihre Meinung zu bestimmten Aspekten (oder vorbereiteten Konzeptkärtchen) festhalten.

Abschließen möchte ich diese Einleitung schon jetzt mit dem Dank für Ihre Mitarbeit und Ihr Vertrauen. Denn bei einem so sensiblen Thema wie dem Ärger in Partnerschaften ist es vermutlich nicht immer leicht, auch eventuell unangenehme Themenbereiche im Zusammenhang mit der Partnerschaft anzusprechen oder über eigene Eigenschaften und Verhaltensweisen zu berichten, die einem vielleicht selbst nicht so sehr gefallen. Ich möchte Sie dennoch bitten, bei den Fragen möglichst genau zu überlegen, wie Ihre Ansicht oder Ihre bisherigen Erfahrungen waren. Es ist nicht das Ziel dieser Arbeit, irgendwelche Personen oder Partnerschaften zu bewerten, sondern mit ihrer Hilfe möglichst präzise Aussagen über das - auch für gut funktionierende Partnerschaften - wichtige Phänomen des Ärgers/Zorns zu erarbeiten.

Bitte nehmen Sie sich im folgenden Interview bei der Beantwortung der Fragen so viel Zeit wie Sie benötigen und denken Sie in aller Ruhe über Ihre Erfahrungen und Ansichten im Zusammenhang mit partnerInbezogenem Ärger und Zorn nach.

### **I. Definition/Beschreibung von Zorn**

Zum Einstieg in unser Interview möchte ich zunächst mit Ihnen klären, was Sie ganz persönlich unter Zorn verstehen bzw. wie Sie das Gefühl des Zorns beschreiben würden. Als Ausgangsbasis in das Thema möchte ich Ihnen vorab eine Definition des Zornbegriffs vorlegen, die sich im Duden (1989, S. 1787) findet: „Zorn“: „heftiger Unwille über etwas, was man als Unrecht empfindet oder was den eigenen Wünschen zuwiderläuft“

In dieser Definition des *Zornbegriffs* lassen sich zwei Komponenten unterscheiden: Zum einen der „heftige Unwille“ (das ‚Fühlen‘ des Zorns), zum anderen quasi die ‚Gründe‘ für den Zorn („Empfinden von Unrecht“, „Wunschversagen“). Im Folgenden möchte ich zunächst mit Ihnen klären, wie sich Ihrer Ansicht nach das *Gefühl* des Zorns - der „heftige Unwille“ - präziser beschreiben lässt.

1.I.A. Gibt es Ihrer Ansicht oder Erfahrung nach ganz bestimmte Merkmale, die charakteristisch für das *Gefühl* des Zorns sind? Können Sie bitte beschreiben, was es für Sie bedeutet, „zornig zu sein“?

*Als Hilfestellung: Stellen Sie sich bitte vor, Sie müssten einem Vulkanier (Bewohner eines Planeten, auf dem es keine Gefühle gibt) erklären, was es heißt, „zornig zu sein“.*

- Was erlebt oder empfindet eine Person, wenn Sie zornig ist?
- Was geht einem durch den Kopf, wenn man zornig ist?
- Was würde man am liebsten tun, wenn man zornig ist?

2.II.B. Wenn Sie einmal die folgenden Konzepte betrachten: Welche davon sind Ihrer Ansicht nach charakteristisch für das Gefühl des Zorns?

- **Kognitive Komponente:** z.B. „Missbilligung/Verurteilung der Tat einer anderen Person/Institution“; „Vorwurf an eine andere Person/Institution“; „Überzeugung, dass Verurteilung/Vorwurf berechtigt ist“;
- **Motivational-aktionale Komponente:** „Bestrafungs-/Rache-/Vergeltungsimpuls“; „Impuls, die andere Person zur Rechenschaft zu ziehen“; „mühsamer Versuch, die eigenen Reaktionen zu kontrollieren“
- **Somatisch-physiologische Komponente:** „Hitzegefühl“/„schneller Puls“/„schnelles Atmen“/ „unwillkürliches Anspannung der Muskeln“
- **Verhaltensmerkmale:** „impulsives aggressives Verhalten“; „laute Vorwürfe/Ausrasten/Toben“ „Verlust der Kontrolle über eigenes Verhalten/Tun“
- **weitere Merkmale des Erlebens:** „Erleben von Macht/Stärke“ „Gefühl, ausgeliefert zu sein/ Hilflosigkeit“

3.II.B. Häufig wird auch die Ansicht vertreten, dass ‚Verlust von Kontrolle‘ und ‚impulsives aggressives Verhalten‘ charakteristisch für den Zorn sind. Würden Sie

sagen, dass es charakteristischer Weise zum Zorn gehört, dass man sich unkontrolliert gehen lässt und gewalttätig oder aggressiv wird?

wenn ja:

3a.I.C. Aber man kann doch auch sehr zornig werden, ohne dass man die Kontrolle über sich verliert oder den Zorn nach außen hin zeigt, oder?

wenn nein:

3b.I.C. Aber ist es nicht gerade kennzeichnend für den Zorn, dass man von ihm „überwältigt“ wird und man seinen Unmut nach außen abreagiert?

4.I.C. Können Sie bitte die von Ihnen genannten charakteristischen Merkmale des Zorns danach ordnen, wie zentral oder typisch diese für das Gefühl des Zorns sind?

### **Differenzierung der Voraussetzungen**

Bei der obigen Definition werden - wie erwähnt - auch schon die 'Gründe' für den „heftigen Unwillen“ angedeutet (*Verweis auf Definition:* „Empfinden von Unrecht“, „Wunschversagen“). Lassen Sie uns bitte einmal ganz generell (nicht nur bezogen auf die Partnerschaft) die Gründe genauer betrachten, die dem Zorn zugrundeliegen:

### **Inhaltlich-normative Bedingungen/Voraussetzungen**

5.I.A. Gibt es Ihrer Ansicht nach bestimmte Anlässe, die für Sie schon charakteristischerweise zum Zorn gehören? Weshalb wird man zornig?

6.I.B. Würden Sie dem zustimmen, dass man dann zornig wird, wenn Ansprüche/Anrechte verletzt oder Pflichten von anderen Personen/Institutionen nicht erfüllt werden? Z.B. wenn man ungerecht oder unfair behandelt wird?

7.I.B. Im Zusammenhang mit Zorn wird häufig von Moral gesprochen. Würden Sie zustimmen, dass man von Zorn dann spricht, wenn moralische Werte verletzt werden?

wenn ja:

7a.I.C. Aber man kann doch auch zornig werden, wenn Bedürfnisse verletzt werden, die nur für einen selbst sehr wichtig sind, oder?

8.I.B. Könnte man Ihrer Ansicht nach sagen, dass man beim Zorn der Meinung ist, ein Recht auf die Erfüllung seiner Bedürfnisse bzw. seiner Wünsche zu haben?

9.I.B. Spielen Ihrer Ansicht nach auch die folgenden Faktoren eine Rolle im Zusammenhang mit dem Zorn? Wenn ja, können Sie dies bitte erläutern?

- „Häufigkeit des Fehlverhaltens“
- „Unerwartetheit des Fehlverhaltens“
- „Wichtigkeit der verletzten Ansprüche/Bedürfnisse/Werte“

### **Formal-normative Bedingungen/Voraussetzungen**

10.I.B. Würden Sie zustimmen, dass man nur dann zornig auf eine andere Person wird, wenn man sie für Ihr 'schlechtes' Verhalten verantwortlich macht?

11.I.B. Würden Sie sagen, dass man nur zornig wird, wenn eine andere Person etwas mit Absicht falsch gemacht hat? (Beispiel: vergessener Hochzeitstag)

wenn ja:

- 12.I.C. Aber man kann doch auch sauer oder zornig auf jemanden werden, wenn sie/er einfach aus Gedankenlosigkeit oder Fahrlässigkeit irgendetwas falsch gemacht hat?
- 13.I.B. Würden Sie zustimmen, dass man dann ärgerlich oder zornig wird, wenn man zum einen „Absichtlichkeit/Fahrlässigkeit der Tat“ unterstellt, zum anderen davon ausgeht, dass die Person „keine rechtfertigenden oder entschuldigenden Gründe“ hat?
- 14.I.A. Gibt es noch weitere Bedingungen oder Merkmale, die für Sie charakteristischerweise zum Zorn gehören?

## ***II. Inhaltliche Auslöser für Ärger und Zorn in Partnerschaften***

Wenn wir uns nun einmal dem Zorn in Partnerschaften zuwenden: Ein zentrales Merkmal des Zorns stellt nach unserer Definition des Zorns die Wahrnehmung einer Verletzung von Ansprüchen und Bedürfnissen dar (*Bezug nehmen zur subjektiven Definition; s.o.*). Bisher noch ungeklärt ist, durch die Missachtung *welcher* Bedürfnisse der Zorn in Partnerschaften ausgelöst werden kann. Dies soll nun Gegenstand der folgenden Fragen sein.

- 15.II.A. Fällt Ihnen ein Beispiel ein, bei dem Sie auf Ihre PartnerIn so richtig wütend oder zornig waren?
- 16.II.A. Wenn Sie sich nochmals zurück in diese Situation versetzen. Was genau hat damals Ihren Unmut erregt?
- 17.II.A. Gibt es (noch weitere/ganz bestimmte) Anlässe - also bestimmte Wünsche/Erwartungen/Wertvorstellungen -, die für Sie von ganz zentraler Bedeutung sind und deren Nichterfüllung oder Verletzung Ihren Zorn auslösen können? Oder anders formuliert: Kennen Sie bei sich persönlich bestimmte „wunde Punkte“, die sie leicht auf ´die Palme bringen´ können“?
- 18.II.B. Wenn Sie einmal die folgenden Beispiele betrachten: Sind dies für Sie Anlässe, die bei Ihnen Zorn in der Partnerschaft auslösen (können). Wenn ja, können Sie dies bitte erläutern? *Beispiele: Bevormundungen; ungerechte Arbeitsaufteilung; Nichteinhalten von Absprachen/Unzuverlässigkeit; Verweigerung von Kommunikation; Übertriebenes Einklagen von Kommunikation; mangelnde Beachtung der eigenen Leistung/Undankbarkeit; mangelnde Fürsorglichkeit; Vertrauensbruch, individuelle Anlässe*
- 19.II.B. Können Sie bitte die Auslöser danach ordnen, wie charakteristisch diese für Ihren Zorn in der Partnerschaft sind?
- 20.II.A. Müssen ganz bestimmte Umständen gegeben oder Bedingungen erfüllt sein, damit Sie bei diesen Anlässen zornig werden? Wenn ja, welche? (*nur, wenn auch*)

## **Bewältigung partnerbezogener Vorwürfe: Umgang mit Ärger, Wut und Zorn**

### ***III. Bewältigungsstile und Ärgerverhalten***

Im folgenden geht es zunächst um die Frage, wie Sie normalerweise reagieren, wenn Sie ärgerlich, wütend oder zornig auf Ihre PartnerIn sind und welche Konsequenzen dieses Verhalten Ihrer Ansicht nach für die Partnerschaft hat. Der Einfachheit halber möchte ich dabei zunächst zwei verschiedene Umgangsmöglichkeiten mit Zorn unterscheiden: das „deutliche zum Ausdruck bringen des Ärgers/Zorns“ und das „Verbergen/Unterdrücken des Ärgers/Zorns“:



- 21.III.A Wenn Sie einmal vorab Ihren persönlichen Umgang mit partnerbezogenem Zorn einschätzen würden; neigen Sie eher dazu Ihren Zorn deutlich zum Ausdruck zu bringen oder Unterdrücken Sie eher entstandenen Ärger/Zorn auf die PartnerIn?

**Konkrete Reaktionsweisen** („Umgang mit Ärger/Zorn“ z.B./so wie ...)

- 22.III.B. Welche der folgenden Verhaltensweisen sind für Sie persönlich charakteristisch, wenn Sie sich so richtig über das Verhalten Ihrer PartnerIn ärgern und zornig auf sie sind?

*Offener Ausdruck:* „impulsiver Vorwurf/schimpfen/schreien“; „ruhiges Ansprechen des Fehlverhaltens/Klärendes Gespräch“; „indirektes Abreagieren des Ärgers (z.B. auf den Tisch hauen/Türen schlagen);

*Unterdrücken:* „Grollen/stilles ´vor sich hin schimpfen“; „ruhiges Nachdenken über die Situation“; „sich gekränkt bzw. verletzt zurückziehen/´schmollen““

- 23.III.A. Gibt es noch weitere Verhaltensweisen, die hier nicht angeführt sind und die für Sie persönlich sehr typisch sind?
- 24.III.A. Können Sie bitte die verschiedenen Verhaltensweisen danach ordnen, wie charakteristisch diese für Sie sind?
- 25.III.C Zur Überprüfung Ihrer Einschätzung überlegen Sie doch bitte nochmals, ob Ihre PartnerIn (oder jemand anderes, der Sie sehr gut kennt) dies auch so sehen würde.

**IV. Wirkungen und Konsequenzen der prototypischen Bewältigungsstile**

Im folgenden interessiert mich vor allem, welche Konsequenzen Ihrer Meinung nach mit den verschiedenen Möglichkeiten des Umgangs mit Ärger/Zorn auf die PartnerIn verbunden sind. Zur Vereinfachung möchte ich hierzu nochmals auf die Unterscheidung zwischen den beiden prototypischen Bewältigungsstilen - dem offenen Zeigen des Zorns und dem Unterdrücken/Verbergen des Zorns – eingehen. Wenn wir uns also nochmals den beiden charakteristischen Oberkategorien des Umgangs mit Ärger und Zorn zuwenden:

Vorab eine generelle Einschätzung:

- 26.IV.A. Sollte man Ihrer Ansicht nach in einer Partnerschaft seinen Ärger/Zorn auf die PartnerIn eher deutlich zeigen oder halten Sie es für sinnvoller, seinen Ärger/Zorn zu unterdrücken? Können Sie bitte Ihre Einschätzung begründen?

**a) Zeigen des Zorns:**

**PartnerInbezogene Konsequenzen** („führt zu...“)

- 27.IV.A Zu welchen Konsequenzen führt es Ihrer Meinung nach bei Ihrer PartnerIn, wenn Sie Ihren Zorn deutlich zeigen? Was bewirkt ein Zornausbruch bei Ihrer PartnerIn?
- 28.IV.B Glauben Sie, dass Ihr gezeigter Zorn einige der folgenden Reaktionen bei Ihrer PartnerIn nach sich ziehen würde (vgl. auch Averill, 1982, S. 206/222)  
„Einsicht in Fehlverhalten“; „Scham/Schuldgefühle/Reue“; „Bewunderung/Hochachtung“; „Überraschung/Erschrecken“; „Ärger/Wut“; „Angst bei PartnerIn“ „Abwertung/Verachtung durch PartnerIn“
- 29.IV.A. Wie verhält sich Ihr/e PartnerIn ganz konkret, wenn Sie Ihren Ärger/Zorn auf sie zeigen und ihr persönliches Fehlverhalten vorwerfen?

- 30.IV.B. Sind einige der folgenden Reaktionen auf Ihren Zorn charakteristisch für Ihre PartnerIn? Wenn ja, welche? (vgl. auch Averill, 1982, S.206/222/Fehr & Baldwin, 1996, S. 232) „offenes Eingestehen des Fehlers/sich entschuldigen“; „Bagatellisierung des Sachverhaltes/sich herauswinden“; „Gegenwürfe/Beschimpfung/Spott/Hohn“; „Zeigen von Gekränktheit/Verletztheit; ‚Schmollen“; „Rückzug/Abbruch der Kommunikation“
- 31.IV.B Sind Sie der Ansicht, dass Ihre PartnerIn ihr Verhalten in Zukunft ändert und mehr auf Sie und Ihre Bedürfnisse Rücksicht nimmt?
- 32.IV.A Gibt es noch weitere Konsequenzen/Wirkungen/Reaktionen von Seiten Ihrer PartnerIn auf Ihren gezeigten Ärger/Zorn, die hier nicht angesprochen worden sind?
- 33.IV.A Können Sie bitte die Reaktionen danach ordnen, wie charakteristisch diese für Ihre Partnerin sind?

***Konsequenzen für Partnerschaft*** („führt zu“ ...)

Lassen Sie uns bitte im folgenden nochmals die Konsequenzen des deutlichen Zeigens von Zorn bezogen auf Partnerschaften näher betrachten. Es geht mir im folgenden darum, wie Sie die Konsequenzen des gezeigten Zorns in Partnerschaften einschätzen würden:

- 34.IV.A. Zu welchen Konsequenzen für eine Partnerschaft führt es Ihrer Ansicht nach, wenn man seinen Zorn deutlich zeigt? Worin genau bestehen für Sie die positiven oder negativen Konsequenzen des gezeigten Zorns für die Partnerschaft?
- 35.IV.A. Glauben Sie, dass das Zeigen des Zorns eine Partnerschaft verbessern kann oder sind Sie der Ansicht, dass es eine Partnerschaft eher beeinträchtigt, wenn man seinen Zorn auf die PartnerIn zeigt? Können Sie bitte Ihre Einschätzung begründen? („*Verbesserung der Partnerschaft*“/„*Beeinträchtigung der Partnerschaft*“...)
- 36.IV.B. Führt das Zeigen des Zorns Ihrer Ansicht oder Erfahrung nach zu einer konstruktiven Auseinandersetzung über wichtige Wünsche und Bedürfnisse in der Partnerschaft? („*konstruktive Auseinandersetzung über wichtige Wünsche/Bedürfnisse*“)
- 37.IV.C. Aber führt der gezeigte Zorn nicht vielmehr dazu, dass es zu destruktivem Streit und zur Eskalation von Konflikten kommt? („*destruktiver Streit/Eskalation des Konflikts*“)
- 38.IV.C. Und führt ein Zornausbruch nicht dazu, dass die PartnerIn die gemeinsame Kommunikation abbricht und sich zurückzieht? („*Abbruch der Kommunikation/Rückzug*“)
- 39.IV.B Würden Sie mir zustimmen, dass ein zentraler positiver Effekt des offenen Umgangs mit Zorn in der Klärung von Bedürfnissen besteht? („*Klärung von Bedürfnissen*“)
- 40.IV.B. Sind Sie der Ansicht, dass es die Intimität und Nähe in einer Partnerschaft erhöht, wenn man seinen Zorn offen zeigt? Wenn ja, inwiefern? („*Erhöhung von Intimität/Nähe*“)
- 41.IV.C. Aber zerstört ein Zornausbruch nicht viel eher Intimität und Nähe in einer Partnerschaft? („*Zerstörung von Intimität und Nähe*“)
- 42.IV.B. Glauben Sie, dass das Vertrauen in einer Partnerschaft gestärkt wird, wenn man seinen Zorn zeigt? Wenn ja, inwiefern? („*Stärkung partnerschaftlichen Vertrauens*“)

- 43.IV.C. Aber ist es nicht viel eher so, dass man durch das Zeigen des Zorns signalisiert, dass man mit der Partnerschaft nicht zufrieden ist und damit das Vertrauen in die Partnerschaft untergräbt? („Zerstörung partnerschaftlichen Vertrauens“)
- 44.IV.B. Sind Sie der Meinung, dass durch das Zeigen des Zorns die Machtverhältnisse in einer Partnerschaft verändert werden können und es zu einer gerechteren Machtverteilung kommt? Wenn ja, können Sie dies bitte erläutern? („positive Veränderung von Machtverhältnissen“)
- 45.IV.C. Aber die zornige Person versucht doch mit aller Macht, ihre eigene Meinung oder Bedürfnisse durchzusetzen; dies führt doch eher zur Unterdrückung der PartnerIn und weiterer Ungerechtigkeit, oder? („negative Veränderung von Machtverhältnissen“)

**b) Unterdrücken des Zorns:** Analog zum „Zeigen des Zorns“ möchte ich mit Ihnen noch über Ihre Einschätzung der „Unterdrückung von partnerbezogenem Ärger/Zorn“ sprechen:

**Reaktionen von PartnerIn** (Oberkategorie: „Reaktionen von PartnerIn“)

- 46.IV.A. Zu welchen Konsequenzen führt es Ihrer Meinung nach bei Ihrer PartnerIn, wenn Sie Ihren Zorn unterdrücken? Was bewirkt das Unterdrücken des Zorns bei Ihrer PartnerIn?

**Wenn Ansicht vertreten wird, dass keine Konsequenzen, da PartnerIn nichts bemerkt:**

- 47.IV.B. Aber glauben Sie wirklich, dass man seinen Zorn vor der PartnerIn verbergen kann? In einer Partnerschaft bemerkt doch die/der andere, ob man sauer oder zornig ist, oder?

**Wenn Ansicht vertreten wird, dass PartnerIn die Unterdrückung des Zorns bemerkt:**

- 48.IV.B. Glauben Sie, dass die Unterdrückung des Ärgers/Zorns einige der folgenden Reaktionen bei Ihrer PartnerIn nach sich ziehen würde (vgl. auch Averill, 1982, S. 206/222) „Einsicht in Fehlverhalten“; „Scham/Schuldgefühle/Reue“; „Bewunderung/Hochachtung“; „Überraschung/Erschrecken“; „Ärger/Wut“; „Angst bei PartnerIn“ „Abwertung/Verachtung durch PartnerIn“
- 49.IV.A. Wie verhält sich Ihrer Meinung oder Erfahrung nach Ihre PartnerIn ganz konkret, wenn Sie Ihren Ärger/Zorn vor Ihrer PartnerIn verbergen und Ihre PartnerIn dies bemerkt?
- 50.IV.B. Sind einige der folgenden Reaktionen auf Ihren unterdrückten Zorn charakteristisch für Ihre/n PartnerIn? Wenn ja, welche?  
„offenes Nachfragen“; „Einklagen von Kommunikation“; „Vorwurf/Beschimpfung“; „Übergehen/Ignorieren des unterdrückten Ärgers“; „Zeigen von Gekränktheit“; „Resignation/Rückzug“
- 51.IV.A. Gibt es noch weitere Konsequenzen/Wirkungen/Reaktionen auf Ihren unterdrückten Ärger/Zorn, die hier nicht angesprochen sind?
- 52.IV.A. Können Sie bitte die Reaktionen danach ordnen, wie charakteristisch diese für Ihre PartnerIn sind?

**Konsequenzen auf Partnerschaft** (führt zu)

- 53.IV.A. Zu welchen Konsequenzen für eine Partnerschaft führt es Ihrer Ansicht nach, wenn man seinen Zorn unterdrückt bzw. vor der PartnerIn verbirgt? Worin beste-

hen für Sie die positiven oder negativen Konsequenzen des unterdrückten Zorns für die Partnerschaft?

- 54.IV.B. Glauben Sie, dass das Unterdrücken des Zorns eine Partnerschaft verbessern kann, oder sind Sie der Ansicht, dass es eine Partnerschaft eher beeinträchtigt, wenn man seinen Zorn vor der PartnerIn verbirgt? Können Sie bitte Ihre Einschätzung begründen? („*Verbesserung der Partnerschaft*“/„*Beeinträchtigung der Partnerschaft*“)
- 55.IV.B. Würden Sie mir zustimmen, dass ein zentraler positiver Effekt der Unterdrückung des Ärgers/Zorn darin besteht, dass man (nach einiger Zeit) den ganzen Vorfall sachlicher betrachten kann und nicht unnötig überbewertet? („*Sachliche Betrachtung und Bewertung des Vorfalls*“)
- 56.IV.C. Aber führt die Unterdrückung des Zorns nicht viel eher dazu, dass die eigene Unzufriedenheit immer mehr zunimmt und es schließlich zu einem unkontrollierten Wutausbruch kommt? („*Zunahme der eigenen Unzufriedenheit*“ führt zu „*Unkontrollierter Wutausbruch/Jähzorn*“)
- 57.IV.B. Führt das Zeigen des Zorns Ihrer Ansicht oder Erfahrung nach zu einer Vermeidung von destruktiven Auseinandersetzungen bzw. Streit? („*Vermeidung von destruktiven Auseinandersetzung/Streit*“)
- 58.IV.C. Aber ist der Zorn auf die PartnerIn nicht gerade ein Hinweis darauf, dass eine Auseinandersetzung über strittige Themen notwendig und sinnvoll ist. Die Unterdrückung des Ärgers/Zorns führt doch dazu, dass eher notwendige Auseinandersetzungen vermieden werden, oder? („*Vermeidung notwendiger Auseinandersetzungen*“)
- 59.IV.B. Wenn man seinen Ärger/Zorn nicht zeigt, kann die/der PartnerIn ihr/sein Verhalten doch gar nicht ändern und man ärgert sich immer wieder über das Verhalten der PartnerIn. Dies führt doch dann dazu, dass man immer unzufriedener mit der PartnerIn wird, oder? („*zunehmende Unzufriedenheit mit PartnerIn/Partnerschaft*“)

## V. Subjektive 'Erklärung' des individuellen Umgangs mit Ärger/Zorn

Abschließend möchte ich noch mit Ihnen klären, von welchen Bedingungen Ihr persönlicher Umgang mit Ärger und Zorn auf die Partnerin abhängt (gegebenenfalls auf Diskrepanzen zwischen deskriptiver Selbsteinschätzung und Bewertung der Bewältigungsstile eingehen!!).

Mich interessiert im folgenden, welche Erklärung Sie für Ihr eigenes Verhalten im Zorn haben. Wenn wir einmal bei den Bedingungen anfangen, von denen Ihr Umgang mit Ärger/Zorn abhängt:

### Antezedensbedingungen

- 60.V.A. Gibt es ganz bestimmte Bedingungen, von denen es abhängt, ob Sie Ihren Ärger auf die PartnerIn zeigen und wütend/zornig werden – und gibt es bestimmte Bedingungen, die dazu führen, dass Sie den Ärger/Zorn eher unterdrücken und vor Ihrer PartnerIn verbergen? Was sind jeweils die Gründe dafür?
- 61.V.B. Spielen die folgenden Faktoren für Sie im Zusammenhang mit dem Zeigen bzw. Unterdrücken des Ärgers/Zorns eine Rolle? Wenn ja, können Sie dies bitte erläutern und den verschiedenen Umgangsformen zuordnen? (*je mehr, desto mehr*) „*Intensität des Ärgers/Zorns*“; „*Hilflosigkeit/Hoffnungslosigkeit/Resignation*“; „*Angst*“; „*Selbstsicherheit/Selbstbewusstsein*“; „*Kontrollverlust*“; „*Bequemlichkeit*“

- 62.V.C. Aber gehören diese Faktoren nicht viel eher zu der anderen Möglichkeit, mit seinem Ärger/Zorn umzugehen? Die von Ihnen erwähnten Bedingungen führen doch eher dazu, dass man den anderen Bewältigungsstil nutzt, oder? (*jeweils Beispiele geben*)
- 63.V.B. Können Sie bitte die jeweiligen Bedingungen nach Ihrer Wichtigkeit in eine Reihenfolge bringen?

## VI. Ziele/Intentionen

### a) Zeigen des Zorns

- 64.VI.A. Gibt es für Sie ganz bestimmte Ziele, die Sie mit dem Zeigen des Zorns erreichen wollen? Was beabsichtigen Sie, wenn Sie Ihren Zorn auf die PartnerIn zeigen?
- 65.VI.B. Spielen die folgenden Ziele für Sie ganz persönlich eine wichtige Rolle im Zusammenhang mit dem Zorn? Welche Ziele/Konzepte sind für Sie ganz zentral und letztlich dafür ausschlaggebend, dass Sie Ihren Zorn zeigen? (vgl. auch Averill, 1982, S. 177 und S. 214 ; Weber, 1994, S. 174 und S. 191)  
Emotionsbezogene Effekte: „Abbau des Ärgers/Zorn“; „Auskosten des Ärgers/Zorns“  
PartnerInbezogene Effekte:
  - Effekttentionen: „PartnerIn soll Fehler einsehen/Reue zeigen“; PartnerIn soll bestraft werden/Vergeltung; „Veränderung von PartnerIn“
  - Eindrucksintentionen: „Zeigen von Widerstand/Selbstbehauptung“; „Zeigen der eigenen Verletztheit/Verletzbarkeit“;Selbstbezogene Effekte: „Selbstschutz“; „Aufrechterhaltung der Selbstachtung“;  
Sachverhaltbez. Effekte: „Ermöglichung von Konfliktlösung“; „Durchsetzung eigener Interessen“
- 66.VI.C. Aber ist es beim Zorn nicht charakteristisch, dass man eigentlich gar nichts bewirken will, sondern dass man seinem Unmut ohne „Rücksicht auf Verluste“ „freien Lauf“ läßt und man sein Verhalten eigentlich gar nicht kontrollieren kann?
- 67.VI.A. Können Sie Ihre angestrebten Ziele nach der Wichtigkeit ordnen? Welche Ziele beeinflussen vor allem Ihr Verhalten?

### b) Unterdrücken des Zorns

Wenn man seinen Zorn unterdrückt, will man vermutlich etwas erreichen oder verhindern:

- 68.VI.A. Gibt es ganz bestimmte Ziele, die man erreichen will, wenn man seinen Zorn nicht zeigt (für sich selbst, bei PartnerIn, für die Partnerschaft)? Was will man damit erreichen (oder vermeiden), wenn man seinen Ärger/Zorn unterdrückt?
- 69.VI.B. Spielen die folgenden Ziele für Sie ganz persönlich eine wichtige Rolle im Zusammenhang mit der Unterdrückung des Zorns? Welche Ziele sind Ihrer Meinung nach dafür ausschlaggebend, dass Sie Ihren Zorn unterdrücken?  
Emotionsbezogene Effekte: „Abbau des Ärgers/Zorn“; „Auskosten des Ärgers/Zorns“  
PartnerInbezogene Effekte:
  - Effekttentionen: „PartnerIn soll mich in Ruhe lassen“
  - Eindrucksintentionen: „Verbergen von Verletztheit“; „Zeigen von Toleranz/Souveränität“Selbstbezogene Effekte: „Selbstschutz“; „Keine weitere Kränkungen/Frustrationen“  
Sachverhaltsbezogene Intentionen: „Vermeidung weiterer Auseinandersetzung mit Sachverhalt“
- 70.VI.A. Können Sie die von Ihnen angestrebten Ziele danach ordnen, wie ausschlaggebend (*i.S.v. handlungsleitend*) diese für Ihr Verhalten sind?

**Herzlichen Dank für Ihre Mitarbeit**

### 7.2.5 Auswertungsmethodik der Subjektiven Theorien

Die Auswertung der erhobenen Subjektiven Theorien erfolgte auf der Grundlage der individuellen dialog-konsensual validierten Strukturbilder. Entsprechend den Fragestellungen (vgl. Kap. 7.1) bezog sich pro Person jeweils eine Theoriestructur auf die Beschreibung des Zorns sowie charakteristische Auslöser für den Zorn in Paarbeziehungen, eine zweite umfasste die verschiedenen Facetten des individuellen Umgangs mit Ärger und Zorn in Paarbeziehungen.

Die Auswertung der Strukturbilder wurde zunächst auf *individueller Ebene* vorgenommen. Getrennt nach Personen wurden für jede Bewältigungsform (Zeigen/Unterdrücken des Zorns) die inhaltlichen Konzepte qualitativ-inhaltsanalytisch auf induktivem Wege zu Konzept-Kategorien zusammengefasst (vgl. Rustemeyer, 1992). Da es in erster Linie Ziel der Untersuchung war, heuristisch nützliche Hinweise für die weitere Auseinandersetzung mit Zorn in Partnerschaften zu erarbeiten und daher der Inhalt der Subjektiven Theorien möglichst differenziert berücksichtigt werden sollte, wurde bei der Bildung der Kategorien so nah als möglich an den einzelnen Konzepten verblieben und die idiographischen Nennungen und Bezeichnungen übernommen. So war es möglich, die Inhalte der Subjektiven Theorien sehr differenziert wiederzugeben und bei der weiteren Auswertung zu berücksichtigen.

Die relationalen Verbindungen der Konzepte (*Theorie-Struktur*) wurden bei der Auswertung insofern berücksichtigt, als im Struktur-lege-Interview die Relationen bereits als Strukturierungshilfe bei der Zuordnung der Konzepte zu den einzelnen Merkmalsbereichen (z.B. antezedente Bedingungen, Intentionen, Konsequenzen) genutzt wurden. Durch Berücksichtigung der Relationen konnte danach ausgewertet werden, ob die Konzepte „funktional“ z.B. als Beschreibungsmerkmal, antezedente Bedingung, Intention oder Konsequenz eingeordnet wurden. Auf eine weitere Differenzierung und Auswertung der *Theoriestruktur* unter Berücksichtigung mehrstelliger Relationen wurde verzichtet, da für die Fragestellungen und Auswertung primär die inhaltlichen Konzepte, weniger die Binnenstrukturierung der Subjektiven Theorien von Interesse war. Zudem wurde die in den Subjektiven Theorien vorgenommene Hierarchisierung innerhalb der einzelnen Merkmalsbereiche (z.B. Gewichtung der Beschreibungsmerkmale, Gewichtung der Ziele des Umgangs; Gewichtung der Gegenreaktionen der PartnerIn) nur dann ausgewertet, wenn es die intra- wie interindividuelle Anzahl der genannten Konzepte sinnvoll erscheinen ließ (aufgrund der spezifischen Fragestellungen war die Gewichtung und Hierarchisierung nur bei den definitorischen Konzepten von besonderer Bedeutung).

Schlussendlich lagen die individuumsbezogen ausgewerteten Subjektiven Theorien sowohl für den Bereich der *Beschreibung des Zorns* als auch für das „Zeigen“ und „Unterdrücken des Zorns“ in sogenannter „Listenform“ vor (vgl. Schreier, 1997, S. 53f.), die sowohl die zusammenfassenden Konzeptkategorien als auch die jeweiligen „funktionalen“ Zuordnungen wiedergeben (siehe die Überblickstabellen in Anhang B).

Diese „Auswertungslisten“ waren Grundlage für die weitere *interindividuelle* Auswertung: Je nach Fragestellung wurden die Subjektiven Theorien zu sogenannten Modalstrukturen (im Sinne „Intersubjektiver“ Theorien) zusammengefasst und diese aggregierten Strukturen sowohl qualitativ-deskriptiv – z.T. auch mit Hilfe quantitativer Verfahren – ausgewertet (zu den Vorgehensschritten bei der Aggregation Subjektiver Theorien vgl. Schreier, 1997, S. 51ff.).

Da bei der Generierung der inhaltsanalytischen Konzeptkategorien versucht wurde, möglichst nah am Inhalt der individuell idiographischen Bezeichnungen zu verbleiben, kam es insbesondere bei den Kategorien zu Umgang mit Zorn (vgl. 7.3.2) zu einer vergleichsweise geringen Kategorienbelegung (d.h. die einzelnen Kategorienkonzepte wurde nur von relativ wenigen Personen genannt). Dadurch wurde zwar die statistische Auswertung erschwert, doch ermöglichen so die differenzierten aggregierten Modalstrukturen (zumindest deskriptive) Vergleiche zwischen den einzelnen Substichproben auch bezogen auf eher spezifische und relativ selten genannte Konzepte. Um bei den *interindividuellen* Gruppenvergleichen keine Verzerrungen durch *intraindividuelle* Mehrfachnennungen pro Kategorie zu erhalten, wurden *intraindividuelle* Mehrfachbelegungen bei der (z.T. statistischen) Auswertung der Gruppenvergleiche *nicht* zugelassen, sondern nur die *einmalige* Kategorienbelegung ausgewertet (vgl. auch Schreier, 1997, S. 64f.). Auch bei der Aggregation der Subjektiven Theorien wurden die Relationen – analog der individuellen Auswertung – lediglich „inhaltlich-funktional“ berücksichtigt. Eine differenziertere Auswertung der relationalen Konzepte (z.B. Berücksichtigung (mehrstelliger) *Konzeptkombinationen*; Schreier, 1997, S. 59ff.) hätte die Aussagekraft der erhobenen Daten unzulässig überzogen, da bei der Erfassung der Subjektiven Theorien eine Fokussierung auf die *Kognitions-Inhalte* vorgenommen worden ist (s. Kap. 7.2.3).

Da im Vergleich zu anderen Untersuchungen zu Subjektiven Theorien im Bereich der Klinischen Psychologie (z.B. Barthels, 1991; Wagner, 1995) eine eher umfangreiche Stichprobe zusammengestellt wurde (N=40), war es möglich, bei der *interindividuellen* Auswertung verschiedene Fokussierungen vorzunehmen. Für die Analyse der Gruppenunterschiede in den Subjektiven Theorien (z.B. Unterschiede zwischen Frauen und Männern; Unterschiede zwischen partnerschaftszufriedenen und unzufriedenen Personen) konnte aufgrund der vergleichsweise großen Gesamtstichprobe auf nonparametrische statistische Verfahren zurückgegriffen werden. Je nach Fragestellung und Skalenniveau wurden die Unterschiede zwischen den Substichproben mit Hilfe von Wilcoxon-Tests (abhängige Stichproben/Paare), Mann-Whitney-Tests (unabhängige Stichproben) und  $\chi^2$  – Tests (Häufigkeiten) analysiert. Der Datenpool war jedoch nicht groß genug (bzw. das Skalenniveau nicht entsprechend), um multivariate statistische Verfahren zu nutzen, was in weiteren Untersuchungen – auf der Grundlage der mit dieser Arbeit gewonnenen Erkenntnisse – anzustreben wäre.

Aufgrund der gruppenbezogenen Fragestellungen steht bei der folgenden Darstellung und Interpretation der Ergebnisse im Gegensatz zu vergleichbaren Untersuchungen im Rahmen des „Forschungsprogramms Subjektive Theorien“ nicht die individualszentrierte Auswertung im Vordergrund (die Ergebnisse hierzu findet sich in Anhang B). Vielmehr wurde versucht, auf der Grundlage der aggregierten Daten die einzelnen Fragestellungen zu Gruppenunterschieden zu bearbeiten (vgl. Kap. 7.1). Ein Ziel dieser Vorgehensweise war es, durch die Auswertung der aggregierten Daten dem methodologischen Postulat zu entsprechen, im Rahmen des Forschungsprogramms Subjektive Theorien vermehrt idiographische und nomothetisch orientierte Verfahren zu integrieren (vgl. Groeben et al., 1988; Schreier, 1997; Stössel & Scheele, 1992). Durch die idiographisch orientierte Erfassung der Subjektiven Theorien und eine sowohl individualsbezogene als auch nomothetisch orientierte Auswertung sollte versucht werden, die Möglichkeiten einer Integration qualitativer und quantitativer Methoden aufzuzeigen, die in weiteren Untersuchungen ausdifferenzieren und zu präzisieren sind.

## 7.3 Ergebnisse der Studie zu Subjektiven Theorien über den Zorn

### 7.3.1 Ergebnisse der subjektiven Beschreibungen des Gefühls Zorn

#### 7.3.1.1 Prototypische Beschreibungsmerkmale des Zorns

Der Fokus des ersten Teils des Interviews (erstes Strukturbild) lag auf der Analyse des Gefühls „Zorn“. Mit Hilfe der Interviewfragen sollten vier Bereiche des Zorns expliziert werden:

- a) Beschreibungsmerkmale, die im Sinne syndromatischer Mehrkomponentenmodelle als prototypisch für die Beschreibung des Zorns gesehen werden (vgl. Russell & Fehr, 1994; Weber, 1994)
- b) (quasi)analytische Bedingungen des Zorns, die im Sinne strukturell notwendiger Bedingungen als begriffsimpplikative Voraussetzungen zu verstehen sind (vgl. Mees, 1992; Brandstädter, 1993)
- c) empirische Bedingungen, die neben den notwendigen Voraussetzungen als weitere Bedingungen für den Zorn angesehen werden können (z.B. Schwenkmezger et al., 1999)
- d) Auslöser für den Zorn in Paarbeziehungen (z.B. Carpenter et al., 1996).

Im Folgenden werden zunächst die Ergebnisse für die ersten drei genannten Bereiche, die Beschreibung des Gefühls Zorn, dargestellt (die Analyse der Auslöser folgt in Kapitel 7.3.2.). Ein Ziel der Erfassung und Auswertung der Subjektiven Theorien zur Beschreibung des Zorns war es, ausgehend von der inhaltlichen Explikation der einzelnen Merkmale eine empirisch begründete prototypische Modalstruktur des Zorns zu erarbeiten, die als Grundlage für die weitere Auseinandersetzung mit dem Konstrukt des Zorns dienen kann. Aus Übersichtlichkeitsgründen werden im Folgenden nur Konzeptkategorien dargestellt, die in mindestens vier (10%) der Subjektiven Theorien genannt werden (zu weiteren Einzelkonzepten vgl. Anhang B.3). Zusätzlich zu den inhaltlichen Beschreibungen war von Interesse, inwiefern sich unter Berücksichtigung der Häufigkeiten und Gewichtungen der genannten Konzepte eine empirisch begründete Hierarchisierung der genannten Merkmale/Komponenten herausarbeiten lässt (vgl. das Postulat für ein „hierarchisches Mehrkomponentenmodell von Emotionen“; Scheele, 1996).

#### **a) Beschreibungsmerkmale des Zorns**

In den Interviews zeigte sich zunächst, dass eine ganze Reihe der Untersuchungspersonen (n=7) Schwierigkeiten hatten, den Zorn als qualitativ eigenständige Emotion zu spezifizieren. Sie definierten den Zorn als besonders stark ausgeprägten Ärger bzw. Wut und explizierten im weiteren die gemeinsamen Beschreibungsmerkmale von Ärger, Wut und Zorn.

#### **Kognitiv-evaluative Komponente (n=40)**

Alle Subjektiven Theorien (n=40) enthalten Konzepte, die entsprechend kognitiver Emotionstheorien der kognitiv-evaluativen Komponente zuzuordnen sind. Inhaltlich wurde diese Komponente entweder durch die Konzepte „Vorwurf an eine andere Person/Institution“ (n=37) oder durch die „Missbilligung/Verurteilung der Tat einer anderen Person/Institution“ (n=37) spezifiziert (Doppelnennungen möglich, da der personenbezogene Vorwurf häufig durch die tatbezogene Missbilligung spezifiziert wurde). Ergänzend zu dieser tat-/ personen-



bezogenen Bewertung wurde von 31 Untersuchungspersonen die „Überzeugung, dass der Vorwurf berechtigt ist“, als weiteres Merkmal des Zorns ausgewiesen. Lediglich zwei Personen vertreten die Ansicht, dass man auch auf sich selbst zornig sein kann, alle anderen beschreiben den Zorn als fremdbezogen auf eine andere Person (oder Institution).

### ***Somatische Komponente (n=38)***

Als charakteristisches Beschreibungsmerkmal des Zorns wurde von 38 Untersuchungspersonen auf das somatische Empfinden beim Erleben des Zorns hingewiesen. Dass es sich bei dem Zorn um eine „heiße Emotion“ handelt, kommt durch die besonders häufige Belegung der Konzeptkategorie „Hitzegefühl/Schneller Puls/Schnelles Atmen“ zum Ausdruck (n=31). Durch die Kategorie „Muskuläre Anspannung“ (n=31) wird zudem der Zorn als Bereitstellungsreaktion ausgewiesen. Zusätzlich wurde – wenn auch deutlich seltener (n=9) – das „Blass werden/Erstarren/stockender Atem“ als weitere somatische Kategorie genannt. Unter diese Komponente wurde auch das „Weinen“, das von vier Personen als charakteristisch für den eigenen Zorn angesehen wurde, subsumiert.

### ***Motivationale Komponente (n=34)***

Entsprechend kognitiv-motivationaler Emotionstheorien sahen 34 Untersuchungspersonen charakteristische Handlungsimpulse als wichtiges Beschreibungsmerkmal für den Zorn an. In 30 Subjektiven Theorien wurde diese Komponente durch den „Impuls, die/den anderen zur Rechenschaft zu ziehen“ spezifiziert, in 23 Subjektiven Theorien wurde (z.T. zusätzlich) der Impuls als „Bestrafungs-/Rache-/Vergeltungsimpuls“ beschrieben. Im Zusammenhang mit diesen punitiven Impulsen wurde häufig (n=24) darauf verwiesen, dass gerade der „Mühsame Versuch, die eigenen Sanktionsierungsreaktionen zu kontrollieren“, ein weiteres charakteristisches Merkmal des Zorns darstellt.

### ***Subjektiv-erlebensbezogene Komponente (n=25)***

Zusätzlich zu den bereits genannten – aus der subjektiven ‚Innensicht‘ erhobenen Merkmale – wurden weitere ‚erlebensbezogene‘ Konzepte des Zorns expliziert: Von 25 Personen wurde das Erleben von „Fassungslosigkeit/Ungläubigkeit/Verletzttheit und Hilflosigkeit“ als Spezifikation des Zorns genannt. Diese Kategorie, die in engem Zusammenhang mit der Bewertungskomponente zu sehen ist, wurde von den Untersuchungspersonen z.B. verdeutlicht durch Formulierungen wie „Wie kann die/der nur“ oder „Das gibt´s doch nicht“.

### ***Aktionale Komponente (n=20)***

In Ergänzung zu den Handlungsimpulsen (s.o.) wurden von einer ganzen Reihe der Untersuchungspersonen mit dem Zorn verbundene Aktivitäten als typisch für den Zorn angesehen. „Impulsiv-aggressives Verhalten“ wie „Schreien, Ausrasten oder Toben“ wurde von der Hälfte aller Untersuchungspersonen (n=20) angeführt. In 15 Subjektiven Theorien fanden sich häufig in Verbindung mit dieser aktionalen Kategorie zudem Konzepte der Kategorie „Einschränkung/Minderung/Verlust der Kontrolle über eigenes Verhalten/Tun“. Unter diese Kategorie wurden auch Konzepte subsumiert, die sich eher allgemein auf die Einschränkung der Reflexionsfähigkeit und kontrollierten Wahrnehmung bezogen.

### ***b) (quasi)analytische Bedingungen***

Als sowohl analytisch als auch empirisch *notwendige* Bedingung für den Zorn konnten in Übereinstimmung mit der Literatur zu Ärger und Zorn zwei sich ergänzende Voraussetzungen identifiziert werden:

Als *inhaltliche* (notwendige) Bedingung für den Zorn wurde von allen Untersuchungspersonen (n=40) die „Verletzung subjektiv wichtiger Ansprüche/Bedürfnisse/Werte“ genannt. Verbunden mit diesem Konzept wurde von den meisten Personen (n=37) zusätzlich das „Anrecht/Einklagbarkeit der Ansprüche/Bedürfnisse/Werte“ im Sinne einer Voraussetzung zweiter Ordnung angeführt. (Von drei Personen wurde explizit darauf verwiesen, dass es sich bei den verletzten Werten um moralische Normen handeln müsse, für die anderen Personen war dies mit diesem Konzept „Verletzung wichtiger Werte“ impliziert).

Als weitere *formal-strukturelle* Bedingung wurde von den Subjektiven TheoretikerInnen auf die Relevanz der Intentionalität der Bedürfnisverletzung verwiesen. Für die meisten der befragten Personen stellt die zugeschriebene „Verantwortlichkeit“ (n=34) eine notwendige Bedingung für den Zorn dar. Dieses Konzept wurde einerseits spezifiziert durch die „Absichtlichkeit/Fahrlässigkeit/Rücksichtslosigkeit des Täters“ (n=33), zusätzlich wurde z.T. als ergänzendes Konzept angeführt, dass der Person/Institution „Keine Entschuldigung oder Rechtfertigung“ zugebilligt wird (n=28).

### ***c) weitere (empirische) Bedingungen***

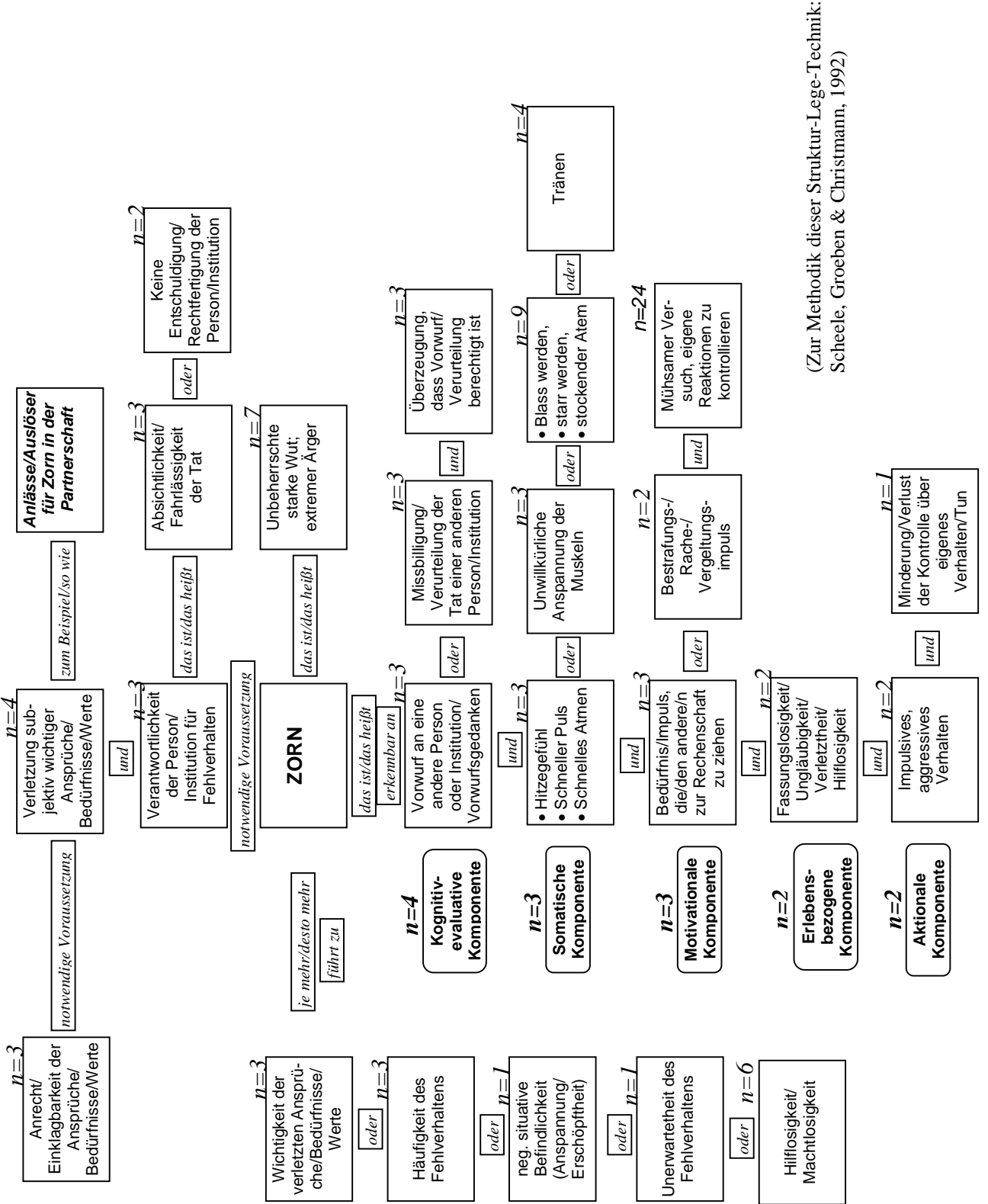
Zusätzlich zu diesen Bedingungen wurden noch 5 Konzeptkategorien als besonders wichtige empirische Bedingungen identifiziert, die die Auftretenswahrscheinlichkeit und Stärke des Zorns erhöhen (im Sinne von je mehr/desto mehr).

In fast allen Subjektiven Theorien wurde auf die (qualitative) „Wichtigkeit/Zentralität der verletzten Ansprüche“ (n=39) hingewiesen. Zudem wurde die (quantitative) „Häufigkeit des Fehlverhaltens“ hervorgehoben (n=31). Weitere wichtige Bedingungen waren die „negative situative Befindlichkeit („Anspannung/Erschöpftheit“ (n=17), die „Unerwartetheit des Fehlverhaltens“ (n=15) sowie die „situative Hilf- und Machtlosigkeit“ (n=6; bei dieser letzten Kategorie ist zu beachten, dass ein vergleichbares Konzept auch als beschreibendes Merkmal angeführt wurde).

Zusammenfassend fällt auf, dass die Subjektiven Theorien zwar in einigen Kernmerkmalen eine hohe Übereinstimmung aufweisen (kognitive, somatische und motivationale Komponente; Verantwortlichkeitszuschreibung für Fehlverhalten; Anrecht auf Einklagbarkeit der verletzten Ansprüche; Wichtigkeit der verletzten Ansprüche, Bedürfnisse und Werte), sich jedoch durchaus Unterschiede bei den Beschreibungen des Zorns finden. Dies lässt sich als Hinweis darauf verstehen, dass die (sprachanalytische) intensionale Bedeutung des Begriffs „Zorn“ zwar im wesentlichen von den Untersuchungspersonen geteilt wird, jedoch bei einer alltagssprachlichen Beschreibung des Zorerlebens (Begriffsextension) z.T. unterschiedliche Merkmale als typisch angesehen werden (zur Unterscheidung und Notwendigkeit der Analyse von Begriffsintension und –extension: Groeben, 1986, S. 105ff.; Groeben, 1999, S. 315ff.).

Abbildung 10 fasst die Subjektiven Theorien im Sinne einer aggregierten Modalstruktur zusammen:

Abb. 10: Strukturbild zur Beschreibung des Zorns auf der Grundlage von 40 Subjektiven Theorien (Nennungen in mindestens 4 ST/10%)



(Zur Methodik dieser Struktur-lege-Technik: Scheele, Groeben & Christmann, 1992)

### Hierarchisierung der Beschreibungsmerkmale

Entsprechend der Zielsetzung, ausgehend von der inhaltlichen Explikation der Beschreibungsmerkmale, eine empirisch begründete Hierarchisierung der einzelnen Merkmale/Komponenten herauszuarbeiten, wurde die Gewichtung der Emotionskomponenten durch die Untersuchungspersonen weiter untersucht. Die absoluten Häufigkeiten der genannten Emotionskomponenten ergeben zwar Hinweise darauf, welche Komponenten als prototypisch für die Beschreibung des Zorns angesehen werden, doch lassen sich damit noch keine Aussagen über die (individuelle) Gewichtung der einzelnen Komponenten treffen. Um die Bedeutsamkeit der Komponenten auf der Grundlage der *individuellen* Einschätzung durch die Untersuchungspersonen vornehmen zu können, wurde daher die durch die Untersuchungspersonen vorgenommene Hierarchisierung der Komponenten in den Subjektiven Theorien analysiert. In Anlehnung an das Vorgehen bei Wagner (1995) wurde ein „Gewichtungsindex“ gebildet, indem jeder der genannten Konzeptkomponenten eine Zahl entsprechend ihrer Gewichtung durch die Untersuchungspersonen zugeordnet wurde. Da es sich um 5 Komponenten handelt, wurde bei jeder Subjektiven Theorie der wichtigsten (im Strukturbild obersten) Konzeptkomponente die Zahl 5 zugeordnet, die zweite Komponente erhielt die Zahl 4 usw.. Bei der anschließenden Berechnung der Mittelwerte wurden fehlende Werte als Null gesetzt, was der inhaltlichen Vorstellung entspricht, dass für Untersuchungspersonen die Konzepte dieser Komponenten auch nicht wesentlich für die Beschreibung des Zorns sind (vgl. auch Wagner, 1995, S. 88). Zur Bildung der Gewichtungsindizes wurden die aufsummierten Werte dann jeweils durch die Anzahl der betreffenden Subjektiven Theorien dividiert (Gesamtstichprobe 40, Teilstichproben jeweils 20; zur individuellen Zuordnung der Gewichtungen; vgl. Anhang: B.1).

Tabelle 25: Gewichtungsindizes und absolute Häufigkeiten der prototypischen Beschreibungsmerkmale des Zorns

Subjektive Theorien zur Beschreibung des Zorns (N=40)	Gewichtungsindex (in Klammer Standardabweichung) <i>n=absolute Häufigkeit</i>	Gewichtungsindex (in Klammer Standardabweichung) <i>n=absolute Häufigkeit</i>		Gewichtungsindex (in Klammer Standardabweichung) <i>n=absolute Häufigkeit</i>	
		Frauen	Männer	zufried. Personen	unzufried. Personen
<b>Beschreibungsmerkmale des Zorns</b>	<b>Gesamtstichprobe</b>				
<b>Kognitive Bewertung:</b> Missbilligender Vorwurf an Person/ Institution	<b>4,60</b> (0,71) <i>n=40</i>	<b>4,65</b> (0,75) <i>n=20</i>	<b>4,55</b> (0,69) <i>n=20</i>	<b>4,60</b> (0,75) <i>n=20</i>	<b>4,60</b> (0,68) <i>n=20</i>
<b>Handlungsimpulse:</b> Impuls, Person zur Rechenschaft zu ziehen, zu bestrafen	<b>3,13</b> (1,57) <i>n=36</i>	<b>3,25</b> (1,33) <i>n=18</i>	<b>3,0</b> (1,81) <i>n=18</i>	<b>3,0</b> (1,52) <i>n=18</i>	<b>3,25</b> (1,65) <i>n=18</i>
<b>Som. Empfindungen:</b> Anspannung der Muskeln und vegetative Symptome	<b>2,7</b> (0,94) <i>n=38</i>	<b>2,4</b> (1,05) <i>n=18</i>	<b>3,0</b> (0,73) <i>n=20</i>	<b>2,9</b> (1,02) <i>n=19</i>	<b>2,5</b> (0,83) <i>n=19</i>
<b>Subj. Empfinden:</b> Gefühl der Fassungslosigkeit und Ohnmacht	<b>2,5</b> (2,04) <i>n=25</i>	<b>2,5</b> (2,16) <i>n=12</i>	<b>2,5</b> (1,96) <i>n=13</i>	<b>2,05</b> (2,16) <i>n=10</i>	<b>2,95</b> (1,85) <i>n=15</i>
<b>Aktivitäten:</b> Impulsiv-aggressives Verhalten	<b>1,62</b> (1,92) <i>n=21</i>	<b>1,4</b> (1,82) <i>n=10</i>	<b>1,8</b> (2,04) <i>n=11</i>	<b>1,7</b> (2,08) <i>n=10</i>	<b>1,55</b> (1,79) <i>n=11</i>

Anmerkung: Gewichtungsindex: maximale Gewichtung = 5; minimale Gewichtung = 1

Wie Tabelle 25 zeigt, wird die Merkmalskomponente der „Kognitiven Bewertung“ sowohl von allen Untersuchungspersonen als notwendige Bedingung genannt, als auch unter Berücksichtigung der individuellen Gewichtungen im Vergleich mit den anderen Komponenten als besonders relevant/prototypisch für die Beschreibung des Zorns angesehen (Gewichtungs-Index 4,60). Handlungsimpulse (die andere Person/Institution zur Rechenschaft zu ziehen) lassen sich auf der Grundlage der Gewichtungen als zweitwichtigstes Merkmal identifizieren (Gewichtungsindex 3,1), gefolgt von somatischen Empfindungen (Gewichtungsindex 2,7) und weiteren subjektiven Empfindungen wie Fassungslosigkeit und Ohnmacht (Gewichtungsindex 2,5). Aktionales Verhalten (impulsive Aggressivität) stellt sowohl in der absoluten Häufigkeit als auch in den Gewichtungen das am wenigsten charakteristische Merkmal für den Zorn dar (Gewichtungsindex 1,62), was der konzeptuellen Überlegung entspricht, deutlich zwischen dem erlebten Gefühl und dem aktionalen Umgang mit Zorn zu unterscheiden.

Unter heuristischer Perspektive wurde zusätzlich analysiert, inwiefern sich Frauen und Männer bzw. zufriedene und unzufriedene PartnerInnen in der Gewichtung ihrer Beschreibungsmerkmale unterscheiden (s.o. Tabelle 25). Hier fällt zunächst auf, dass bei den einzelnen Stichproben die Hierarchie der Komponenten im Vergleich zur Gesamtstichprobe im wesentlichen erhalten bleibt. Bei den durchgeführten nonparametrischen Vergleichstests für die einzelnen Teilstichproben (Wilcoxon-Test für Paare; Mann-Whitney-U-Test für Partnerschaftszufriedene/-unzufriedene) fanden sich keine signifikanten Unterschiede. Da der *prototypische* Zorn expliziert wurde, war auch nicht zu erwarten, dass sich die einzelnen Substichproben in ihrem grundsätzlichen Verständnis des Zorns unterscheiden. Es zeigten sich jedoch vereinzelte Trends für die einzelnen Substichproben:

Mit Blick auf *Geschlechterunterschiede* ist bemerkenswert, dass von den befragten Männern „somatische Empfindungen“ im Zusammenhang mit Zorn als sehr bedeutsam und vergleichbar relevant eingeschätzt werden wie „Handlungsimpulse“ (G.-Indizes jeweils 3,0). Von den befragten Frauen hingegen wurden „Handlungsimpulse“ (G.-Index 3,25) und „Empfindungen wie Fassungslosigkeit und Ohnmacht“ (G.-Index 2,5) im Vergleich gewichtiger eingestuft als „somatische Empfindungen“ (G.-Index 2,4). Auch bei einem direkten Vergleich der Männer und Frauen zeigt sich, dass die befragten Männer „somatische Empfindungen“ bei Zorn deutlich stärker gewichteten (G.-Index 3,0) als die befragten Frauen (G.-Index 2,4). Zudem wird dem tatsächlich „gezeigten aggressiven Verhalten“ von Männern größeres Gewicht bei der Beschreibung des Zorns eingeräumt als von den Frauen (G.-Index 1,8 vs. 1,4).

Bei einem *Vergleich der zufriedenen zu den unzufriedenen Personen* ist insbesondere auffallend, dass unzufriedene Personen im Vergleich zu zufriedenen Personen das „Gefühl der Fassungslosigkeit und Ohnmacht“ sowohl häufiger nennen (15 vs. 10 Nennungen) als auch als besonders typisch für den Zorn charakterisieren (G.-Index 2,95 vs. 2,05). Zusätzlich zeigt sich, dass partnerschaftsunzufriedene Personen die somatischen Empfindungen (G.-Index 2,5) als weniger relevant einschätzen im Vergleich zu zufriedenen Personen (G.-Index 2,9).

### **Zusammenfassung der subjektiven Beschreibungen des Gefühls „Zorn“**

Zusammenfassend bestätigen und erweitern die empirischen Ergebnisse die in der Literatur vorfindbaren Beschreibungen des Zorns: Alle befragten Personen stimmen darin überein, dass

sich der Zorn als missbilligender Vorwurf an eine Person/Institution aufgrund der wahrgenommenen Verletzung subjektiv wichtiger Bedürfnisse und Werte beschreiben lässt (vgl. zu „anger“: Lazarus, 1991; Mees, 1992). Ergänzend zu dieser kognitiv orientierten Beschreibung lässt sich das Erleben des Zorns durch den (mühsam kontrollierten) Impuls, die normverletzende Person/Institution zur Rechenschaft zu ziehen, „heiße“ somatische Empfindungen sowie die erlebte Fassungslosigkeit angesichts der Normverletzung inhaltlich spezifizieren (vgl. Fitness & Fletcher, 1993; Russell & Fehr, 1994). Entsprechend kontemporären Emotionstheorien - aber im Gegensatz zu „klassischen“ Beschreibungen des Zorns (z.B. Seneca, theologische Beschreibungen) - zeigte sich, dass die aktionale Komponente (aggressives Verhalten) nur mit relativ geringer Gewichtung als weiteres charakteristisches Beschreibungsmerkmal des Zorns genannt wurde.

Die empirisch vorgenommene Hierarchisierung der Emotionskomponenten bestätigen das von Scheele (1996) formulierte Postulat, bei einer syndromatischen Beschreibung von Emotionen die kognitive Bewertung als zentrales und notwendiges Kernmerkmal anzusetzen.

Die Ergebnisse der rekonstruierten Beschreibungs-Theorien verweisen zudem auf einige Gesichtspunkte, die m.E. in der weiteren Forschung zu Zorn (in Partnerschaften) besonders zu berücksichtigen sind:

So zeigt die Beschreibung der kognitiv-evaluativen Komponente, dass durch den Zorn sowohl eine Person/Institution (*Zorn auf*) als auch eine Tat (*Zorn über*) negativ bewertet wird. Insbesondere die Fokussierung auf die andere Person/Institution als Verantwortliche für die Verletzung von Bedürfnissen und Werten weist damit den Zorn als soziale Emotion aus, in deren Blickpunkt andere Personen stehen (was den Zorn von „Sachärger“ z.B. über schlechtes Wetter unterscheidet). Zu wenig spezifiziert in dieser Untersuchung und damit offen bleibt, ob dem zornigen Vorwurf charakteristischerweise eine Beurteilung oder Verurteilung der anderen Person zugrundeliegt – oder ob sinnvollerweise zwischen zwei „Formen“ des Zorns zu unterscheiden ist. Hinweise für diese weiter auszuarbeitende Differenzierung finden sich in den Konzepten der motivationalen Komponente: Während das besonders häufig genannte Konzept „Impuls, den anderen zur Rechenschaft zu ziehen“ eher eine Beurteilung nahelegt, impliziert das häufig zusätzlich genannte Merkmal des „Bestrafungs- und Racheimpulses“ eher eine Verurteilung (zum eher aktionalen Konstrukt der „Rache“ vgl. Maes, 1994).

Im Zusammenhang mit der kognitiven Bewertung stellt meines Erachtens die (quasi-)analytische Bedingung „Anrecht bzw. die Einklagbarkeit“ der verletzten Bedürfnisse und Werte eine Besonderheit des Zorns dar. Dieses von fast allen befragten Personen genannte Konzept verweist darauf, dass es zu Zorn aufgrund (zumindest subjektiv) berechtigter Ansprüche kommt (was sich auch in dem Konzept der „Überzeugung, dass Vorwurf berechtigt ist“ widerspiegelt). Der Zorn einer Person impliziert damit, dass sich eine zornige Person (zumindest zum Zeitpunkt ihres „Zornig seins“) im Recht fühlt. Ob und inwiefern die zornigen Vorwürfe tatsächlich (objektiv) rational und berechtigt sind, lässt sich erst durch Prüfung der einzelnen Umstände einschätzen. So kann mit Blick auf die Voraussetzungen einerseits geprüft werden, ob die andere Person für ihr Fehlverhalten tatsächlich verantwortlich gemacht werden kann. Zudem lässt sich kritisch hinterfragen, ob die Bedürfnisse im Sinne von Ansprüchen tatsäch-

lich berechtigt sind (zur überzogenen - klinisch relevanten - narzisstischen Wut vgl. Kohut, 1975). Den Zorn (wie beispielsweise Seneca) per se als irrational oder „verwerflich“ zu beurteilen, wäre mit Blick auf die potentiell berechtigten normativen Implikationen des Zorns (vgl. die kognitiv-evaluative Komponente) unangemessen.

Eine wichtige Präzisierung des Konstrukts Zorn stellt das Merkmal der subjektiv erlebten „Fassungslosigkeit/Ungläubigkeit/Hilflosigkeit“ dar: Im Gegensatz zur Ärgerliteratur, in der häufig auf das Erleben von Macht im Zusammenhang mit Zorn verwiesen wird (z.B. bei Roseman, 1996), wurde von vielen Personen das Erleben von Fassungslosigkeit und Hilflosigkeit aufgrund der Werteverletzung angeführt (lediglich ein – mit der Paarbeziehung unzufriedener – Mann hebt auf das „Gefühl der Stärke“ ab; vgl. hierzu auch „Ziele des Zeigens von Zorn“, s.u.). Im Zorn wird demnach „fassungslos“ ein Normverstoß missbilligt, der (aufgrund bisheriger Erfahrungen oder Bewertungen) bislang als nicht möglich eingeschätzt wurde (vgl. auch das empirische Konzept der „Unerwartetheit des Fehlverhaltens“). Mit Blick auf das Erleben von Hilflosigkeit und Ohnmacht kann vermutet werden, dass damit die Bewertung der eigenen Handlungskompetenz impliziert ist (vgl. secondary appraisal nach Lazarus), wobei dem mühsamen Versuch, die eigenen punitiven Handlungsimpulse zu kontrollieren, besondere Bedeutung zukommen dürfte (i.S.v. „ich würde am liebsten die andere Person bestrafen, aber ich halte mich zurück, da es meinen Wertvorstellungen widerspricht“). Für die weitere Auseinandersetzung mit Zorn gilt es m.E. konzeptuell zu klären, inwiefern dieses Erlebensmerkmal sinnvollerweise der kognitiv-evaluativen Komponente zuzuordnen ist.

Das Erleben von Hilflosigkeit und Ohnmacht spiegelt sich auch in der Beschreibung der somatischen Komponente wider: In Ergänzung zu den Beschreibungen in der Ärgerliteratur werden die somatischen Empfindungen nicht nur durch aktivierende „Hitzegefühle“ spezifiziert, sondern es finden sich in den Subjektiven Theorien auch Beschreibungen eines eher „lähmenden“ Erlebens („blass und starr werden, stockender Atem“, „Tränen“). Diese Differenzierung, die sich so in der Literatur zu Ärger, Wut und Zorn nicht findet, gilt es insbesondere unter empirischer Perspektive weiter zu beachten.

Mit Blick auf die aktionale Komponente des impulsiv-aggressiven Verhaltens ist in den Subjektiven Theorien auffallend, dass dieser Komponente im Vergleich zu den anderen Merkmalen relativ wenig Gewicht beigemessen wird (s.o.). Immerhin die Hälfte der befragten Personen sehen das tatsächliche Verhalten als charakteristisch für das Konstrukt des Zorns an (häufig verbunden mit dem Verlust der Kontrolle über das eigene Tun). Von den Untersuchungspersonen wurde bisweilen darauf verwiesen, dass gerade die gezeigte Reaktion das entscheidende Abgrenzungskriterium zum Gefühl des „Grolls“ darstellt (der dann im Sinne unterdrückter Vorwurfsreaktionen zu interpretieren ist). Für die weitere emotionstheoretische Konzeptualisierung stellt es meines Erachtens eine reizvolle Aufgabe dar, die konzeptuelle Relevanz der aktionalen Komponente bei Emotionskonstrukten wie Zorn weiter abzuklären.

Konkret bezogen auf das Erleben von Zorn *in Partnerschaften* sind vor allem folgende Aspekte besonders hervorzuheben:

Entsprechend der kognitiven Merkmale impliziert der Zorn, dass nach Ansicht der zornigen Person wichtige Bedürfnisse und Werte verletzt wurden, die von der zornigen Person nicht nur im Sinne von Wünschen, sondern als (*einklagbare*) *Ansprüche* interpretiert werden. So verstanden kann der Zorn sowohl der zornigen Person als auch der jeweiligen PartnerIn wichtige Hinweise auf (auch) implizite Ansprüche geben, die einer Person eventuell bislang gar nicht bewusst waren (im Sinne bewusst repräsentierter Ansprüche). Das Erleben des Zorns auf die PartnerIn verweist zudem darauf, dass die zornige Person (überhaupt noch) Ansprüche an die PartnerIn hat. Unter Berücksichtigung dieses normativen Merkmals ist es nachvollziehbar, dass es gerade in engen Beziehungen bei der Verletzung von Ansprüchen zu Zorn kommt. Auch das Erlebnismerkmal der „Fassungslosigkeit und Ungläubigkeit“ sowie die empirische Bedingung der „Unerwartetheit des Fehlverhaltens“ zeigt, dass der Zorn bestimmte (positive) Erwartungen an die andere Person voraussetzt (vgl. auch Mees, 1992, S. 55ff.). Es liegt – auch entsprechend der Partnerschaftsverlaufstheorie von Gottman (1994) – nahe, dass massives Rückzugsverhalten bei Ärger und Konflikten (vor allem bei unzufriedenen Paaren) sich dadurch erklären lässt, dass unzufriedene Paare ihre Ansprüche an die PartnerIn eingeschränkt bzw. aufgegeben haben und bei der Verletzung von Bedürfnissen eher mit Verachtung und Resignation als mit Ärger und Zorn reagieren.

Die unterschiedliche Gewichtung der Facetten des Zernerlebens in den Substichproben verweist darauf, dass der Zorn in Paarbeziehungen in Abhängigkeit von Geschlecht und Zufriedenheit z.T. unterschiedlich beschrieben und erlebt wird. Besonders interessant für weitere Untersuchungen erscheint mir der Befund, dass von den Männern (im Vergleich zu den befragten Frauen) die somatischen Empfindungen als besonders typisch für den Zorn eingestuft werden. Dies steht in Einklang mit Gottmans (1994) psychophysiologischen Hypothesen zum Konfliktverhalten von Männern (vgl. Kap. 2.3), allerdings mit dem entscheidenden Unterschied, dass im Gegensatz zu Gottman nicht die *objektiven* physiologischen Masse (Blutdruck etc.), sondern das *subjektive* Erleben des Körpers erfasst wurde. Mit Blick auf mögliche Erklärungen des Ärger- und Konfliktverhaltens erscheint es mir weiterführend, das in der Theorie von Gottman zentrale Konstrukt des „flooding“ primär aus der *Innenperspektive* zu erfassen und weiter zu prüfen, inwiefern einzelne Erlebnisfacetten in engem Zusammenhang mit dem Umgang mit Ärger und Zorn stehen. Auch das Ergebnis, dass von unzufriedenen Personen dem Erleben von Fassungslosigkeit und Ohnmacht im Zorn deutlich größeres Gewicht beigemessen wird als von zufriedenen Personen, spricht m. E. dafür, das emotionale *Erleben* im Zusammenhang mit dem Umgang mit Ärger und Konflikten verstärkt zu berücksichtigen. Bezogen auf den Umgang mit Zorn in Partnerschaften zeigt sich schon in der Beschreibung des Zorns ein zentrales Problem für die zornige Person: Einerseits scheint es aufgrund der subjektiven Wichtigkeit der verletzten Ansprüche sinnvoll, den Zorn offen zu zeigen. Andererseits sind mit dem Zorn per se potentiell dysfunktionale Handlungsimpulse, destruktive Verhaltensweisen und die Minderung der Kontrolle über das eigene Tun assoziiert. Eine Annäherung an die Frage, ob es für Partnerschaften sinnvoller ist, seinen Zorn zu zeigen (und wenn ja - wie) oder ihn aber zu unterdrücken, war Gegenstand des zweiten Schwerpunkts der Subjektiver Theorien. Vorab sollen jedoch die Ergebnisse zu den Auslösern für Zorn in Paarbeziehungen dargestellt werden.



### 7.3.1.2 Auslöser des Zorns in Partnerschaften

Um zu klären, durch die Verletzung welcher inhaltlicher Bedürfnisse und Werte der Zorn in Partnerschaften ausgelöst wird, wurden die Subjektiven TheoretikerInnen gebeten, das in allen Subjektiven Theorien genannte Konzept der „Verletzung subjektiv wichtiger Ansprüche, Bedürfnisse und Werte“ inhaltlich zu präzisieren. Um den Realitätsbezug zu gewährleisten, wurden die Untersuchungspersonen dabei nach *eigenen Erfahrungen* befragt. Im Gegensatz zu vergleichbaren Untersuchungen standen nicht *hypothetische* Auslöser im Mittelpunkt (wie beispielsweise im Szenarioansatz bei Fehr & Baldwin, 1996), sondern es wurden *tatsächliche* Auslöser erfragt. In Vorversuchen ergab sich, dass es für die befragten Personen außerordentlich schwierig war, lediglich die inhaltlichen Werte genauer zu spezifizieren (es wurden dann nur sehr abstrakte Kategorien wie „Ungerechtigkeit“ genannt). In der Hauptuntersuchung wurden die UntersuchungsteilnehmerInnen daher gebeten, die für ihren erlebten Zorn (in der Partnerschaft) wichtigsten Auslöser mit Hilfe konkreter Beispiele zu beschreiben. Untersucht werden sollte zunächst generell die Häufigkeit und der Inhalt der Auslöser für den Zorn. Zusätzlich wurde ausgewertet, inwiefern sich geschlechterspezifische Unterschiede finden lassen und ob sich zufriedene und unzufriedene Personen in der Häufigkeit bzw. im Inhalt der genannten Auslöser unterscheiden.

Bei der Kategorisierung und Auswertung der Auslöser wurden Mehrfachnennungen und verdeutlichende Beispiele einer Person *innerhalb* einer Kategorie jeweils nur *einmal* berücksichtigt (siehe Anhang; B.2)!

Als Ergebnis der Auswertung zeigte sich, dass von den befragten Personen insgesamt 182 Auslöser genannt wurden, die für die weitere Auswertung auf induktivem Wege zu 10 übergeordneten Kategorien zusammengefasst werden konnten (siehe Tabelle 26). Bezogen auf die gesamte Stichprobe zeigte sich, dass das „Kommunikationsverhalten der/s PartnerIn“ am häufigsten als (vergleichsweise globaler) Auslöser für den Zorn in Paarbeziehungen genannt wurde (n=24). Diese Kategorie lässt sich weiter unterteilen in „Verweigern von Kommunikation“ (Nennungen in 19 Subjektiven Theorien) sowie „Übertriebenes Einklagen von Kommunikation“ (5 Nennungen). Die am zweithäufigsten belegte Kategorie (n=21) umfasst sehr individuell-idiosynkratische Auslöser, die vor allem in Beschreibungen des Partners (i.S.v. „Persönlichkeitseigenheiten“ wie Geiz, Rechthaberei, Launenhaftigkeit, irrationales Verhalten) bestanden. Als weitere Auslöserkategorien ergaben sich mit abnehmender Häufigkeitsbesetzung: „Ungerechte Vorwürfe“ (n=19); „Unzuverlässigkeiten“ (n=16), „Undankbarkeit“ (n=15), „Frustrationen und Zurückweisungen von (spezifischen) Bedürfnissen“ z.B. nach Zärtlichkeit (n=14), „Bevormundungen und Belehrungen“ (n=14), „Mangelnde Fürsorglichkeit“ (n=13), „personenbezogene Abwertungen“ (wie Beleidigungen oder Zynismus) (n=12) und „ungerechte Arbeitsaufteilung“ (n=9).

Bei den Gruppenvergleichen bzgl. der genannten Auslöser, einerseits dem Vergleich zwischen Frauen und Männern, andererseits dem Vergleich zwischen partnerschaftszufriedenen und -unzufriedenen Personen, zeigen sich einige interessante Auffälligkeiten (deren statistische Signifikanz aufgrund der geringen Stichprobengröße mit Hilfe nonparametrischer Verfahren überprüft wurde. Um möglichst präzise zu testen, wurde in SPSS auf das Modul „*exakte Tests*“ zurückgegriffen ( $\chi^2$  nach Fisher-Yates; vgl. Bortz & Lienert, 1998; Bühl & Zöfel,

2000, S. 196ff.). Auf eine  $\alpha$ -Adjustierung wurde aufgrund des induktiven Vorgehens sowie des explorativen Charakters der Vergleiche verzichtet (vgl. Koch, 2001, S. 39ff.).

Tabelle 26 umfasst die inhaltlichen Auslöserkategorien sowie die Anzahl der Subjektiven Theorien, in denen diese Auslöser genannt wurden (Mehrfachnennungen innerhalb einer Subjektiven Theorie wurden bei der statistischen Auswertung nicht berücksichtigt; die absolute Anzahl der Konzeptnennungen findet sich jeweils in Klammern).

Tabelle 26: Auslöser(kategorien) für den Zorn in Partnerschaften

	<b>Auslöserkategorien</b>	<b>N=20 Frauen</b>	<b>N=20 Männer</b>	<b>N=20 Zu- friedene P.</b>	<b>N=20 Unzu- friedene P.</b>	<b>Frauen vs. Männer  Signifikanz<sup>a</sup></b>	<b>Zufried vs. Un- zufr</b>
<b>1.</b> <i>n=24</i> <i>(27)</i>	<b>Kommunikationsverhalten</b>	<b>14</b> <i>(18)</i>	<b>10</b> <i>(10)</i>	<b>9</b> <i>(11)</i>	<b>15</b> <i>(17)</i>		<b>0,05</b> *
	Verweigern von/Mangelnde Kommunikation; mangelnde Konfliktbereitschaft	<b>13</b> <i>(17)</i>	<b>6</b> <i>(6)</i>	<b>7</b> <i>(9)</i>	<b>12</b> <i>(14)</i>	<b>0,05</b> *	
	Übertriebenes Einklagen von Kommunikation	<b>1</b> <i>(1)</i>	<b>4</b> <i>(4)</i>	<b>2</b> <i>(2)</i>	<b>3</b> <i>(3)</i>		
<b>2.</b> <i>n=21</i> <i>(29)</i>	<b>Individuelle Eigenheiten/ „Persönlichkeitseigenschaften“</b> (z.B. Rechthaberei, Geiz, Launen, „Irrationales“ Verhalten)	<b>11</b> <i>(16)</i>	<b>10</b> <i>(13)</i>	<b>13</b> <i>(17)</i>	<b>8</b> <i>(11)</i>		
<b>3.</b> <i>n=19</i> <i>(19)</i>	<b>Ungerechte/unberechtigte Vorwürfe</b>	<b>7</b> <i>(7)</i>	<b>12</b> <i>(12)</i>	<b>9</b> <i>(9)</i>	<b>10</b> <i>(10)</i>		
<b>4.</b> <i>n=16</i> <i>(18)</i>	<b>Unzuverlässigkeiten</b> (z.B. Nichteinhalten von Absprachen und Vereinbarungen)	<b>11</b> <i>(12)</i>	<b>5</b> <i>(6)</i>	<b>7</b> <i>(8)</i>	<b>9</b> <i>(10)</i>	<b>0,05</b> *	
<b>5.</b> <i>n=15</i> <i>(15)</i>	<b>Undankbarkeit</b> (z.B. mangelnde Beachtung der eigenen Leistung, zu wenig Lob)	<b>7</b> <i>(7)</i>	<b>8</b> <i>(8)</i>	<b>5</b> <i>(5)</i>	<b>10</b> <i>(10)</i>		
<b>6.</b> <i>n=14</i> <i>(18)</i>	<b>Frustrationen/Zurückweisungen</b> (z.B. mangelndes Wahrnehmen/Ernstnehmen von Bedürfnissen)	<b>6</b> <i>(8)</i>	<b>8</b> <i>(10)</i>	<b>3</b> <i>(4)</i>	<b>11</b> <i>(14)</i>		<b>0,009</b> **
<b>7.</b> <i>n=14</i> <i>(16)</i>	<b>Bevormundungen/Belehrungen</b> (Einmischungen/keine Gleichberechtigung/übertriebene Fürsorge)	<b>4</b> <i>(4)</i>	<b>9</b> <i>(12)</i>	<b>4</b> <i>(5)</i>	<b>9</b> <i>(10)</i>		
<b>8.</b> <i>n=13</i> <i>(15)</i>	<b>Mangelnde Fürsorglichkeit</b> (z.B. mangelnde Verantwortungsübernahme bei Krankheit/gegenüber Kindern)	<b>10</b> <i>(11)</i>	<b>1</b> <i>(1)</i>	<b>6</b> <i>(6)</i>	<b>5</b> <i>(6)</i>	<b>0,002</b> **	
<b>9.</b> <i>n=12</i> <i>(15)</i>	<b>Personenbezogene Abwertungen</b> (z.B. Beleidigungen, Sarkasmus, Zynismus, Witze auf Kosten der PartnernIn)	<b>7</b> <i>(9)</i>	<b>5</b> <i>(6)</i>	<b>2</b> <i>(2)</i>	<b>10</b> <i>(13)</i>		<b>0,007</b> **
<b>10.</b> <i>n=9</i> <i>(12)</i>	<b>Ungerechte Arbeitsaufteilung</b> (z.B. bzgl. Haushaltstätigkeiten)	<b>8</b> <i>(11)</i>	<b>1</b> <i>(1)</i>	<b>5</b> <i>(5)</i>	<b>4</b> <i>(8)</i>	<b>0,01</b> **	
	<b>Summe Nennungen in ST</b> <i>Summe Anzahl an Konzepten</i>	<b>86</b> <i>(103)</i>	<b>70</b> <i>(78)</i>	<b>63</b> <i>(73)</i>	<b>93</b> <i>(108)</i>		<b>0,05</b> *

Anmerkung: n = Anzahl von Kategorienbelegungen durch Subjektive Theorien (in Klammer Konzeptanzahl)  
a = Signifikanztests nach Fisher-Yates ( $df=1$ ; einseitige Testung)

Mit Blick auf *Geschlechterunterschiede* fällt zunächst auf, dass Frauen insgesamt mehr Auslöser (n=103) nannten als die Männer (n=78). Bei einem Vergleich der Belegung der einzelnen Konzeptkategorien zeigt sich, dass Frauen im Vergleich zu den Männern insbesondere häufiger „mangelnde Kommunikationsbereitschaft“ (13 vs 6 Subjektive TheoretikerInnen), „Unzuverlässigkeiten“ (11 vs. 5), „mangelnde Fürsorglichkeit“ (10 vs. 1) und „ungerechte Arbeitsaufteilung“ (8 vs. 1) als Auslöser für den Zorn anführten (exakter Test nach Fisher:  $p \leq 0,05$ ;  $df = 1$ ). Männer hingegen nannten im Vergleich zu den Frauen deutlich häufiger „unberechtigte Vorwürfe“ (12 vs. 7) und „Bevormundungen/Belehrungen“ als Auslöser für ihren Zorn (diese Unterschiede werden allerdings nicht signifikant).

Ein Vergleich zwischen zufriedenen und unzufriedenen Personen ergibt mit Blick auf differenzielle Unterschiede weitere Aufschlüsse: So geben unzufriedene Personen nicht nur signifikant mehr Anlässe für ihren Zorn an als zufriedene Personen (108 zu 73 Nennungen), sondern es zeigt sich auch, dass im Vergleich zu der Stichprobe der zufriedenen Personen von unzufriedenen Personen insbesondere „Frustrationen und Zurückweisungen von Bedürfnissen“ (11 vs 3 Subjektive Theorien) und „personenbezogene Abwertungen“ (10 vs 2 Subjektive Theorien) genannt wurden (exakter Test nach Fisher:  $p \leq 0,05$ ). Deutliche – wenn auch nicht signifikante Unterschiede – zeigen sich in gleicher Richtung bzgl. „Undankbarkeit/Mangelnde Beachtung erbrachter Leistung“ (10 vs 5 Subjektive Theorien) und „Bevormundungen und Belehrungen“ (9 vs. 4 Subjektive Theorien). Lediglich bzgl. der Kategorie „Individuelle Eigenheiten und Persönlichkeitseigenschaften“ dreht sich das Verhältnis um: Hier wurden von den zufriedenen Subjektiven TheoretikerInnen mehr „Eigenheiten der PartnerIn“ als Auslöser für den Zorn genannt als von den unzufriedenen Personen (13 vs. 8 Subjektive Theorien).

Zusammenfassend verdeutlicht die Häufigkeit der Nennungen zunächst die hohe Relevanz des „Kommunikationsverhaltens“ für Ärger und Zorn in der Partnerschaft. Dies zeigt sich insbesondere unter zusätzlicher Berücksichtigung weiter spezifizierender inhaltlicher Konzeptkategorien wie „Bevormundungen“, „Einmischungen“ und „unberechtigte Vorwürfe“. Die realitätsnahe Erfassung der Zornsituationen erbrachte zudem, dass (auch) eher „alltägliche“ Situationen den Zorn auslösen können, sehr gravierende Auslöser (wie „personenbezogene Abwertungen“) vergleichsweise selten genannt wurden. In diesem Zusammenhang ist beispielsweise auffallend, dass „Vertrauensmissbrauch“, in der Literatur zu Ärger und Zorn häufig als Auslöser für den Zorn in Partnerschaften angeführt (vgl. z.B. Fehr & Baldwin, 1996), von den UntersuchungsteilnehmerInnen aber nicht genannt wurde. Einige Personen wiesen explizit darauf hin, dass Vertrauensmissbrauch zwar *theoretisch* ihren Zorn auslösen würde, dies jedoch bislang in der eigenen Partnerschaft nicht vorgekommen sei. Falls sich dies real ereignen würde, sei die Partnerschaft auch massiv gefährdet. Bei der Interpretation derartiger Ergebnisse ist demnach besonders zu berücksichtigen, ob es sich um reale oder hypothetische Auslöser handelt (vgl. auch Kapitel 4.4.).

Besonders interessant sind meines Erachtens die differentiellen Unterschiede sowohl zwischen Frauen und Männern als auch zwischen den partnerschaftszufriedenen Personen und den Personen, die mit ihrer Partnerschaft unzufrieden sind.

So fällt mit Blick auf *Geschlechterunterschiede* auf, dass Frauen, betrachtet man nur die Häufigkeit der gesamten Auslöser, ihre Ansprüche und Bedürfnisse häufiger verletzt sehen als dies bei den Männern der Fall ist (was in Einklang mit dem häufig festgestellten Befund steht, dass Frauen in Partnerschaften unzufriedener sind als ihre Partner; siehe auch die Ergebnisse in 6.2.1 und 7.2.1). Inhaltlich zeigen die Geschlechterunterschiede, dass Frauen vor allem aufgrund von mangelndem partnerschaftlichem Engagement („Verweigern von Kommunikation“), mangelnder Verbindlichkeit („Unzuverlässigkeit“, „mangelnde Fürsorglichkeit“) und erlebter „Ungerechtigkeiten“ auf ihre Partner zornig werden, wohingegen Männer im Gegensatz dazu eher das Drängen und Einklagen von Bedürfnissen („Bevormundungen/Belehrungen“ und „Vorwürfe“) als Auslöser nennen. Insgesamt bestätigen diese Ergebnisse, dass vor allem die Frage des partnerschaftlichen Engagements und „Einbringens“ ein zentraler Konfliktbereich in Partnerschaften zu sein scheint. Unter Berücksichtigung dessen, dass der erlebte Zorn als Indikator für (verletzte) Ansprüche innerhalb einer Partnerschaft angesehen werden kann, gilt es in weiteren Untersuchungen zu prüfen, ob Frauen und Männer unterschiedliche Ansprüche und Erwartungen an eine (zufriedene) Partnerschaft haben (vgl. z.B. Hassebrauck, 1995) oder aber ob die vergleichbaren Ansprüche tatsächlich unterschiedlich stark verletzt werden. Die Ergebnisse legen zumindest den Eindruck nahe, dass Frauen in Partnerschaften häufiger aufgrund der Verletzung „moralisch-wertbezogener“ Bedürfnisse zornig werden (siehe genannte Konzepte der Fürsorglichkeit, Gerechtigkeit, Zuverlässigkeit), Männer hingegen eher aufgrund der mangelnden Beachtung von Bedürfnissen wie Autonomie und Eigenständigkeit (siehe die Konzepte Bevormundungen und unberechtigte Vorwürfe).

Bezüglich der *Unterschiede zwischen partnerschaftszufriedenen und -unzufriedenen Personen* ist vor allem markant, dass unzufriedene PartnerInnen sowohl mehr (Quantität) als auch „gewichtiger“ (Qualität) Auslöser nennen. Neben generellen „Frustrationen“ und „Zurückweisungen“ sind dabei besonders die „personenbezogenen Abwertungen“ hervorzuheben, die von zufriedenen Personen nur sehr selten (n=2), jedoch immerhin von der Hälfte (n=10) aller unzufriedenen Personen angeführt wurden. Besonders erwähnenswert erscheint mir zudem das vor allem von unzufriedenen Personen angeführte Auslöserkonzept der „Undankbarkeit“, da dieses Konzept meines Wissen in bisherigen Untersuchungen nicht explizit angeführt wurde. Unzufriedene Personen werden demnach häufig deshalb zornig, weil die eigenen Leistungen (das „sich Mühe geben“, das gerade bei belasteten Paaren im Sinne Gottmans als „Reparierungsversuche“ der Partnerschaft verstanden werden kann; vgl. Kap. 2.3) nicht angemessen gewürdigt werden. Andererseits ist auffallend, dass zufriedene Personen häufiger die individuellen „Eigenheiten“ ihrer PartnerInnen als Auslöser für den Zorn identifizierten. Dieser eher erwartungswidrige Befund kann dahingehen interpretiert werden, dass unzufriedene Personen individuelle „Kleinigkeiten“ gar nicht mehr registrieren (ihre Ansprüche und Erwartungen bereits „heruntergeschraubt“ haben), zufriedene Personen jedoch (noch) auf die Eigenheiten ihrer PartnerInnen sensibel und vorwurfsvoll reagieren und durch ihren Zorn auch Ansprüche an eventuell marginale und kaum einklagbare, aber eben störende „Persönlichkeitszüge“ zum Ausdruck bringen (vgl. hierzu die individuellen Nennungen der Konzepte wie „Sammeltrieb“, „übertriebene Vorsicht“ bis hin zu „unmögliche Art des Wäscheaufhängens“; siehe Anhang B.2: „Zusammenfassung der Auslöser“).

### 7.3.2 Ergebnisse der Subjektiven Theorien über den Umgang mit Zorn

Nachdem im ersten Teil des Interviews mit den UntersuchungspartnerInnen geklärt wurde, was sie unter dem *Gefühl des Zorns* verstehen, befasste sich der zweite Teil des Struktur-Ge-Interviews mit dem *Umgang mit Zorn in der Partnerschaft*. Wie bereits ausgeführt, bezogen sich die erfassten Subjektiven Theorien auf zwei übergeordnete Bewältigungsformen des Umgangs mit Zorn: Das deutliche *Zeigen des Zorns* sowie das *Verbergen/Unterdrücken des Zorns*. Die Beschränkung auf diese beiden besonders markanten und prototypischen Formen des Zornbewältigung begründete sich neben ökonomischen Beschränkungen durch die theoretischen wie empirischen Befunde, denen zufolge diese Verhaltensweisen (insbesondere die häufige Ärgerunterdrückung bzw. der deutliche Rückzug bei Konflikten; vgl. Kap. 2 und 4) in engem (negativem) Zusammenhang mit der partnerschaftlichen Zufriedenheit stehen.

Die Auswertung der Subjektiven Theorien erfolgte analog der Auswertung der subjektiven Beschreibungen des Zorns. Unter Berücksichtigung des relationalen Zusammenhangs sowie der Zuordnung zu den Verhaltenskategorien des Zeigens bzw. Unterdrückens von Zorn wurden die Konzepte der dialog-konsensual validierten Strukturbilder so weit als möglich zusammengefasst. Neben einem Überblick über alle als maßgeblich für den eigenen Umgang mit Zorn genannten Konzepte (vgl. Anhang B) war es so möglich, je nach spezifischer Fragestellung (vgl. Kap. 7.1.) die Konzepte unter Berücksichtigung ihres relational-funktionalen Zusammenhangs (z.B. als „antecedente Bedingung“ für das Zeigen oder als „Folge“ des Unterdrückens von Zorn) gezielt zu analysieren bzw. neue (Modal-)Strukturen für die Auswertung der einzelnen Substichproben zusammenzustellen. Die (statistische) Auswertung zu verschiedenen Fragestellungen erfolgte aufgrund der geringen Stichprobengröße sowie des Skalenniveaus mit Hilfe nonparametrischer Verfahren in SPSS 10 (vgl. Bortz & Lienert, 1998; Bühl & Zöfel, 2000).

Im Folgenden werden die Subjektiven Theorien zum Zeigen bzw. Unterdrücken des Zorns in Form aggregierter Modalstrukturen vorgestellt. Ziel war es, zunächst unter eher alltagspsychologischer Perspektive zu untersuchen, welche Bedingungen, Konsequenzen und Ziele mit diesen beiden Möglichkeiten des Umgangs mit Zorn in Verbindung gebracht werden. Da davon ausgegangen wurde, dass die Untersuchungspersonen beide Möglichkeiten des Umgangs mit Zorn nutzen (wenn auch mit unterschiedlicher Häufigkeit), wurden alle Untersuchungspersonen zu beiden Bewältigungsformen des Zorns befragt. Für die Auswertung lagen damit jeweils 40 Subjektive Theorien zu beiden Möglichkeiten des Umgangs mit Zorn vor (die folgenden Modalstrukturen umfassen aus Übersichtlichkeitsgründen nur die Konzepte, die in mindestens 4 der Subjektiven Theorien (10% der Subjektiven TheoretikerInnen) genannt wurden; zu weiteren Einzelkonzepten vgl. Anhang B.3).

Hervorzuheben ist, dass bei der Erfassung der Subjektiven Theorien angestrebt war, Subjektiven Theorien im Sinne der Selbstsicht (Selbstbezug) zu erheben (zur Explikation des Konstrukts „Subjektive Theorie“, das auch „Kognitionen der Weltsicht“ umfasst, vgl. Groeben et al., 1988). Damit sollte erreicht werden, dass die Konzepte der explizierten Subjektiven Theorie nicht nur rein hypothetischen Charakter haben, sondern so weit als möglich das Denken über das *eigene* Agieren in der Partnerschaft repräsentieren.

### 7.3.2.1 Modalstruktur der Subjektiven Theorien über das Zeigen des Zorns

#### Antezedente Bedingungen

Als antezedente Bedingung für das deutliche Zeigen des Zorns wurden von den Subjektiven TheoretikerInnen besonders häufig die „Intensität des Zorns“ (n=20) sowie „Selbstsicherheit und Selbstbewusstsein“ (n=19) genannt. Weitere Konzepte waren mit abnehmender Häufigkeit „Hilf- und Hoffnungslosigkeit“ (n=12), „Vertrauen in die Partnerschaft“ (n=10), die „Wichtigkeit des Anlasses“ (n=9), „Minderung bzw. Verlust der Kontrolle über eigenes Tun“ (n=7), „allgemeine Unzufriedenheit bzw. das Gefühl der allgemeinen Überforderung“ (n=5) sowie „Ruhe und Zeit zur Auseinandersetzung“ (n=4).

#### Auswirkungen/Konsequenzen/Gegenreaktionen auf/bei PartnerIn

Das Zeigen des Zorns bewirkt nach Ansicht der befragten Personen bei den PartnerInnen zwar einerseits „Einsicht in das vorgeworfene Fehlverhalten“ (n=30), ist jedoch häufig auch mit „Ärger bei der PartnerIn“ (n=22), „Rückzugsverhalten“ (n=22), und dem „Zeigen von Verletztheit/Gekränktheit“ (n=22) oder „Gegenvorwürfen“ (n=19) verbunden. Weitere Konsequenzen auf Seiten der PartnerIn können sein: „Bagatellisierungen des Sachverhaltes“ (n=14), „Scham- und Schuldgefühle“ (n=10), „Ablehnung und Verachtung“ (n=9), „Überraschung/Erschrecken“ (n=9), „Anerkennung/Bewunderung“ (n=6) sowie „Angst“ (n=4) bzw. „Stille Auseinandersetzung mit den Vorwürfen“ (n=4).

#### Konsequenzen für die Partnerschaft

Als Konsequenzen für die Partnerschaft wurden von den UntersuchungsteilnehmerInnen besonders häufig positive Folgen angeführt: „Verbesserung der Partnerschaft“ (n=29), „Klärung von Wünschen und Bedürfnissen“ (n=28), „Stärkung partnerschaftlichen Vertrauens, Intimität und Nähe“ (n=27), sowie „konstruktive Auseinandersetzung über Bedürfnisse“ (n=19) und – eher selten – „positive Veränderung von Machtverhältnissen“ (n=4). In einer ganzen Reihe von Subjektiven Theorien fanden sich jedoch auch negative Konsequenzen für die Partnerschaft: „Streit/Eskalation“ (n=18), „Verschlechterung der Partnerschaft“ (n=10) sowie die „Zerstörung von Vertrauen/Intimität/Nähe“ (n=7).

#### Intentionen des Zeigens von Zorn

Die am häufigsten genannte Absicht des Zeigens von Zorn ist nach Auskunft der Untersuchungspersonen das Ziel, dass die „PartnerIn ihren Fehler einsehen und das Verhalten in Zukunft ändern soll“ (n=34). Als weitere wichtige Ziele finden sich in den Subjektiven Theorien das „Durchsetzen eigener Interessen“ (n=24), die „Ermöglichung einer Problemlösung/Klärung“ (n=22), das „Zeigen der eigenen Verletztheit“ (n=22), „Abbau des Zorns“ (n=20), „Selbstschutz“ (n=18) sowie das „Zeigen von Widerstand“ (n=15). Eher selten genannt wurde das „Auskosten des Zorns/der eigenen Stärke“ (n=4) sowie das „Ausüben von Macht im Sinne einer Bestrafung der PartnerIn“ (n=4). Bei den beiden letzten Konzepten ist zu berücksichtigen, dass diese Ziele sicherlich besonders wenig sozial erwünscht sind, wodurch sich (auch) die vergleichsweise seltenen Nennungen erklären könnten.

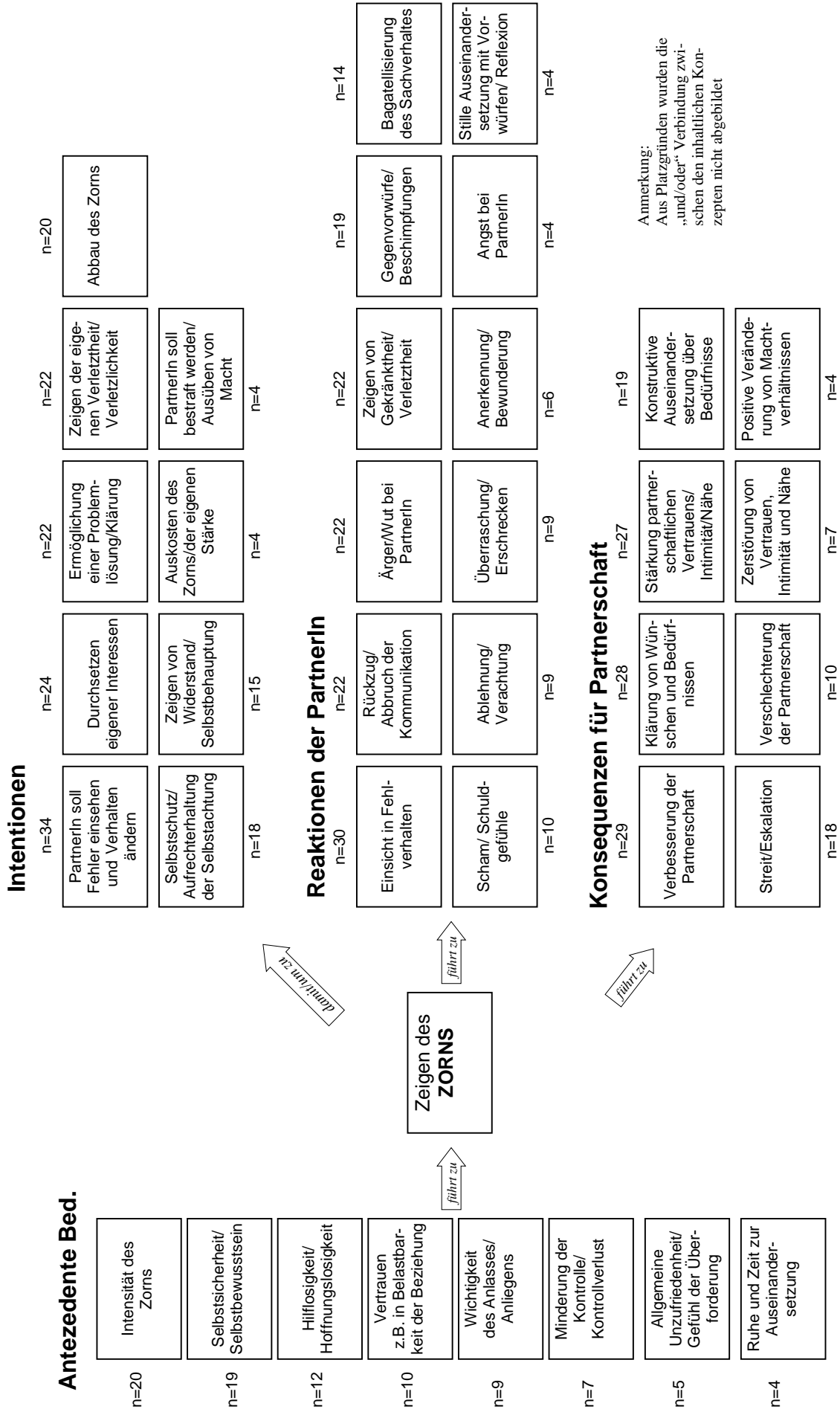
Bezüglich der antezedenten Bedingungen lässt sich zusammenfassend festhalten, dass die UntersuchungsteilnehmerInnen eine ganze Reihe Konzepte anführen, die schon bei der Beschreibung bzw. der Genese der Zorns genannt wurden (Hilf- und Hoffnungslosigkeit, Minderung der Kontrolle über eigenes Verhalten, allgemeine Unzufriedenheit). Dies zeigt zunächst die auch in der Literatur sich widerspiegelnden Schwierigkeiten, konzeptuell wie empirisch zwischen dem Erleben und dem Umgang mit dem Gefühl Zorn zu unterscheiden. Auffallend bei den antezedenten Bedingungen ist, dass sowohl eher positiv zu bewertende Bedingungen (Selbstsicherheit/Selbstbewusstsein:  $n=19$ ; Vertrauen in die PartnerIn/Partnerschaft:  $n=10$ ), als auch eher negative Konzepte (Hilf-/Hoffnungslosigkeit:  $n=12$ ; Verlust/Minderung der Selbstkontrolle:  $n=7$ ; Unzufriedenheit in der Partnerschaft:  $n=5$ ) genannt wurden. (Inwiefern die Geschlechterzugehörigkeit bzw. Partnerschaftszufriedenheit auf die Nennung dieser Konzepte Einfluss hat, wird in den folgenden Kapiteln untersucht).

Bezogen auf die Partnerschaft ist nach Ansicht der meisten PartnerInnen ( $n=29$ ) das Zeigen des Zorns mit einer Verbesserung der Partnerschaft verbunden. Dies ist zunächst erstaunlich, da als unmittelbare Gegenreaktionen der PartnerIn eine ganze Reihe eher negativer Emotionen und Verhaltensweisen beschrieben werden (z.B. Ärger ( $n=22$ ); Gekränktheit/Verletztheit ( $n=22$ ), Gegenvorwürfe ( $n=19$ )). Die vermutete Verbesserung der Partnerschaft lässt sich demnach als längerfristige Konsequenz der unmittelbaren (konflikthafter) Auseinandersetzung verstehen, was im Einklang mit empirischen Befunden steht, die das Austragen von Konflikten als kurzfristig belastend, langfristig jedoch sinnvoll für eine Partnerschaft ausweisen (vgl. Gottman & Krokoff, 1989; Heavey, Layne & Christensen, 1993; Kerig, 1996). Gestützt wird diese Interpretation auch durch die explizit angeführten negativen Konsequenzen auf die Partnerschaft: Zwar führt fast die Hälfte aller befragten Personen „Streit und Eskalation“ ( $n=18/45\%$ ) als Konsequenz des Zeigens an, jedoch wird nur von 10 Personen (25%) eine letztliche Verschlechterung der Partnerschaft vermutet. Weiter auszuarbeiten gilt es in zukünftigen Studien, von welchen Bedingungen dies im Einzelfall abhängen kann.

Bei der Betrachtung der angeführten Intentionen fällt auf, dass nicht die Bewältigung des Gefühls (Abbau des Zorns) im Vordergrund steht ( $n=20$ ), sondern deutlich häufiger partnerInbezogene (Verhaltensänderung;  $n=34$ ), sachbezogene (Problemlösung;  $n=23$ ) und selbstbezogene Ziele (Durchsetzung eigener Interessen;  $n=22$ ) angeführt werden. Unter handlungstheoretischer Perspektive zeigt sich damit, dass das Zeigen des Zorns nicht primär im Sinne der Bewältigung des emotionalen *Erlebens* von den UntersuchungspartnerInnen verstanden wird, sondern mit dem Zeigen des Zorns interaktionelle Ziele verbunden sind. Mit anderen Worten: Mit der Zorn„bewältigung“ soll nach Auskunft der UntersuchungsteilnehmerInnen weniger der Zorn, sondern vielmehr die dem Zorn zugrundeliegende interaktionelle Situation (Verletzung relevanter Ansprüche und Bedürfnisse durch die andere Person) mit ihren interpersonellen, problembezogenen und selbstkonzeptrelevanten Facetten „bewältigt“ werden (vgl. Laux & Weber, 1993).

Abbildung 11 fasst die Konzepte zu „Zeigen des Zorns“ in einer aggregierten Modalstruktur zusammen:

Abb. 11: Aggregierte Struktur zu Zeigen des Zorns auf der Grundlage von 40 Subjektiven Theorien (Nennungen in mind. 4 ST)





### 7.3.2.2 Modalstruktur der Subjektiven Theorien über das Unterdrücken des Zorns

#### Antezedenzbedingungen

Für die Unterdrückung des Zorns wurden als antezedente Bedingungen von den befragten Personen am häufigsten „Hilf- und Hoffnungslosigkeit“ (n=26), „Angst vor negativen Konsequenzen“ (n=22) sowie „Bequemlichkeit“ (n=15) genannt. Seltener genannte Konzepte waren „Unsicherheit bzgl. Angemessenheit des Zorns“ (n=6), „Intensität des Zorns“ (n=6), „negative Erfahrungen mit dem Zeigen des Zorns“ (n=6), „Unangemessenheit des Zeitpunktes“ (n=5), „Konfliktscheuheit bzw. Unerfahrenheit im Zeigen von Zorn“ (n=4) sowie die „Bereitschaft zur Toleranz und Vergebung“ (n=4).

#### Auswirkungen/Konsequenzen/Gegenreaktionen auf/bei PartnerIn

Als Auswirkung der Unterdrückung des Zorns auf die jeweiligen PartnerInnen wurde als häufigste Kategorie das „Nichtbemerken/Ignorieren/Übergehen“ des Zorns genannt (n=25). Als weitere besonders häufige Kategorie erwies sich zudem das „Zeigen von Gekränktheit“ (n=22) bzw. das „offene Nachfragen“ (n=21). Weitere Konzepte waren „Ärger/Wut“ (n=17), das „Einklagen von Kommunikation“ (n=17), „Resignation und Rückzug“ (n=15), „Angst“ (n=9), „Scham und Schuldgefühle“ (n=9), „Vorwürfe und spitze Bemerkungen“ (n=8), „Verachtung/Abwertung“ (n=8). Als positive Reaktion auf das Unterdrücken des Zorns gaben einige Personen zudem „Anerkennung“ (n=7) an.

#### Konsequenzen für die Partnerschaft

Bei den Wirkungen auf die Partnerschaft gibt die Mehrzahl der befragten PartnerInnen an, dass die Unterdrückung des Zorns zu einer „Verschlechterung der Partnerschaft“ (n=30), zur „Zunahme der eigenen Unzufriedenheit“ (n=28) sowie zur „Vermeidung eigentlich notwendiger Auseinandersetzung“ (n=22) führt. Weitere Konsequenzen sind die „Beeinträchtigung partnerschaftlichen Vertrauens, Intimität und Nähe“ (n=19), die „Gedankliche Weiterbeschäftigung mit dem Anlass des Zorns“ (n=15) und damit verbunden die Erhöhung der Gefahr eines „unkontrollierten Wutausbruchs“ (n=9). Im Gegensatz zu diesen negativen Konsequenzen wird jedoch auch darauf hingewiesen, dass die Unterdrückung des Zorns zu einer „Verbesserung der Partnerschaft“ (n=8) führen kann. Eher selten genannt wurden Konzepte wie „Verrauchen/Verfliegen des Zorns“ (n=5), „Missverständnisse in der Partnerschaft“ (n=5), „Vermeidung destruktiver Auseinandersetzungen“ (n=5), „Keine Überbewertung des Zornanlasses“ (n=4) sowie „mühsame und aufreibende Konflikte“ (n=4).

#### Intentionen des Unterdrückens von Zorn

Als Ziele der Unterdrückung des Ärgers/Zorns wurden vorwiegend zwei Ziele genannt: „Vermeidung fruchtloser Auseinandersetzungen“ (n=29) sowie „Selbstschutz i.S.v. Vermeidung weiterer Kränkungen/Verletzungen“ (n=24). Weitere – deutlich seltener angeführte – Zielkonzepte waren die „Überbrückung ungünstiger Zeitpunkte“ (n=9), das „Bedürfnis, einfach in Ruhe gelassen zu werden“ (n=9), „Zeigen von Toleranz und Selbstsicherheit“ (n=6), „Schutz der PartnerIn vor dem eigenen Wutausbruch“ (n=6), der Wunsch, dass die „Partnerin Reue zeigt und auf einen zukommt“ (n=5) sowie „Abbau des Zorns“ (n=4).

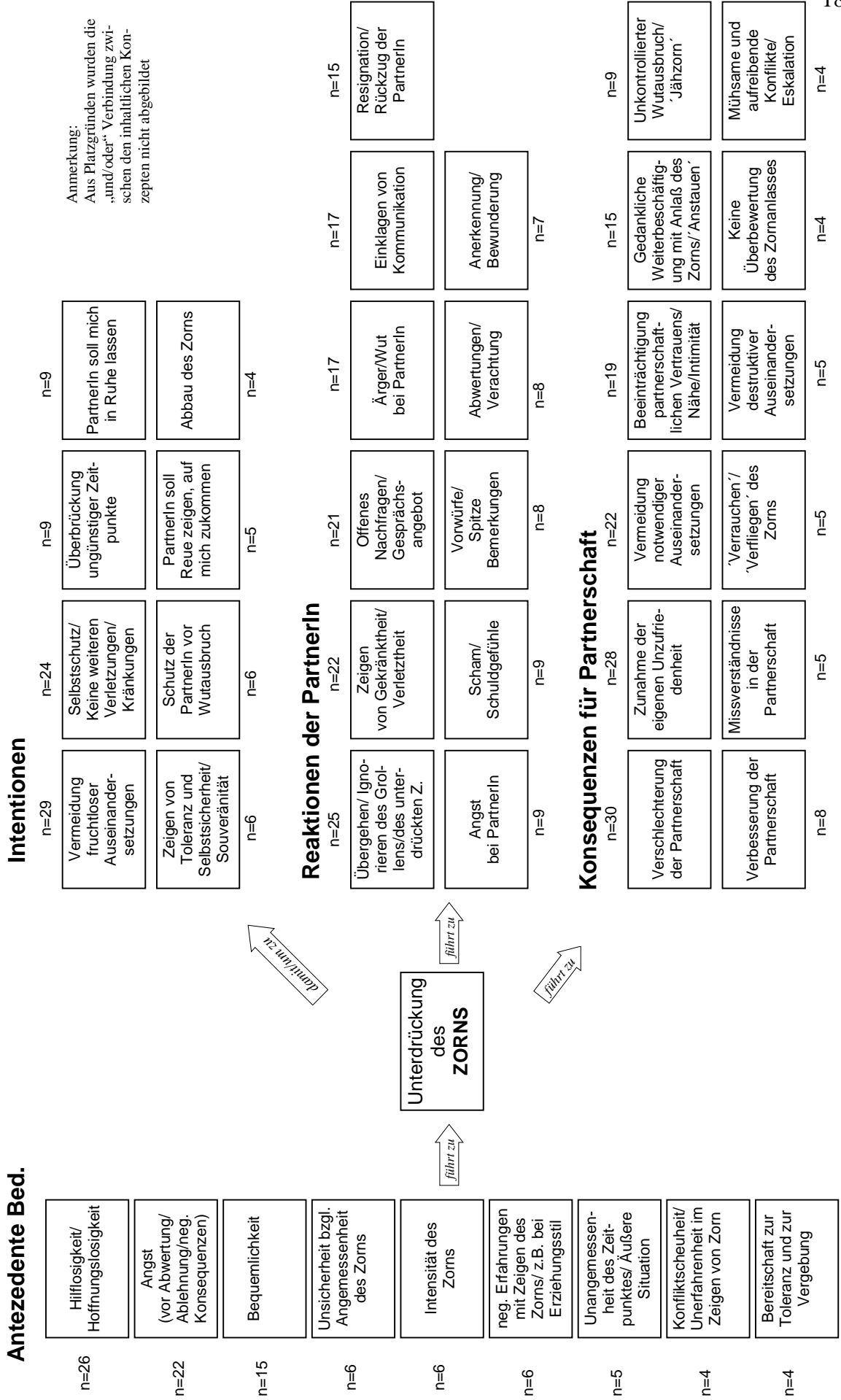
Bei den Subjektiven Theorien fällt bezüglich der Unterdrückung des Zorns zusammenfassend auf, dass bei den Antezedensbedingungen das Merkmal der „Hilf- und Hoffnungslosigkeit“ besonders häufig genannt wurde (n=26). Da dieses Konzept ebenfalls im Zusammenhang mit dem Zeigen des Zorns genannt wurde (n=12), unterstreicht dies die generelle Bedeutsamkeit von Hilflosigkeit im Zusammenhang mit der Zornbewältigung, kann jedoch nur bedingt als differenzierendes Merkmal für unterschiedliche Formen des Umgangs mit Zorn angesehen werden. Unter empirischer Perspektive stellt sich die Frage, welche weiteren Konzepte als potentielle Erklärung für die Unterdrückung des Zorns relevant sein können. Geht man von der Häufigkeit der Nennungen aus, bieten sich insbesondere die antezedenten Konzepte der „Angst vor negativen Konsequenzen“ (n=22) sowie „Bequemlichkeit“ (n=15) an. Zudem können zur (Handlungs-)Erklärung die häufig genannten Intentionen der „Vermeidung fruchtloser Auseinandersetzungen“ (n=29) sowie der angestrebte „Selbstschutz im Sinne der Vermeidung weiterer Kränkungen und Verletzungen“ (n=24) als charakteristische Ziele bei der Unterdrückung herangezogen und hinsichtlich ihrer Realgeltung überprüft werden.

Vergleichbar mit dem Zeigen sind auch mit dem Verbergen des Zorns eine ganze Reihe negativer Konsequenzen verbunden („Zeigen von Gekränktheit“, n=22; „Ärger“, n=17). Es wurden jedoch auch häufig eher neutrale und positiv einzuschätzende Reaktionen der PartnerInnen antizipiert („Nichtbemerken/Ignorieren/Übergehen“, n=25; „offenes Nachfragen“, n=21). Mit Blick auf die längerfristigen Konsequenzen für die Partnerschaft überwiegt jedoch die Einschätzung der negativen Auswirkungen: 75% (n=30) der Subjektiven TheoretikerInnen gehen davon aus, dass es aufgrund einer Reihe mittelfristiger negativer Konsequenzen wie beispielsweise „Zunahme der eigenen Unzufriedenheit“ (n=27) und „Vermeidung wichtiger Auseinandersetzungen“ (n=22) sowie der „Beeinträchtigung des partnerschaftlichen Vertrauens“ (n=19) langfristig eher zu einer Verschlechterung der Partnerschaft kommt. Auf der anderen Seite vertreten jedoch auch einige Subjektive TheoretikerInnen (n=8) die Meinung, dass die Unterdrückung des Zorns im Zusammenhang mit der Vermeidung destruktiver Auseinandersetzungen (n=5) eher zu einer Verbesserung der Partnerschaft führt.

Bei den Intentionen des Unterdrückens von Zorn wird noch deutlicher als beim Zeigen des Zorn, dass die Ziele des Umgangs sich weniger auf das unmittelbare Erleben des Zorns beziehen, sondern auf die weitere Gestaltung der Interaktion („Vermeidung fruchtloser Auseinandersetzungen“; „Selbstschutz“). Unter Berücksichtigung weiterer Intentionskonzepte wie „Zeigen von Toleranz“ und „Schutz der anderen Person vor eigenem Wutausbruch“ lässt sich die Unterdrückung des Zorns als interaktionelles Handeln verstehen, bei dem die andere Person bzw. die weitere Interaktion von zentraler Bedeutung ist (und weniger das eigentliche Gefühl; vgl. Laux & Weber, 1993). Das sowohl im Zusammenhang mit dem Zeigen als auch der Unterdrückung des Zorns häufig genannte Konzept des „Selbstschutzes“ (Zeigen des Zorns n=18; Unterdrücken des Zorns n=24) lässt sich weniger als Differenzierung für den unterschiedlichen Umgang mit Zorn heranziehen, statt dessen kann diesem Merkmal – vergleichbar mit dem Konzept der Hilflosigkeit/Ohnmacht (s.o.) – eine zentrale Bedeutung im Zusammenhang mit dem generellen Umgang mit Zorn zugewiesen werden.

Abbildung 12 fasst die Konzepte zu „Unterdrückung/Verbergung des Zorns“ zusammen:

**Abb. 12: Aggregierte Struktur zu Unterdrückung des Zorns auf der Grundlage von 40 Subjektiven Theorien (Nennung in mind. 4 ST)**



### 7.3.2.3 Unterschiede in den Subjektiven Theorien zwischen partnerschaftszufriedenen und partnerschaftsunzufriedenen Personen

Um differentielle Aussagen über Unterschiede in den Subjektiven Theorien zum Umgang mit Zorn zwischen partnerschaftszufriedenen und -unzufriedenen Personen machen zu können, wurden in einem nächsten Auswertungsschritt die Subjektiven Theorien dieser beiden Substichproben einander gegenüber gestellt (vgl. Anhang B.3: Konzeptkategorien). Bei diesem Vergleich ging es weniger um die (statistische) Überprüfung spezifischer Hypothesen, als vielmehr um den Versuch, unter heuristischer Perspektive mögliche Unterschiede aufzudecken. Die vorgenommenen statistischen Vergleiche haben explorativen Charakter und sind (schon aufgrund der geringen Häufigkeiten) nicht im Sinne „harter“ inferenzstatistischer Testungen zu verstehen (weshalb auch hier keine  $\alpha$ -Adjustierung vorgenommen wurde; vgl. Koch, 2001). Aufgrund des explorativen Ziels der Vergleiche werden im Folgenden auch Unterschiede dargestellt, die zwar nicht signifikant werden, jedoch einen deutlichen Trend aufweisen.

Bei einem Vergleich der Subjektiven Theorien der beiden „Zufriedenheits“-gruppen fällt zunächst auf, dass sich die Unterschiede auf die antizipierten Reaktionen der Partner/in sowie Konsequenzen des eigenen Verhaltens für die Partnerschaft beschränken (vgl. Tabelle 27).

Tabelle 27: Unterschiede zwischen partnerschaftszufriedenen und unzufriedenen Personen in den Subjektiven Theorie-Konzepten zum Umgang mit Zorn

Konzeptbeschreibung	Zufriedene PartnerInnen N=20	Unzufriedene PartnerInnen N=20	$\chi^2$ : Fishers exakter Test (df =1)
<b>antizipierte Konsequenzen/Reaktionen der PartnerIn</b>			
<b>Zeigen des Zorns</b>			
Einsicht in Fehlverhalten	19	11	<b>p ≤ 0,01</b>
Vorwürfe/Beschimpfungen	3	17	<b>p ≤ 0,001</b>
Bagatellisierung	4	10	<b>p ≤ 0,05</b>
Angst	0	4	<b>p ≤ 0,05</b>
<b>Unterdrückung des Zorns</b>			
Offenes Nachfragen/Gesprächsangebot	14	7	<b>p ≤ 0,05</b>
Vorwürfe/Beschimpfungen	1	7	<b>p ≤ 0,05</b>
<b>Konsequenzen für die Partnerschaft</b>			
<b>Zeigen des Zorns</b>			
Verbesserung der Partnerschaft	19	10	<b>p ≤ 0,01</b>
Konstruktive Auseinandersetzung	13	5	<b>p ≤ 0,01</b>
Stärkung des Vertrauens/Intimität/Nähe	18	9	<b>p ≤ 0,01</b>
Verschlechterung der Partnerschaft	0	10	<b>p ≤ 0,01</b>
Zerstörung von Vertrauen/Intimität/Nähe	0	7	<b>p ≤ 0,01</b>
Streit/destruktive Auseinandersetzungen	5	13	<b>p ≤ 0,01</b>
<b>Unterdrückung des Zorns</b>			
Verschlechterung der Partnerschaft	12	18	<b>p ≤ 0,05</b>

Anmerkung: In die Tabelle wurden nur die Vergleiche aufgenommen, die (annähernd) signifikant werden. Zu berücksichtigen ist, dass sich bei weiteren 54 Konzepten keine deutlichen Unterschiede fanden

Es finden sich weder signifikante/deutliche Unterschiede bzgl. der Antezedensbedingungen noch bzgl. der Intentionen im Umgang mit Zorn (weshalb sie in der folgenden Tabelle nicht aufgeführt sind). Dies verdeutlicht, dass sich zufriedene und unzufriedene PartnerInnen insbesondere in den *interaktionsbezogenen* Konzepten unterscheiden. Konkret zeigt sich dies beispielsweise bei den antizipierten Konsequenzen/Gegenreaktionen der PartnerInnen (Tab. 27). Deutlich mehr der partnerschaftszufriedenen als der -unzufriedenen Personen rechnen damit, dass das Zeigen des Zorns zu Einsicht in das vorgeworfene Fehlverhalten führt (19 zu 11 Nennungen). Unzufriedene Personen hingegen gehen eher davon aus, dass auf die vorgebrachten Vorwürfe (Zeigen des Zorns) mit Gegenvorwürfen, Bagatellisierungen und Angst reagiert wird. Auch bei der Unterdrückung des Zorns finden sich Unterschiede in den antizipierten Reaktionen: Doppelt so viele zufriedene Personen gehen davon aus, dass auf ihren Rückzug mit offenem Nachfragen und einem Gesprächsangebot reagiert wird (14 zu 7 Nennungen), wohingegen unzufriedene PartnerInnen eher anklagende Vorwürfe als Reaktion vermuten (7 zu 1 Nennungen). Dies bedeutet, dass zufriedene Personen unabhängig von der Art des Umgangs mit Zorn mit eher konstruktiven Reaktionen rechnen, unzufriedene Personen eher mit negativ bewerteten Gegenreaktionen.

Diese Unterschiede spiegeln sich auch in den erwarteten Konsequenzen für die Partnerschaft wider: Insgesamt gehen zwar die meisten befragten Personen davon aus, dass das Zeigen des Zorns eher positive Konsequenzen für die Partnerschaft hat ( $n=29$ ), doch wird deutlich, dass dies vor allem von den zufriedenen PartnerInnen angegeben wird. Unzufriedene PartnerInnen gehen deutlich seltener von einer positiven Veränderung der Beziehung durch das Zeigen des Zorns aus (19 vs 10 Nennungen). Während zufriedene Personen das Zeigen des Zorns mit „konstruktiven Auseinandersetzungen“ und der damit verbundenen Erhöhung von Intimität und Nähe in Verbindung bringen, zeigt sich bei unzufriedenen Paaren gerade der gegenteilige Befund: Sie vermuten eher, dass es zu destruktiven Konflikten und der (weiteren) Zerstörung des partnerlichen Vertrauens kommt (siehe Tab. 27).

Die prekäre Situation für unzufriedene Personen zeigt sich vor allem daran, dass sie – im Gegensatz zu zufriedenen Personen – davon ausgehen, dass auch die Unterdrückung des Zorns zu einer Verschlechterung führt. Nahezu alle zufriedenen Personen ( $n=19/95\%$ ) geben an, dass das Zeigen des Zorns auf jeden Fall positive Konsequenzen für ihre Partnerschaft nach sich zieht, keine der zufriedenen Personen vermutet grundsätzliche negative Folgen (zwei Frauen führten jedoch an, dass es unter sehr spezifischen Bedingungen, z.B. „massive psychische Verletzung des Partners im Zorn“ als Moderatorvariable, eventuell auch zu negativen Konsequenzen kommen könnte). Im Gegensatz dazu bringt die Hälfte ( $n=10$ ) aller unzufriedenen Personen zum Ausdruck, dass das Zeigen des Zorns negative Konsequenzen hat – aber auch die Unterdrückung für nahezu alle ( $n=19$ ) mit negativen Konsequenzen verbunden ist. Dieser Befund/Sachverhalt macht nochmals deutlich und verstehbar, in welcher ausweglosen Lage (vgl. auch das häufige Konzept der Hilflosigkeit als Antezedensbedingung) sich viele der unzufriedenen Personen sehen: Die Hälfte aller unzufriedenen Personen ist der Ansicht, dass ihr Zorn (als emotionale Reaktion auf die Verletzung wichtiger Bedürfnisse) zu negativen Konsequenzen für die Partnerschaft führt – egal wie sie mit ihrem Zorn umgehen.

### 7.3.2.4 Unterschiede in den Subjektiven Theorien zwischen Frauen und Männern

Bei einem Vergleich der Subjektiven Theorien von Frauen und Männern fällt zunächst die große Übereinstimmung zwischen den Geschlechtern auf: Von den insgesamt 78 Konzeptkategorien, die von mehr als 4 Personen genannt wurden (38 zum Zeigen, 40 zum Unterdrücken des Zorns) finden sich lediglich bei acht Kategorien signifikante Unterschiede (Fisher's exakter Test;  $p \leq 0,05$ ; der Vergleich wurde analog dem methodischen Vorgehen bei den beiden Zufriedenheitsgruppen durchgeführt).

Die Ergebnisse zeigen, dass sich deutliche Geschlechterunterschiede lediglich bei den antezedenten Bedingungen sowie den antizipierten Reaktionen der PartnerIn finden lassen (vgl. Tabelle 28); bzgl. der Ziele und den Konsequenzen des Zeigens bzw. Unterdrückens von Zorn scheinen Frauen und Männer vergleichbar zu denken. Dies ist insofern bemerkenswert, als Frauen und Männer mit den beiden thematischen Bewältigungsformen zwar anscheinend die gleichen Ziele verbinden bzw. von den selben (langfristigen) Konsequenzen ausgehen, jedoch geschlechterspezifische Bedingungen für das jeweilige Agieren als maßgeblich anzusehen sind. Zudem verweisen die Ergebnisse auf geschlechterspezifische (geschlechterstereotype) Gegenreaktionen der PartnerIn.

Tabelle 28: Unterschiede zwischen Frauen und Männern in den Subjektiven Theorie-Konzepten zum Umgang mit Zorn

Konzeptbeschreibung	Frauen N=20	Männer N=20	$\chi^2$ : Fishers exakter Test (df = 1)
<b>Antezedensbedingungen</b>			
<b>Zeigen des Zorns</b>			
Intensität des Zorns	13	7	<b>(p = 0,06)</b>
Ruhe und Entspanntheit	0	4	<b>p ≤ 0,05</b>
<b>Unterdrückung des Zorns</b>			
Intensität des Zorns	0	6	<b>p ≤ 0,05</b>
Bereitschaft zur Toleranz	4	0	<b>p ≤ 0,05</b>
<b>antizipierte Reaktion der PartnerIn</b>			
<b>Zeigen des Zorns</b>			
Ärger	14	8	<b>(p = 0,06)</b>
Bagatellisierung	10	4	<b>p ≤ 0,05</b>
Verachtung	7	2	<b>(p = 0,06)</b>
Anerkennung/Bewunderung	1	5	<b>(p = 0,09)</b>
<b>Unterdrückung des Zorns</b>			
Zeigen von Gekränktheit/Verletztheit	5	17	<b>p ≤ 0,05</b>
Ärger /Wut	4	13	<b>p ≤ 0,05</b>
Einklagen von Kommunikation	4	13	<b>p ≤ 0,05</b>
Angst	2	9	<b>p ≤ 0,05</b>
Anerkennung/Bewunderung	6	1	<b>(p = 0,09)</b>

Anmerkung: In die Tabelle wurden nur die Vergleiche aufgenommen, die (annähernd) signifikant werden. Zu berücksichtigen ist, dass sich bei weiteren 55 Konzepten keine deutlichen Unterschiede fanden.

Bei einer Betrachtung der einzelnen Konzeptkategorien zeigen sich inhaltlich interessante Unterschiede: In ihren Subjektiven Theorien geben Frauen deutlich häufiger als Männer die „Intensität“ (Frauen n=13; Männer n=7) sowie „Hilf-/Hoffnungslosigkeit“ als Antezedensbedingung für das Zeigen des Zorns an. Im Gegensatz dazu vertreten vier Männer (20%) die Ansicht, dass „Ruhe und Entspantheit“ es ihnen ermöglicht, den Zorn zu zeigen. Ganz anders hingegen bei der Unterdrückung des Zorns: Hier vertreten sechs Männer die Ansicht (30%), dass die Intensität des Zorns maßgeblich für die Unterdrückung ist, keine der befragten Frauen nennt dieses Konzept im Zusammenhang mit der Unterdrückung des Zorns. Statt dessen findet sich bei den Frauen, im Gegensatz zu den Männern, viermal das Konzept der „Bereitschaft zur Toleranz“.

Weitere Unterschiede finden sich bei den antizipierten Reaktionen auf den Umgang mit Zorn: Wie Tabelle 28 zeigt, sind deutlich mehr Frauen als Männer der Ansicht, dass das Zeigen des Zorns „Ärger“ (n=14 vs. 8) und „Verachtung“ (n=7 zu 2) auf Seiten der PartnerInnen auslöst bzw. dazu führt, dass die andere Person (vorwiegend die Männer) den vorgeworfenen Sachverhalt bagatellisieren (10 zu 4 Nennungen). Bezogen auf die Unterdrückung des Zorns zeigt sich andererseits, dass vor allem die Männer davon ausgehen, dass ihre Partnerinnen emotional mit „Gekränkt- bzw. Verletztheit“, „Ärger/Wut“, und „Angst“ auf den Versuch des Verbergens von Zorn reagieren. Interessant erscheint mir zudem die Verteilung des Konzepts „Anerkennung/Bewunderung“ für den jeweiligen Umgang mit Zorn: Während vor allem die befragten Männer erwarten, dass das Zeigen des Zorns positiv bewertet wird (n=5 zu 1), sind die Frauen eher der Ansicht, dass die Unterdrückung des Zorns Anerkennung und Bewunderung durch den Partner hervorruft (6 zu 1 Nennung).

Die Ergebnisse sind m.E. in mehrerlei Hinsicht bemerkenswert: Mit Blick auf mögliche Erklärungen des unterschiedlichen Umgangs mit Zorn zeigt sich, dass die Intensität des Zorns für (zumindest einige) Frauen und Männer deutlich unterschiedliche Effekte hat: Frauen führen die Intensität als antezedente Bedingung für das Zeigen des Zorns an, für (einige) Männer hingegen hat die Intensität gerade den gegenteiligen Effekt. Dies verweist auf die Notwendigkeit, differentielle Effekte der Intensität im Zusammenhang mit dem emotionalen Erleben bzw. dem Umgangs mit Zorn zu berücksichtigen („überflutet werden von Gefühlen“/ „flooding“; vgl. Gottman, 1994). Zudem zeigen die Konzepte „Ruhe und Entspantheit“ bzw. „Bereitschaft zur Toleranz“, dass Frauen und Männer weitere unterschiedliche (positiv bewertete) Bedingungen als maßgeblich für den Umgang mit Zorn ansehen.

Die Unterschiede in den antizipierten Reaktionen stehen z.T. im Einklang mit Befunden vergleichbarer Untersuchungen (Bagatellisierung durch Männer, Verletztheitsgefühle bei Frauen, vgl. Fehr et al., 1999). Auffallend ist zudem, dass im Zusammenhang mit dem Zeigen des Zorns vor allem die Frauen mehr negative Konsequenzen und Gegenreaktionen erwarten, wohingegen die Männer deutlich häufiger bei der Unterdrückung des Zorns von negativen Gegenreaktionen ausgehen. Dies ist unter anderem deshalb bemerkenswert, da die negativen Konsequenzen jeweils bei den Bewältigungsreaktionen erwartet werden, die von den jeweiligen Geschlechtern den empirischen Befunden zufolge besonders häufig gezeigt werden (vgl. hierzu ausführlicher Kap. 7.3.3).

### 7.3.3 Analyse des vorrangigen Umgangs“stils“ mit Zorn in der Partnerschaft

#### 7.3.3.1 Beschreibung des eigenen Umgangs mit Zorn in der Partnerschaft

Um möglichst konkret den Bezug zwischen Subjektiven Theorien und dem (subjektiv eingeschätzen) Verhalten der UntersuchungspartnerInnen herstellen zu können, wurden die Untersuchungspersonen im Rahmen der Subjektiven Theorien nochmals etwas eingehender nach ihrem eigenen Umgang mit partnerInbezogenem Zorn befragt. Ziel war es, den individuellen „Bewältigungsstil“ der Untersuchungspersonen (im Sinne des „vorrangig gezeigten Verhaltens im Zorn“) genauer zu untersuchen. In einem separaten Auswertungsschritt wurden daher nur die Subjektiven (Teil-)Theorien ausgewertet, die im Zusammenhang mit dem *vorrangig gezeigten Bewältigungsstil*, entweder „deutliches zum Ausdruck bringen/Zeigen des Zorns“ oder „Verbergen/Unterdrücken des Zorns“, genannt wurden. Im Verlauf des Struktur-Lege-Interviews waren die Untersuchungspersonen zunächst danach befragt worden, welcher der beiden „Bewältigungsstile“ besonders charakteristisch für sie sei:

Wie Tabelle 29 zeigt, gaben 22 (55%) der 40 Subjektiven TheoretikerInnen an, ihren Zorn auf die PartnerIn vorwiegend offen zum Ausdruck zu bringen, 18 (45%) der Untersuchungspersonen hingegen schätzen den eigenen Umgang eher im Sinne der Unterdrückung bzw. des Verbergens des Zorns vor der PartnerIn ein.

Tabelle 29: Subjektive Einschätzung des individuellen Umgangs mit Zorn in der Partnerschaft

<i>Umgang mit Zorn</i>	Gesamt (N=40)	Frauen N=20			Männer N=20		
Zufriedenheit	Gesamt	Zufrieden (N=10)	Unzufrieden (N=10)	Summe	Zufrieden (N=10)	Unzufrieden (N=10)	Summe
<b>Zeigen des Zorns</b>	n=22	n=7	n=7	n=14	n=6	n=2	n=8
<b>Unterdrücken des Zorns</b>	n=18	n=3	n=3	n=6	n=4	n=8	n=12

Auffallend ist bei dieser Einschätzung der signifikante Geschlechterunterschied: Bei einem Vergleich zwischen Frauen und Männern zeigt sich, dass die Frauen deutlich häufiger als die Männer das „Zeigen des Zorns“ als charakteristisch für ihren Umgang mit Zorn angeben (n=14 vs. n=8), Männer entsprechend häufiger als die Frauen die Ärgerunterdrückung als ihren charakteristischen Bewältigungsstil bezeichnen (n=12 vs n=6; Vierfelder- $\chi^2$ : Fishers exakter Test, df=1,  $p \leq 0,05$ ). Unter zusätzlicher Berücksichtigung der Partnerschaftszufriedenheit wird deutlich, dass sich bei den Frauen die Gruppe der zufriedenen und unzufriedenen bzgl. der Einschätzung des Umgangs mit Zorn nicht unterscheidet (jeweils n=7 beim Zeigen des Zorns, n=3 bei der Unterdrückung des Zorns). Bei den Männer hingegen ergeben sich deutliche, wenn auch nicht signifikante, Unterschiede: Partnerschaftsunzufriedene Männer geben häufiger an, ihren Zorn vorwiegend zu unterdrücken (n=8 vs n=2), bei den zufriedenen Männern wird hingegen häufiger das Zeigen des Zorns als charakteristisch für den eigenen Umgang mit Zorn angesehen (n=6 vs n=4; Vierfelder- $\chi^2$ : Fishers exakter Test, df=1,  $p = 0,09$ ).



Um diese Einschätzungen differenzierter analysieren zu können, wurden den Subjektiven TheoretikerInnen im Anschluss an diese Grob-Einschätzung sechs verschiedene - auf Kärtchen vorbereitete - Zornreaktionsformen mit der Bitte vorgelegt, diese nach der von ihnen gezeigten Häufigkeit zu ordnen (oder – falls die Reaktionen für ihren eigenen Umgang mit Zorn auf die/den Partnerin nicht typisch waren – auszusortieren). Die Inhalte der Reaktionsformen orientierten sich dabei im wesentlichen an der Kategorisierung nach Weber (1994, S. 164) und beschrieben je drei Möglichkeiten, seinen Zorn offen gegenüber der PartnerIn zu zeigen oder ihn aber zu unterdrücken/zu verbergen (siehe Tabelle 30). Die Auswertung erfolgte analog der Vorgehensweise bei der Auswertung der Beschreibungsmerkmale des Zorns mit Hilfe von Gewichtungszindizes (s.o., Kap. 7.3.1.1): Dem in den Subjektiven Theorien als wichtigste Reaktionsform ausgewiesenen Konzept wurde der Gewichtungszindex 6 zugeordnet (da es sich um sechs vorgegebene Reaktionsformen handelte), das zweitwichtigste bekam den Gewichtungszindex 5 und so weiter. Die von den Subjektiven TheoretikerInnen aussortierten Reaktionskonzepte wurden mit 0 kodiert, da sie für die Untersuchungspersonen von keiner gravierenden Relevanz waren (zur methodischen Vorgehensweise vgl. Wagner, 1995, S. 88f.; zur individuellen Zuordnung, siehe Anhang B.4). Die aufsummierten Werte wurden durch die jeweilige Anzahl der Subjektiven Theorien (Substichproben) dividiert.

Tabelle 30: Gewichtungszindizes und Häufigkeiten prototypischer Verhaltensreaktionen beim Umgang mit Zorn auf die Partnerin bzw. den Partner

<i>Verhaltensreaktionen</i>	Gewichtungszindizes <sup>a</sup> (in Klammer Standardabweichung) <i>n=absolute Nennungen</i>		Signifikanz-Tests nach Mann-Whitney <sup>b</sup>	Gewichtungszindizes <sup>a</sup> (in Klammer Standardabweichung) <i>n=absolute Nennungen</i>		Signifikanz-Tests nach Mann-Whitney <sup>b</sup>
	<b>Frauen (N=20)</b>			<b>Männer (N=20)</b>		
<b>Zufriedenheit in Partnerschaft</b>	<b>zufrieden (N=10)</b>	<b>unzufrieden (N=10)</b>		<b>zufrieden (N=10)</b>	<b>unzufrieden (N=10)</b>	
Impulsiver Vorwurf/ Schimpfen/Schreien	<b>3,6</b> (2,67) <i>n=7</i>	<b>4,5</b> (2,46) <i>n=8</i>	ns	2,2 (2,44) <i>n=5</i>	3,0 (2,4) <i>n=5</i>	ns
Indirektes Abreagieren (z.B. auf Tisch hauen)	1,6 (2,63) <i>n=3</i>	1,9 (2,47) <i>n=4</i>	ns	0,9 (1,52) <i>n=3</i>	1,2 (1,99) <i>n=3</i>	ns
Ruhiges Ansprechen des Fehlverhaltens	<b>3,5</b> (1,43) <i>n=9</i>	3,7 (1,70) <i>n=9</i>	ns	<b>4,6</b> (1,28) <i>n=10</i>	1,9 (1,79) <i>n=6</i>	<b>0,003</b>
Sich gekränkt, verletzt zurückziehen	2,9 (2,60) <i>n=5</i>	2,9 (2,18) <i>n=7</i>	ns	2,4 (2,67) <i>n=5</i>	<b>5,2</b> (1,93) <i>n=9</i>	<b>0,019</b>
Grollen/Stilles vor sich hin schimpfen	3,1 (2,33) <i>n=7</i>	1,8 (2,39) <i>n=4</i>	ns	2,6 (2,22) <i>n=7</i>	2,7 (2,41) <i>n=6</i>	ns
Ruhiges Nachdenken über Situation	2,9 (2,87) <i>n=4</i>	2,7 (2,36) <i>n=7</i>	ns	<b>4,6</b> (1,78) <i>n=9</i>	3,0 (2,21) <i>n=7</i>	<b>(0,063)</b> ns

Anmerkung: a) Gewichtungszindex: maximale Gewichtung = 6; minimale Gewichtung = 1; die drei höchsten Gewichtung pro Stichprobe fett gedruckt

b) Exakte (2\*1-seitige) Signifikanz nach Mann-Whitney-U-Test (vgl. Diehl et al., 2000, S. 219ff.)

Wie die Ergebnisse in Tabelle 30 zeigen, erzielt bei den *zufriedenen Frauen* der „impulsive Vorwurf“ (Gewichtungszindex 3,6) sowie das „offene und ruhige Ansprechen des Fehlverhaltens“ (G.-Index 3,5) die höchsten Werte für den eigenen Umgang mit Zorn (als eher unbedeutend wird aufgrund der geringen Werte das „indirekte Abreagieren“ eingeschätzt). Bezogen auf das Vermeiden einer Auseinandersetzung/Verbergen des Zorns zeigt sich, dass sich

alle drei Reaktionsmöglichkeiten in etwa als gleichgewichtig einstufen lassen (G.-Index 2,9-3,1). Die *unzufriedenen Frauen* unterscheiden sich hiervon nur geringfügig (keiner der Vergleiche wird signifikant): Sie schätzen lediglich den „offen zum Ausdruck gebrachten Vorwurf“ in Form von Schimpfen und Schreien als typischer für den eigenen Umgang mit Zorn ein als die zufriedenen Frauen (G.-Index 4,5) bzw. messen dem „Grollen und stillen vor sich Hinschimpfen“ weniger Gewicht bei als die zufriedenen Frauen.

Bei der Selbsteinschätzung der *Männer* zeigen sich hingegen deutliche Unterschiede zwischen den zufriedenen und den unzufriedenen Partnern: So geben *zufriedene Männer* das (offene) „ruhige Ansprechen“ sowie das (stille) „Nachdenken über die Situation“ als gleichgewichtig charakteristische Reaktionsweisen im Zorn auf die Partnerin an (G.-Index jeweils 4,6). „Impulsiv vorgetragener Vorwurf“, „stilles Vor-sich-Hinschimpfen“ sowie „gekränktes sich Zurückziehen“ wird deutlich schwächer gewichtet (G.-Index 2,2 – 2,6), eher unbedeutend ist in der Selbsteinschätzung das „indirekte Abreagieren des Zorns“ (G.-Index 0,9). Bei *unzufriedenen Männern* hingegen dominiert deutlich das gekränkte und verletzte „sich Zurückziehen“ mit der höchsten Ausprägung (G.-Index 5,2), der Unterschied zwischen zufriedenen und unzufriedenen Partnern wird signifikant (Mann-Whitney:  $Z = -2,543$ ;  $p < 0,05$ ). Im Gegensatz dazu nimmt das „ruhige Ansprechen des Fehlverhaltens“ sowie das „ruhige Nachdenken über die Situation“ deutlich ab („ruhiges Ansprechen“: 4,6 vs 1,9; „ruhiges Nachdenken“: 4,6 vs. 3,0), wobei der Unterschied bei „ruhigem Ansprechen“ deutlich signifikant wird (Mann-Whitney:  $Z = -2,916$ ;  $p < 0,01$ ). Nur geringe Unterschiede zeigen sich in Bezug auf den „impulsiven Vorwurf“ (etwas höher bei den unzufriedenen Partnern), „indirektes Abreagieren“ sowie das „stille Grollen und Vor-sich-Hinschimpfen“.

Zusätzlich durchgeführte statistische Vergleiche zwischen Frauen und Männern unter Berücksichtigung der Partnerschaftszufriedenheit erbrachten lediglich bei zwei Vergleichen signifikante Unterschiede in den Verhaltenseinschätzungen (Wilcoxon-Test für abhängige Stichproben). Demnach schätzen partnerschaftszufriedene Männer das „ruhige Nachdenken über die Situation“ als typischer für den eigenen Umgang mit Zorn ein als die partnerschaftszufriedenen Frauen (Gewichtungsindizes: Männer 4,6; Frauen 2,9. Wilcoxon:  $Z = -1,99$ ;  $p < 0,05$ ), unzufriedene Frauen hingegen beschreiben das „ruhige Ansprechen des Fehlverhaltens“ (Gewichtungsindex 3,7) als typischer für den eigenen Umgang als unzufriedene Männer (Gewichtungsindex 1,9; Wilcoxon:  $Z = -2,21$ ;  $p < 0,05$ ).

Die Erfassung und Gewichtung der Konzepte zum Umgang mit Zorn bestätigt die Ergebnisse der Fragebogenuntersuchung und gibt weitere differenzierende Hinweise zum selbsteingeschätzten Verhalten der einzelnen Substichproben. Der Vergleich zwischen Frauen und Männern zeigt zunächst, dass deutlich mehr der befragten Frauen im Vergleich zu den Männern angeben, ihren Zorn impulsiv zum Ausdruck zu bringen. Unter zusätzlicher Berücksichtigung der Partnerschaftszufriedenheit ist auffallend, dass die Partnerschaftszufriedenheit bei den (un)zufriedenen Frauen keinen gravierenden Einfluss auf die qualitative Art des Umgangs (Zeigen vs. Unterdrücken) zu haben scheint, hingegen sich bei den Männern deutliche Effekte abzeichnen: Insbesondere die unzufriedenen Männer unterdrücken bzw. verbergen ihren Zorn vor der PartnerIn (Tab. 29).

Durch die Berücksichtigung der Gewichtung einzelner Verhaltensreaktionen lässt sich dies weiter präzisieren (vgl. Tab. 30). Zufriedene wie unzufriedene Frauen beschreiben jeweils offene und konfrontierende Reaktionsweisen als besonders charakteristisch für ihren Umgang mit Zorn, doch verschiebt sich die Gewichtung bei den unzufriedenen Frauen hin zu verstärkt „impulsivem Vorwurf in Form von Schreien und Toben“ (bzw. abnehmendem „Grollen und stillen Vor-sich-Hinschimpfen“) als typischer Umgang mit dem eigenen Zorn. Unterschiede zwischen zufriedenen und unzufriedenen Frauen zeigen sich damit lediglich *innerhalb der Kategorien* „offenes Zeigen“ vs. „Verbergen des Zorns“.

Anders hingegen bei den befragten Männern: Zufriedene Partner sehen neben dem „ruhigen Nachdenken“ (Verbergen) auch das „offene Ansprechen“ (Zeigen) als besonders charakteristisch für ihr Verhalten an. Bei unzufriedenen Männern hingegen stellt allein der „gekränkte und verletzte Rückzug (Verbergen)“ das Konzept mit dem höchsten Gewicht dar, Verhaltensreaktionen der Kategorie offenes Zeigens des Zorns sind deutlich nachgeordnet. Zufriedene und unzufriedene Männer unterscheiden sich damit - im Gegensatz zu den befragten Frauen – nicht nur in der Häufigkeit einzelner Verhaltensweisen, sondern es findet ein Wechsel *zwischen den Kommunikationskategorien* des „offenen Zeigens“ vs. „Verbergen des Zorns“ statt. Die Ergebnisse bestätigen erneut, dass unzufriedene Männer besonders häufig die offene Kommunikation abbrechen, sich vermehrt zurückziehen und ihren Zorn vor der Partnerin verbergen (vgl. auch Kap. 2.2 und Fragebogenstudie).

### 7.3.3.2 Bewertung des eigenen Umgangsstils mit Zorn in Bezug auf die Partnerschaft

Zusätzlich zur Beschreibung wurden die untersuchten Personen nach der Bewertung des Umgangs mit Zorn mit Blick auf die Partnerschaft befragt. Hierzu gab es im Rahmen des Struktur-lege-Interviews zum einen die Möglichkeit, durch die Nutzung der präskribierenden Konzeptrelationen „soll sein“ bzw. „soll nicht sein“ die verschiedenen Umgangsmöglichkeiten zu bewerten. Zusätzlich wurden bei der Auswertung die inhaltlich präskriptiven Konzepte der „Verbesserung bzw. Verschlechterung der Partnerschaft“ berücksichtigt und damit analysiert, inwiefern die befragten Personen ihren vorrangig gezeigten Umgangsstil mit Zorn als eher förderlich bzw. als eher destruktiv für die Partnerschaft einschätzen.

Tabelle 31: Bewertung des eigenen Bewältigungstils mit Zorn in Bezug auf die Partnerschaft

Gesamt N=40		Subjektive Theorien			
		Bewertung des Zeigens von Zorn für Partnerschaft		Bewertung des Unterdrückens von Zorn f. P.	
vorwiegender Umgang mit Zorn		<i>positive B.</i>	<i>negative B.</i>	<i>positive B.</i>	<i>negative B.</i>
				<b>29</b>	<b>10</b>
<i>Zeigen</i>	<i>n=22</i>	<b>16</b>	<b>6</b>	4	18
<i>Unterdrücken</i>	<i>n=18</i>	13	4	<b>4</b>	<b>12 (+ 2xMV)</b>

Anmerkung: Bei der Gruppe der Zornunterdrückenden wird von zwei Personen (ST 11m und ST 11w) kenntlich gemacht, dass das von ihnen häufig genutzte Unterdrücken des Zorns nur unter bestimmten Umständen (Moderatorvariablen) zu negativen Konsequenzen führt.

Wie Tabelle 31 zeigt, wird generell das Zeigen des Zorns von 29 Subjektiven TheoretikerInnen (73,5%) positiv bewertet (operationalisiert über das Konzept „positive Konsequenzen für Partnerschaft“ bzw. das Bewertungskonzept „soll sein“ im Zusammenhang mit dem „Zeigen des Zorns“ in den Subjektiven Theorien). 25% der Subjektiven TheoretikerInnen (n=10) hingegen verbinden das Zeigen des Zorns mit „negativen Auswirkungen auf die Partnerschaft“. Im Gegensatz dazu wird das Unterdrücken des Zorns mit Blick auf die Partnerschaft lediglich von 8 Subjektiven TheoretikerInnen (20%) positiv bewertet, dagegen gehen 30 der befragten Personen (75%) davon aus, dass das Unterdrücken (langfristig) zu einer Verschlechterung der Partnerschaft führt. (Bei der Interpretation dieser Ergebnisse gilt es zu beachten, dass die Mehrheit der befragten Personen subjektiv berechnete Vorwürfe (n=31) bzw. die „Einklagbarkeit der verletzten Ansprüche/Bedürfnisse und Werte“ (n=37) als zentrales Beschreibungsmerkmal des Zorns ansahen. Es geht hier also nicht um das Äußern jeglichen Unmuts, sondern um das zum Ausdruck bringen von Zorn als emotionale Reaktion auf die Verletzung zentraler Ansprüche, Bedürfnisse und Werte; vgl. Kap. 7.3.1).

Berücksichtigt man nun nur die Bewertungen des eigenen vorrangig gezeigten Bewältigungsstils, zeigt sich, dass von den 22 Personen, die sich selbst als eher „ZornzeigerInnen“ einschätzen, 16 Personen ihr Zeigen des Zorns als günstig für die Partnerschaft bewerten, 6 Personen hingegen davon ausgehen, dass es eher zu negativen Konsequenzen kommt (Fishers exakter Test:  $p \leq 0,05$ ). Bezüglich des Unterdrückens des Zorns drehen sich diese Verhältnisse interessanterweise um (Fishers exakter Test (df =1):  $p \leq 0,001$ ): Von den 18 Personen, die sich vorwiegend als „ZornunterdrückerInnen“ beschreiben, wird ihr eigenes Verhalten als eher negativ für die Partnerschaft bewertet (n=12), nur wenige (n=4) sind mit ihrem eigenen Verhalten zufrieden (zwei partnerschaftszufriedene Personen gaben an, dass das von ihnen zumeist gezeigte Unterdrücken des Zorns nur zu negativen Konsequenzen führt, wenn weitere Bedingungen erfüllt sind (i. S. v. Moderatorvariablen, z.B. „Keine Veränderung des eigenen Verhaltens“; „Keine Bereitschaft zur Versöhnung“).

Zusammenfassend zeigt dieser Befund, dass nur ein Teil der Subjektiven TheoretikerInnen davon ausgeht, dass ihr Umgang mit Zorn positive Konsequenzen auf die Partnerschaft hat: Die Hälfte aller Personen (n=20/50%) handelt entsprechend ihrer Subjektiven Theorie über die erwünschten Konsequenzen des Umgangs mit Zorn (16 „Zornzeiger“, 4 „Zornunterdrücker“), die andere Hälfte (n=20/50%) (6 „Zornzeiger“, 14 „Zornunterdrücker“) reagieren im Wissen um die negativen Konsequenzen ihres Verhaltens für die Partnerschaft bzw. nehmen die negativen Konsequenzen ihres Verhaltens für die Partnerschaft wissentlich in Kauf.

Um diese Befunde unter Berücksichtigung der Geschlechterzugehörigkeit und insbesondere der Partnerschaftszufriedenheit weiter zu analysieren, wurden die Ergebnisse differenzierter betrachtet:

Wie Tabelle 32 verdeutlicht, gehen von den 20 *partnerschaftszufriedenen Personen* die meisten (n=16; 80%) davon aus, dass ihr Verhalten sich positiv auf die Partnerschaft auswirkt (wobei 13 Personen ihr Zeigen des Zorns, 3 ihre Zornunterdrückung als positiv kennzeichnen). Lediglich 4 (20%) zufriedene Personen sind der Ansicht, dass ihr häufig gezeigtes Unterdrücken des Zorns zu negativen Konsequenzen führt (vgl. vertikal schraffierte Zellen; zu

berücksichtigen ist, dass zwei zufriedene Personen dies zudem von weiteren Moderatorvariablen abhängig machen).

Ganz anders hingegen bei den *partnerschaftsunzufriedenen Personen* (horizontale Schraffierung): Hier gehen die meisten Personen (n=16; 80%; davon 10 x Unterdrücken des Zorns, 6 x Zeigen des Zorn) davon aus, dass ihr Verhalten eher zu (weiteren) negativen Konsequenzen auf die Partnerschaft führt, lediglich vier Personen (20%; davon 3 x „Zornzeigende“, 1 x „Zornunterdrückende“) vermuten positive Effekte durch ihren Umgang mit Zorn.

Die partnerschaftszufriedenen und -unzufriedenen PartnerInnen unterscheiden sich damit hoch signifikant in der Bewertung ihres eigenen vorrangig gezeigten Bewältigungsstils: Die zufriedenen Partnerinnen gehen davon aus, dass ihr Verhalten der Partnerschaft nützt, die partnerschaftsunzufriedenen Personen bewerten ihr eigenes Verhalten häufiger als negativ für die Partnerschaft (Vierfelder- $\chi^2$ : Fishers exakter Test (df =1),  $p \leq 0,001$ ).

Bezogen auf Geschlechterunterschiede zeigen sich keine derartigen Effekte. Zwar unterscheiden sich Frauen und Männer deutlich hinsichtlich ihres selbsteingeschätzten Umgangs mit Zorn, doch entspricht dies auch den (Unterschieden in den) Subjektiven Theorien: Jeweils 10 der befragten Männer und Frauen schätzen – unabhängig von der Art des Umgangs – ihr eigenes Agieren als positiv bzw. negativ ein (Bei den Frauen wird 9 x das Zeigen des Zorns, 1 x das Unterdrücken des Zorns positiv eingeschätzt; bei den Männern 7 x das Zeigen, 3 x das Unterdrücken).

Tabelle 32: Bewertung des eigenen Bewältigungsstils mit Zorn in Bezug auf die Partnerschaft, getrennt nach Partnerschaftszufriedenheit und Geschlechterzugehörigkeit

		Selbsteinschätzung des eigenen Bewältigungsstils: „Zeigen des Zorns“		Selbsteinschätzung des eigenen Bewältigungsstils: „Unterdrücken des Zorns“	
Partnerschaftszufriedenheit	Gesamt N=40	positive Bewertung	negative Bewertung	positive Bewertung	negative Bewertung
Zufriedene Personen (N=20)	Frauen (N=10)	7 (ST 5,6,7,10, 13,16,20)	0	1 (ST3)	2 (ST15) ST11(MV)
	Männer (N=10)	6 (ST 6,7,10, 13,15,18)	0	2 (ST3,16)	2 (ST2) ST11(MV)
	<b>Summe</b>	<b>13</b>	<b>0</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
Unzufriedene Personen (N=20)	Frauen (N=10)	2 (ST 9,18)	5 (ST 2,8,14, 17,19)	0	3 (ST 1,4,12)
	Männer (N=10)	1 (ST 17)	1 (14)	1 (ST9)	7 (ST 1,4,5,8, 12,19,20)
	<b>Summe</b>	<b>3</b>	<b>6</b>	<b>1</b>	<b>10</b>
<b>Gesamt</b>		<b>16</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>12 (+2MV)</b>

Anmerkung: ST = Nummer der jeweiligen Subjektiven Theorien (getrennt nach Geschlecht).

Bei den Subjektiven Theorien 11 (partnerschaftszufriedene/r Frau/Mann) wurde durch Moderatorvariablen (MV) darauf verwiesen, dass es durch ihren Bewältigungsstil nur unter bestimmten Umständen zu negativen Konsequenzen für die Partnerschaft kommen würde (z.B. Dauerhafte Unterdrückung; „keine Bereitschaft zu späterem Aufeinanderzugehen/Versöhnung“).

Diese Befunde sind insbesondere mit Blick auf die mögliche Handlungsleitung von Subjektiven Theorien interessant: Denn es zeigt sich, dass zufriedene Personen mit ihrem Umgang mit Zorn zumeist positive Konsequenzen für die Partnerschaft verbinden, wohingegen unzufriedene Personen eher negative Konsequenzen antizipieren. Mit anderen Worten: Während es nach eigenen Angaben den meisten zufriedenen Personen gelingt (n=16), entsprechend den antizipierten positiven Konsequenzen ihrer Subjektiven Theorien zu handeln, geben die meisten unzufriedenen Personen an (n=16), die negativen Konsequenzen ihres Umgangs mit Zorn in Kauf zu nehmen und „wider besseren Wissens“ zu agieren. Im Gegensatz zu partnerschaftszufriedenen Personen scheinen für partnerschaftsunzufriedene PartnerInnen die antizipierten Konsequenzen für die Partnerschaft weniger handlungsleitend zu sein.

Um weiter zu klären, weshalb die Untersuchungspersonen im Umgang mit Zorn Verhaltensweisen zeigen bzw. Dinge „tun“, die nach ihren eigenen Subjektiven Theorien eher dysfunktional und destruktiv für die Partnerschaft sind, wurden die InterviewpartnerInnen im Verlauf des Struktur-Ge-Interviews explizit dazu gefragt, weshalb sie gerade diesen Umgangsstil mit Zorn vorrangig nutzen – zumal wenn sie doch wissen, dass damit negative Konsequenzen für die Partnerschaft verbunden sind. Es wurde also die Begründung des eigenen Handelns im Sinne einer „subjektiven“ Erklärung erfasst und unter Berücksichtigung der Bewertung für die Partnerschaft gemeinsam *mit* den UntersuchungspartnerInnen kritisch hinterfragt. Dieses Vorgehen kann zwar eine beobachtungstheoretische Validierung der Handlungsleitung Subjektiver Theorien nicht ersetzen, doch lassen sich durch die konsequente Berücksichtigung der Innensicht wichtige heuristische Hinweise zu der Frage herausarbeiten, welche Gründe zumindest von den befragten Personen als maßgeblich für das eigene Agieren angesehen werden bzw. inwiefern die Untersuchungspersonen „wissen was sie tun“ (zur Kategorie/Einheit des „Tuns“; vgl. Groeben, 1986, S. 182ff.; im klinischen Kontext: Wagner 1999, S. 52ff.). Zudem war mit dieser Vorgehensweise die Möglichkeit verbunden, durch das kritische Hinterfragen den UntersuchungspartnerInnen eventuell selbst ein besseres Verständnis für das eigene Tun/Handeln zu vermitteln (vgl. hierzu die Ergebnisse der Nachbefragung; Kap. 7.5).

Insbesondere für den therapeutischen Kontext bzw. klinisch-psychologische Fragestellungen, in denen häufig nicht beobachtbares Handeln/Tun/Verhalten, sondern das subjektive Erleben im Mittelpunkt steht, ist m.E. dieses Procedere – nämlich schon die im Verlauf der gemeinsamen kommunikativen Validierung die „subjektive Realgeltung“ der erfassten Theorien kritisch zu hinterfragen – konzeptuell weiter auszuarbeiten. Mit der hier vorgestellten Herangehensweise sollte ein Schritt in diese Richtung versucht werden.

### **7.3.3.3 Vergleich der Subjektiven Theorien zum eigenen Bewältigungsstil unter Berücksichtigung der antizipierten Konsequenzen für die Partnerschaft**

Durch den Vergleich der Subjektiven Theorien zum vorwiegend gezeigten Bewältigungsstil unter Berücksichtigung der *Bewertung für die Partnerschaft* sollte versucht werden, Hinweise auf die potentielle Handlungsleitung der Subjektiven Theorien herauszuarbeiten. In einem weiteren Auswertungsdurchgang wurden daher nur die Subjektiven Teil-Theorien berücksichtigt, die im Zusammenhang mit dem eigenen, entweder als positiv oder negativ bewerte-

ten und typisch für die eigene Person eingeschätzten, Bewältigungs“stil“ expliziert wurden. Verglichen wurden (1) die Subjektiven Teil-Theorien von den Personen, die nach eigenen Angaben ihren Zornbewältigungs“stil“ als konstruktiv für die Partnerschaft ansehen und damit in Übereinstimmung mit ihrer Subjektiven Theorie bzgl. der Folgen handeln (sog. „konkordant handelnde Teilstichprobe“) mit (2) den Subjektiven Teil-Theorien von Personen, die ihren eigenen Zornbewältigungsstil negativ bewerten, ihn jedoch trotz des Wissens um die negativen Konsequenzen für die Partnerschaft nach eigenen Angaben häufig zeigen (sog. „diskordant agierende Teilstichprobe“). Grundgedanke war, entsprechend des Selbstbezugs die Subjektiven (Teil-)Theorien als „handlungsleitend“ bzw. „begründungshaltig“ aufzufassen und durch die Analyse dieser Teil-Theorien herauszufinden, welche Gründe für das konstruktiv bzw. destruktiv bewertete und (dennoch) häufig gezeigte Bewältigungsverhalten angegeben werden (insbesondere mit Blick auf die Antezedensbedingungen und angegebenen Intentionen).

Aufgrund der geringen Größe der Substichproben und der zudem ungleichen Verteilung der bewerteten Bewältigungsstile (vgl. Tab. 32) wurde bei diesem Vergleich nicht zwischen den verschiedenen Formen des Umgangs differenziert, sondern die Konzeptkategorien der beiden Bewältigungsformen „Zeigen des Zorns“/„Unterdrücken des Zorns“ bei inhaltlicher Übereinstimmung zusammengelegt. Bei identischen Konzeptkategorien (wie z.B. „Hilflosigkeit“, „Selbstsicherheit“, „Selbstschutz“) war dies unproblematisch, bei den anderen Konzeptkategorien wurde versucht, so weit wie möglich neue und inhaltlich stimmige Kategorien zu bilden (z.B. Einsicht in Fehlverhalten/offenes (konstruktives) Nachfragen). Da das Ziel der Auswertung darin bestand, eher grundsätzliche Hinweise auf potentielle Gründe für den vorwiegend gezeigten Bewältigungsstil bzw. die Diskrepanz von bewertendem Denken und bewertetem Agieren zu erarbeiten, wurde bei der Auswertung auf eine Unterscheidung der verschiedenen Substichproben (Frauen/Männer; zufriedene/unzufriedene PartnerInnen) verzichtet (ein differenzierter Überblick unter Berücksichtigung der unterschiedlichen Teilstichproben findet sich im Anhang B.3.3).

Wie Tabelle 33 zeigt, ergibt sich eine ganze Reihe interessanter Unterschiede zwischen Personen, die „konkordant“ bzw. „diskordant“ mit der Bewertung bzw. ihren Subjektiven Theorien agieren:

Bezogen auf die *antecedenten Bedingungen* geben Personen, die davon ausgehen, dass ihr Umgang mit Zorn positive Konsequenzen für die Partnerschaft nach sich zieht (Konkordanz zwischen Bewertung und Handeln), signifikant häufiger „Selbstsicherheit“ (10 zu 1 Nennungen) und „Vertrauen in die PartnerIn/Partnerschaft“ (7 zu 0 Nennungen) an als Personen, die ihr eigenes Verhalten negativ bewerten (Diskordanz zwischen Agieren und Subjektiver Theorie/Bewertung). Im Gegensatz dazu wird von den Personen, die mit ihrem vorrangig gezeigten Bewältigungsstil wissentlich negative Konsequenzen für die Partnerschaft in Kauf nehmen deutlich häufiger „Hilflosigkeit/Hoffnungslosigkeit“ (12 zu 7 Nennungen), „Angst vor negativen Konsequenzen“ (11 zu 4 Nennungen) und „negative Erfahrungen in der Vergangenheit“ (6 zu 1 Nennungen) genannt.

Tabelle 33: Darstellung (nahezu) signifikanter Häufigkeitsunterschiede bei Subjektiven Theoriekonzepten von Personen, die entsprechend (Konkordanz) und entgegen (Diskordanz) ihrer Subjektiven Theorie/Bewertung handeln

Konzeptbeschreibung	Konkordanz Bewertung/ Handeln n=20	Diskordanz Bewertung/ Agieren n=20	Fishers exakter Test (df =1)
<b>Antezedensbedingungen</b>			
Selbstsicherheit	10	1	<b>p ≤ 0,01</b>
Vertrauen in PartnerIn/Partnerschaft	7	0	<b>p ≤ 0,01</b>
Hilf-/Hoffnungslosigkeit	7	12	<b>(p = 0,1)</b>
Angst vor negativen Konsequenzen	4	11	<b>p ≤ 0,05</b>
negative Erfahrungen in der Vergangenheit	1	6	<b>p ≤ 0,05</b>
<b>Konsequenzen/Reaktionen der PartnerIn</b>			
Einsicht in Fehlverhalten/offenes Nachfragen	18	6	<b>p ≤ 0,001</b>
Vorwürfe/Beschimpfungen	6	13	<b>p ≤ 0,05</b>
Einklagen von Kommunikation	2	8	<b>p ≤ 0,05</b>
Übergehen/Ignorieren des Zorns	3	9	<b>p ≤ 0,05</b>
Angst	1	5	<b>(p = 0,09)</b>
<b>Konsequenzen auf Partnerschaft</b>			
Verbesserung der Partnerschaft	20	0	<b>p ≤ 0,001</b>
Klärung der Standpunkte	15	2	<b>p ≤ 0,001</b>
Stärkung des Vertrauens/Intimität/Nähe	15	0	<b>p ≤ 0,001</b>
Konstruktive Auseinandersetzung	9	0	<b>p ≤ 0,001</b>
Verschlechterung der Partnerschaft	0	18 (+2)	<b>p ≤ 0,001</b>
Zunahme der eigenen Unzufriedenheit	0	11	<b>p ≤ 0,001</b>
Zerstörung von Vertrauen/Intimität/Nähe	1	9	<b>p ≤ 0,01</b>
Vermeidung notw. Auseinandersetzungen	0	8	<b>p ≤ 0,01</b>
Anstauen des Zorns	0	5	<b>p ≤ 0,05</b>
<b>Intentionen des eigenen Umgangs mit Zorn</b>			
Abbau/´Verrauchen´ des Ärgers/Zorns	11	5	<b>p ≤ 0,05</b>
Klärung der Standpunkte	10	2	<b>p ≤ 0,01</b>
Zeigen der eigenen Verletztheit	9	3	<b>p ≤ 0,05</b>
Selbstschutz	7	15	<b>p ≤ 0,01</b>
Zeigen von Toleranz und Selbstsicherheit	0	5	<b>p ≤ 0,05</b>

Anmerkung: In die Tabelle wurden nur die Vergleiche aufgenommen, die (annähernd) signifikant werden. Die Konzepte zu „Zeigen“ bzw. „Unterdrücken“ des Zorns wurden zusammengelegt. Zu berücksichtigen ist, dass sich bei weiteren 23 Kategorien keine deutlichen Unterschiede fanden.

Als antizipierte *Konsequenzen/Gegenreaktionen auf Seiten der PartnerIn* zeigt sich, dass die in Übereinstimmung mit der Bewertung der Umgangsmöglichkeiten mit Zorn agierenden Personen vor allem von „Einsicht bzw. offenen Nachfragen“ (18 zu 6 Nennungen) ausgehen. Im Gegensatz dazu wird von den – zur Bewertung diskordanten agierenden Personen – mit „Vorwürfen/Beschimpfungen“ (n=13 vs. n=6), dem „Einklagen von Kommunikation“ (n=8 vs. n=2), „Ignoranz“ (n=9 vs n=3) und „Angst“ (n=5 vs n=1) auf Seiten der PartnerIn gerechnet.



Da die bewertenden Konsequenzen für die Partnerschaft unter anderem Einteilungskriterium der beiden Gruppen war, sind die zumeist hochsignifikanten Unterschiede bzgl. der Konsequenzen wenig erstaunlich und sollen hier nicht weiter dargestellt werden (siehe Tab. 33).

Besonders beachtenswert sind die Unterschiede bzgl. der *intendierten Ziele* des Zeigens bzw. Unterdrückens von Zorn: Verglichen mit den PartnerInnen, die mit ihrem Umgang mit Zorn unzufrieden sind, geben die konkordant handelnden Personen deutlich häufiger an, durch ihren Umgang den Zorn abbauen zu wollen (n=11 vs n=5), den eigenen Standpunkt zu klären (n=10 vs n=2) und die eigene Verletztheit/Verletzlichkeit (n=9 vs n=3) zum Ausdruck bringen zu wollen. Im Gegensatz dazu wurde von den diskordanten Subjektiven TheoretikerInnen der intendierte Selbstschutz (n=15 vs n=7) sowie das Zeigen von Toleranz und Selbstsicherheit (n=5 vs n=0) als bedeutsame Ziele im Vergleich zu der anderen Substichprobe angeführt. Diese Ergebnisse verdeutlichen, dass auch die befragten Personen, die entgegen ihrer Subjektiven Theorie zu den Auswirkungen des eigenen Umgangs mit Zorn agieren, eine Reihe „guter“ Gründe für das – zur eigenen Bewertung – diskordante Verhalten angeben. Sie machen jedoch auch die vertrackte Situation verstehbar, in der sich diese PartnerInnen sehen:

Subjektive TheoretikerInnen, die entsprechend ihrer Bewertung zum Umgang mit Zorn handeln, geben vor allem „Selbstsicherheit“ und „Vertrauen in die PartnerIn bzw. die Partnerschaft“ als *antezedente Bedingungen* an. Beide Konzepte werden von nahezu keiner der zur Bewertung diskordant agierenden Personen genannt. Im Gegensatz dazu wird von Personen dieser Stichprobe deutlich häufiger „Hilf-/Hoffnungslosigkeit“, „Angst vor negativen Konsequenzen“ und „negative Erfahrungen in der Vergangenheit“ als maßgeblich für das eigene Agieren angeführt. Insbesondere die Konzepte der Hilf-/und Hoffnungslosigkeit sowie der Angst vor negativen Konsequenzen verdeutlichen, dass diese Personen nur wenig Zuversicht bezüglich eines konstruktiven Umgangs mit dem Zorn durch die PartnerIn haben, was sich sehr deutlich in den antizipierten Konsequenzen der PartnerIn zeigt: Während vorwiegend konkordant handelnde Personen davon ausgehen, dass ihr/e Partner/in mit Einsicht oder offenem Nachfragen auf den Umgang mit Zorn reagieren, sehen sich die diskordant agierenden Personen vorwiegend mit Beschimpfungen, drängendem Einklagen von Kommunikation oder aber dem Übergehen bzw. der Ignoranz des Zorns konfrontiert. Entsprechend zeigen sich die Unterschiede in den Konsequenzen auf die Partnerschaft (da diese Einteilungskriterium für die Substichproben waren, wird auf diese logischen Unterschiede nicht weiter eingegangen).

Unter handlungstheoretischen Gesichtspunkten von besonderem Interesse sind nun Unterschiede in den angeführten Intentionen für das eigene Handeln bzw. Agieren:

Hier zeigt sich, dass Personen, die ihr eigenes Handeln als konstruktiv für die Partnerschaft einschätzen, deutlich häufiger den „Abbau des Zorns“, das „Klären von Standpunkten“ sowie das „Zeigen der eigenen Verletztheit“ intendieren als die diskordant agierenden Personen. Diese hingegen geben als zentrale Intention an, sich durch ihr Agieren selbst zu schützen (bzw. wollen vereinzelt durch ihr Verhalten Toleranz und Selbstsicherheit zum Ausdruck bringen). Das von 75% der mit dem eigenen Verhalten unzufriedenen Personen angeführte Erreichen von „Selbstschutz“ kann damit als die zentrale Intention für das – für die Partnerschaft dysfunktionale – Verhalten angesehen werden. Da sich diese Personengruppe aus 16 (80%) mit der Partnerschaft unzufriedenen Personen zusammensetzt, zeigt sich, in welcher

prekären Situation sich diese mit der Partnerschaft unzufriedenen Personen sehen: Obgleich diese PartnerInnen „wissen“, dass ihr Verhalten eher negative Konsequenzen (bei Partnerin und Partnerschaft) nach sich zieht, sehen sie als maßgeblich für ihren Umgang mit Zorn (neben Hilflosigkeit und Angst) vor allem das Ziel, sich selbst zu schützen. Weiter zu prüfen ist, ob diese Absicht als tatsächlich handlungsleitend akzeptiert werden kann und ob das jeweilige gezeigte Verhalten tatsächlich dazu führt, dass die Person sich (zumal langfristig) selbst schützen kann. Hierzu ist es in der weiteren Forschung u.a. erforderlich, das Konzept des Selbstschutzes differenzierter zu betrachten. Festzuhalten bleibt hier zunächst, dass insbesondere unzufriedene Personen durch ihren Umgang mit Zorn, den sie selbst als dysfunktional für die Partnerschaft ansehen, weniger problembezogene, partnerIn- oder emotionsbezogene Ziele verfolgen, sondern primär bestrebt sind, „die eigene Haut zu retten“.

#### 7.4 Zusammenfassung der Ergebnisse zu den Subjektiven Theorien

Die folgende Zusammenfassung orientiert sich an der Strukturierung der inhaltlichen Fragestellungen (vgl. Kap. 7.1). Da bereits bei den jeweiligen Ergebnisdarstellungen auf Einzelbefunde eingegangen wurde, handelt es sich im Folgenden um einen zusammenfassenden Überblick über die Ergebnisse:

Bezogen auf die *Beschreibung des Gefühls Zorn* (Fragestellung 7.1.1) konnte mit Hilfe der Subjektiven Theorien herausgearbeitet werden, dass das Erleben von Zorn entsprechend hierarchischer Mehrkomponentenmodelle (Scheele, 1996) durch folgende Merkmale beschrieben werden kann (geordnet nach abnehmender Relevanzgewichtung durch die Untersuchungspersonen): Die (1) kognitive Bewertung („missbilligender Vorwurf an eine andere Person/Institution“), (2) Handlungsimpulse („andere Person zur Rechenschaft zu ziehen, zu bestrafen“), (3) somatische Empfindungen (primär: „Anspannung der Muskeln, Hitzegefühl“), (4) das subjektive Empfinden von „Hilflosigkeit und Ohnmacht“ sowie (5) protoypische Aktivitäten („impulsiv-aggressives Verhalten“). Ergänzend zu diesen Merkmalen verdeutlichen die subjektiven Beschreibungen, dass Zorn im Sinne (quasi)analytischer Bewertungen impliziert, dass eine andere Person wichtige Ansprüche, Bedürfnisse und Werte im Sinne subjektiv berechtigter Ansprüche verletzt hat und für diese Anspruchsverletzung verantwortlich gemacht wird. Diese Befunde bestätigen die im theoretischen Teil der Arbeit dargestellten Beschreibungen und Überlegungen (vgl. Kap. 3; Mees, 1992; Schwenkmezger et al., 1999; Weber, 1994) und verweisen unter emotionspsychologischer Perspektive insbesondere auf die Komplexität der kognitiven Bewertungsprozesse, die zum Zeitpunkt des „Zornig-Seins“ von der zornigen Person zwar nicht (kritisch) reflektiert sein müssen, jedoch dem bewussten Erleben des Zorns als kognitive Struktur zugrundeliegen (für eine ausführlichere Darstellung der Einzelergebnisse sei auf Kapitel 7.3.1.1 verwiesen).

Mit Blick auf die *Auslöser des Zorns in Partnerschaften* (Fragestellung 7.1.2) konnte eine ganze Reihe von Ansprüchen, Bedürfnissen und Werten inhaltlich spezifiziert werden (vgl. Kap. 7.3.1.2). Die Fragestellungen bezogen sich dabei insbesondere auf Gruppenunterschiede: Bei einem *Vergleich der Frauen und Männer* zeigte sich, dass Frauen signifikant häufiger „mangelnde Kommunikationsbereitschaft des Partners“, „Unzuverlässigkeiten“, „mangelnde Fürsorglichkeit“ und „ungerechte Arbeitsaufteilung“ als Auslöser für ihren Zorn auf den Part-

nerangaben, wohingegen Männer nach eigenen Angaben aufgrund „unberechtigter Vorwürfe“ und „Bevormundungen“ häufiger zornig werden (diese Unterschiede werden jedoch nicht signifikant, vgl. Tab. 26). Dies kann als Bestätigung der vereinzelt Ergebnisse zu geschlechtertypischen Ärgerauslösern angesehen werden (vgl. Kap. 4.4; Kring, 2000) und gibt wichtige Hinweise auf weiter zu untersuchende geschlechterspezifische Ansprüche und Bedürfnisse in Partnerschaften (z.B. in Bezug auf Nähe/Distanz; Gerechtigkeitsvorstellungen). Zudem verweisen die Ergebnisse auf die Notwendigkeit, bei der Klärung von Geschlechterunterschieden im Zusammenhang mit Ärger und Zorn die *realen und kontextspezifischen Anlässe* (im Gegensatz zu hypothetischen und kontextunspezifischen) zu berücksichtigen (Buss, 1989; Tavriss, 1992).

Ein *Vergleich der partnerschaftszufriedenen - mit den partnerschaftsunzufriedenen Personen* erbrachte nicht nur signifikante Unterschiede in der absoluten Häufigkeit der genannten Zornauslöser, sondern es ergaben sich auch hier qualitative Unterschiede zwischen den Substichproben: Den Ergebnissen zufolge nennen PartnerInnen, die mit der Partnerschaft unzufrieden sind, deutlich häufiger das generelle „Kommunikationsverhalten des/r Partner/in“ sowie „Frustrationen/Zurückweisungen“ und „personenbezogene Abwertungen“ als Anlass für den eigenen Zorn. Diese Befunde lassen vermuten, dass unzufriedene PartnerInnen häufiger die Verletzung sehr basaler und gewichtiger Bedürfnisse erleben, wohingegen sich bei eher „alltäglichen“ Anlässen für den Zorn keine Unterschiede zwischen den beiden Gruppen zeigen.

Die weiteren Fragestellungen bezogen sich auf den *Umgang mit Zorn* in Partnerschaften: Die aggregierter Modalstrukturen zu „Zeigen des Zorns“ bzw. „Unterdrücken des Zorns“ machen deutlich, welche Bedingungen, Konsequenzen und Intentionen von den Subjektiven TheoretikerInnen im Zusammenhang mit diesen beiden prototypischen Bewältigungsformen gesehen werden (Fragestellung 7.1.3). Besonders bemerkenswert ist meines Erachtens, dass das *Zeigen des Zorns* nach Ansicht der meisten Subjektiven TheoretikerInnen trotz der antizipierten kurzfristigen Beeinträchtigung der PartnerIn (Ärger, Verletztheit, Gekränktheit) längerfristig zu einer Verbesserung der Partnerschaft führt (vgl. 7.3.2.1). Unter Berücksichtigung der in diesem Zusammenhang am häufigsten genannten Intention (PartnerIn soll Fehler einsehen und Verhalten ändern) wird deutlich, dass durch das Zeigen des Zorns an die Veränderungsbereitschaft der PartnerIn appelliert werden soll, was per se impliziert, dass der PartnerIn auch die Möglichkeit einer Veränderung zugestanden wird. Im Kontrast hierzu fällt bei der Modalstruktur zu *Unterdrücken des Zorns* auf, dass die meisten der befragten Personen von einer längerfristigen Verschlechterung der Partnerschaft ausgehen. In den von den Subjektiven TheoretikerInnen besonders häufig genannten Konzepten der „Hilflosigkeit/ Hoffnungslosigkeit“ (antezedente Bedingung) sowie „Vermeidung fruchtloser Auseinandersetzung“ und „Selbstschutz/Vermeidung weiterer Verletzungen/Kränkungen“ (Intentionen) spiegelt sich die Skepsis bzw. die Resignation in Bezug auf eine mögliche Veränderung wider. Dies erscheint mir u.a. deshalb so gravierend, weil neben der Verschlechterung der Partnerschaft von den meisten befragten PartnerInnen auch die Zunahme der eigenen Unzufriedenheit (auch über das eigene Verhalten) als Konsequenz der Zornunterdrückung angeführt wurde. Die Unterdrückung des Zorns hat demnach nicht nur destruktive Wirkungen auf die Partnerschaft, son-

dem die zornunterdrückende Person bleibt auch auf ihrem Unmut „sitzen“, wodurch eine effektive Auseinandersetzung über die Gründe des Zorns vermieden wird.

Signifikante Unterschiede zwischen den Subjektiven Theorien der *Personen, die mit ihrer Partnerschaft zufriedenen bzw. unzufrieden sind* (vgl. 7.1.4) fanden sich erwartungsgemäß bezüglich der Konsequenzen des Umgangs mit Zorn: Während die partnerschaftszufriedenen PartnerInnen vorwiegend davon ausgehen, dass auf ihr Zornverhalten konstruktive *Gegenreaktionen durch die Partner/in* erfolgen (Einsicht des Fehlverhaltens bei Zeigen, Offenes Nachfragen bei der Unterdrückung des Zorns), befürchten partnerschaftsunzufriedene Partnerinnen und Partner insbesondere negative Gegenreaktionen (Vorwürfe, Beschimpfungen und Bagatellisierungen bei Zeigen, Vorwürfe bei der Unterdrückung des Zorns). Ebenso deutlich zeigen sich diese Gruppenunterschiede bei einem Vergleich der antizipierten *Konsequenzen für die Partnerschaft*: Mit der Partnerschaft zufriedene Personen gehen signifikant häufiger davon aus, dass ihr Zeigen des Zorns zu einer konstruktiven Auseinandersetzung über den Anlass des Zorns, zur Stärkung von Vertrauen, Intimität und Nähe und letztlich zu einer Verbesserung der Partnerschaft führt. Personen hingegen, die mit ihrer Partnerschaft unzufrieden sind, geben signifikant häufiger Streit und destruktive Auseinandersetzungen, die Zerstörung von Vertrauen, Intimität und Nähe und die Verschlechterung der Beziehung als Konsequenzen des Zeigens von Zorn an. Dass für die partnerschaftsunzufriedenen Personen jedoch auch das Unterdrücken des Zorns keine sinnvolle Lösung darstellt, wird daran deutlich, dass nahezu alle unzufriedenen Personen (90%) auch die Unterdrückung des Zorns mit einer Verschlechterung der Partnerschaft in Verbindung bringen. Mit anderen Worten: Die Subjektiven Theorien machen deutlich, dass für partnerschaftsunzufriedene Personen der Umgang mit Zorn in den meisten Fällen mit negativen Konsequenzen für die Beziehung verbunden ist – unabhängig davon, welchen Form der Zornbewältigung von ihnen genutzt wird. Die meisten partnerschaftszufriedenen Personen hingegen geben an, dass das Zeigen des Zorns zu einer (weiteren) Verbesserung der Beziehungsqualität führt (vgl. ausführlich Kap. 7.3.2.3).

Bezogen auf *Geschlechterunterschiede bei den Subjektiven Theorien* (Fragestellung 7.1.5) lässt sich festhalten, dass nur vergleichsweise wenig auffallende Unterschiede zwischen Frauen und Männern gefunden werden konnten. Interessant sind jedoch einige Einzelbefunde: So brachten beispielsweise die befragten Frauen deutlich häufiger die Intensität des Zorns mit dem Zeigen, die befragten Männer hingegen signifikant häufiger mit dem Unterdrücken des Zorns in Verbindung. Die Frauen antizipierten zudem deutlich häufiger negative Reaktionen auf das Zeigen des Zorns (Ärger, Bagatellisierungen, Verachtung), wohingegen die Männer häufiger negative Konsequenzen auf das Unterdrücken des Zorns nannten (Zeigen von Verletztheit/Gekränktheit, Ärger, Angst). Keine auffallenden Geschlechterunterschiede fanden sich in Bezug auf die Konsequenzen sowie intendierte Ziele des Umgangs mit Zorn (vgl. Kap. 7.3.2.4). Diese Ergebnisse bestätigen vergleichbare empirische Befunde zu geschlechtertypischen Unterschieden in den Subjektiven Theorien (vgl. Fehr et al., 1996, 1999) und werfen neue Fragen auf: Weiter zu untersuchen gilt es beispielsweise, weshalb die Intensität des Zorns auf einige Frauen und Männer anscheinend unterschiedliche Auswirkungen auf den

Umgang hat oder inwiefern sich in den Unterschieden bzgl. der antizipierten Konsequenzen Geschlechterstereotype widerspiegeln.

Mit Blick auf den persönlichen Umgang mit Zorn in Partnerschaften wurde zudem die **Beschreibung und Bewertung des eigenen Bewältigungs“stils“ im Zorn** analysiert (Fragestellung 7.1.6). Hier zeigte sich bei einer Einschätzung des eigenen Bewältigungsstils, dass die Frauen signifikant häufiger als die Männer angeben, ihren Zorn zu zeigen. Bei den Männern fällt zudem auf, dass insbesondere die *unzufriedenen* Männer sich selbst als vornehmlich zornunterdrückend beschreiben (acht der zehn Männer; vgl. Tab. 29). Eine differenziertere Betrachtung unterschiedlicher Zornreaktionen unter Berücksichtigung der Häufigkeitsgewichtung bestätigte, dass mit der Partnerschaft unzufriedene Männer im Vergleich zu den partnerschaftszufriedenen Partnern signifikant seltener das ruhige und offene Ansprechen als typische Zornbewältigungsstrategie angeben und stattdessen signifikant häufiger das verletzte und gekränkte Zurückziehen als charakteristisch für den eigenen Umgang beschreiben (vgl. Tab. 30). Vergleichbare Unterschiede zwischen partnerschaftszufriedenen und -unzufriedenen Frauen fanden sich nicht. Diese Befunde stehen im Einklang mit einer ganzen Reihe von Untersuchungen der Partnerschaftskonfliktforschung (vgl. Kap. 2), in denen festgestellt wurde, dass mangelndes Engagement und vermehrtes Rückzugsverhalten von Männern in engem Zusammenhang mit einer niedrigen - und prozessual betrachtet abnehmenden - Partnerschaftszufriedenheit steht. Dass unzufriedene Frauen signifikant häufiger ihren Zorn zum Ausdruck bringen als zufriedene Partnerinnen konnte in dieser Studie nicht bestätigt werden.

Überraschend klare und weiterführende Ergebnisse fanden sich bei der *Bewertung* des eigenen Bewältigungs“stils“ in Bezug auf die Partnerschaftszufriedenheit: Hier zeigte sich (vgl. 7.3.3.2), dass in der Partnerschaft zufriedene Personen größtenteils (80%) auch mit dem eigenen Umgang mit Zorn zufrieden sind und davon ausgehen, dass ihr vorrangig genutzter Bewältigungsstil trotz kurzfristiger Beeinträchtigungen positive Konsequenzen für die Partnerschaft nach sich zieht. Genau entgegengesetzt sind die Einschätzungen der partnerschaftsunzufriedenen Personen, die zumeist davon ausgehen (80%), dass ihr Zornverhalten mit eher destruktiven Konsequenzen verbunden ist.

Diese Befunde sind meines Erachtens deshalb so relevant, da diese Ergebnisse den Teufelskreis verdeutlichen, in dem sich unzufriedene Paare mit ihrem Umgang mit Zorn befinden: Der von den Untersuchungspersonen selbst als dysfunktional eingeschätzte Umgang mit Ärger und Zorn führt nach eigenen Angaben zu einer weiteren Verschlechterung der Beziehung, wodurch es wiederum erschwert wird, den (vermehrt auftretenden) Ärger und Zorn zu zeigen bzw. entsprechend der eigenen Subjektiven Theorie bzgl. eines funktionalen Umgangs mit Ärger und Zorn zu handeln. Bei (vornehmlich zufriedenen) Personen, die entsprechend ihrer Subjektiven Theorie bzgl. der Konsequenzen ihres Umgangs handeln, zeigt sich in den Subjektiven Theorien hingegen ein „Engelskreis“; die PartnerInnen gehen davon aus, dass ihr Umgang mit Ärger und Zorn – trotz kurzfristiger Beeinträchtigungen und Streit – zu einer Verbesserung der Beziehung führt, wodurch aufgrund vermehrter Selbstsicherheit und Vertrauen in die Partnerschaft es wiederum erleichtert wird, entsprechend der eigenen Vorstellungen zu handeln.

Um besser zu verstehen, weshalb PartnerInnen nach eigenen Angaben häufig einen **Bewältigungsstil nutzen, der mit negativen Konsequenzen auf die Partnerschaft verbunden wird** und um weitere Hinweise auf die mögliche Handlungsleitung von Subjektiven Theorien erarbeiten zu können (Fragestellung 7.1.7), wurden die Subjektiven Teil-Theorien zum jeweils vorrangig genutzten Bewältigungsstil in einem separaten Schritt ausgewertet. Verglichen wurden die Subjektiven Teil-Theorien von Personen, die von positiven Konsequenzen ihres Zornbewältigungsstils für die Partnerschaft ausgehen (Konkordanz Bewertung/Handeln) mit den Subjektiven Theorien der Personen, die eher negative Konsequenzen mit ihrem vorrangig gezeigten Umgang mit Zorn verbinden (Diskordanz Bewertung/Agieren). Der Vergleich erbrachte (siehe 7.3.3.3), dass konkordant handelnde Personen signifikant häufiger Selbstsicherheit und Vertrauen in die Partnerschaft als Antezedensbedingungen für ihren Umgang mit Zorn angaben als diskordant agierende Personen, die im Vergleich deutlich häufiger Hilflosigkeit, Angst vor negativen Konsequenzen und negative Erfahrungen in der Vergangenheit nannten. Bei den unter handlungstheoretischer Perspektive besonders interessanten Intentionskonzepten fanden sich weitere Unterschiede, die in zukünftigen Untersuchungen auf ihre objektive Erklärungshaltigkeit zu überprüfen sind: Personen, die von positiven Konsequenzen ihres Bewältigungsstils auf die Partnerschaft ausgehen, beabsichtigen signifikant häufiger den Abbau des Zorns, die Klärung des eigenen Standpunkts sowie das Zeigen der eigenen Verletztheit bei der Bewältigung des Zorns. PartnerInnen hingegen, die ihren eigenen Bewältigungsstil kritisieren, gaben deutlich häufiger Selbstschutz und das Zeigen von Toleranz und Selbstsicherheit als Ziele an (zu weiteren Unterschieden bei den antizipierten Konsequenzen vgl. Tab. 33). Diese Unterschiede verdeutlichen, welche Bedingungen bewertungskonkordantes Handeln im Zorn erleichtern (bzw. erschweren) und machen nachvollziehbar, weshalb (vorwiegend partnerschaftsunzufriedene) Personen trotz des Wissens um die negativen Auswirkungen ihren Zornbewältigungsstil nutzen: Das vorrangige Ziel dieser Gruppe bei der Verletzung subjektiv relevanter Ansprüche, Bedürfnisse und Werte durch die PartnerIn (Auslöser für Zorn) besteht nicht (mehr) in einer klärenden Auseinandersetzung über den Sachverhalte, dem Zeigen der eigenen Verletztheit und dem Abbau des Ärger/Zorns, sondern ängstlich und hoffnungslos (vgl. Antezedensbedingungen) sind diese PartnerInnen darum bemüht, sich vor weiteren Verletzung und Kränkungen durch die Partner/in zu schützen (vgl. Intention Selbstschutz).

Insgesamt lässt sich für die Ergebnisse der Subjektiven Theorien festhalten, dass mit ihrer Hilfe sowohl in Bezug auf das Gefühl des Zorns als auch des Umgangs mit Zorn in Partnerschaften einige offenen Fragen geklärt und heuristisch nützliche Anregungen für weitere Untersuchungen erarbeitet werden konnten. Es bleibt jedoch auch eine ganze Reihe an Fragen offen. Bevor diese weiter diskutiert werden, soll abschließend noch die Einschätzung und Bewertung dieser Studie durch die UntersuchungsteilnehmerInnen dargestellt werden.









Nebeneffekt seiner experimentellen Untersuchungen zu Stress in Partnerschaften (experimentelle Induktion von Ärger) berichteten zwar 34% der Untersuchungspersonen von positiven Effekten der Teilnahme an der Untersuchung, aber immerhin auch 6% von langfristigen negativen Auswirkungen auf die Partnerschaft. Erfreulicherweise gab *keine* der befragten Personen an, dass die Teilnahme an den Struktur-lege-Interviews (zumindest in den 4 Wochen danach) negative Auswirkungen auf die Partnerschaft nach sich zog. Statt dessen wurden von 26 Personen (65%) positive Effekte, von 14 Personen (35%) keine Auswirkungen auf die Partnerschaft angegeben. Vor allem von PartnerInnen, die sich im Anschluss an die Interviews mit ihrer PartnerInnen über die Subjektiven Theorien austauschten (und z.B. die gelegten Strukturen miteinander verglichen), wurde auf die neue „konstruktive Gesprächsgrundlage“, „Nähe und Austausch“, „Einblick in die Gefühlswelt meiner Partnerin“, „größeres Verständnis für Partnerin“ oder „Freude über gemeinsame Erkenntnisse“ verwiesen. Dies kann als Ermutigung verstanden werden, bei der Erfassung und Bearbeitung emotional belastender Themen (z.B. im Rahmen von Therapien) die transparente, strukturierende und auf das „Verstehen“ ausgerichtete Methodik einer Struktur-lege-Technik „spielerisch“ zu nutzen.

##### 5. Sind Sie der Ansicht, dass im Rahmen von Paartherapien ein Struktur-lege-Interview zum Thema „Zorn in Partnerschaften“ sinnvoll eingesetzt werden kann?

	Nein, gar nicht		←—————→				Ja, sehr gut		Mittelwerte/ (SD)
	- 3	- 2	-1	0	+1	+2	+3		
<b>20 Frauen</b>	0	0	0	2	2	8	8	<b>2,10</b> (0,97)	
<b>20 Männer</b>	0	0	0	3	0	12	5	<b>1,95</b> (0,95)	

Da die befragten PartnerInnen quasi als „Expertinnen“ für Ärger und Zorn in Partnerschaften (und potentielle TeilnehmerInnen von Paartherapien) angesehen wurden, galt eine Frage der vermuteten Akzeptanz und Nützlichkeit im paartherapeutischen Kontext. Insgesamt 35 (87%) der befragten Personen gaben an, dass – zumindest in „vereinfachter Form“ – das Verfahren der Struktur-lege-Technik gut eingesetzt werden kann, keine der Personen lehnte aus den eigenen Erfahrungen dieses Verfahren als wenig sinnvoll ab. Bei den offenen Rückmeldungen wurde insbesondere darauf verwiesen, dass das gemeinsame Besprechen auch heikler Themen für das wachsende gegenseitige Verständnis besonders wichtig sei. Vereinzelt wurde darauf hingewiesen, dass durch die erreichte Transparenz auch „schwelende Konflikte“ eskalieren und „eigene Schwächen“ deutlicher werden können, was eine therapeutische Begleitung bei der Erarbeitung der Subjektiven Theorien als notwendig erscheinen lässt. Unter methodologischer Perspektive weiterführend und im therapeutischen Prozess nützlich erscheint mir für zukünftige Studien (und Paartherapien), das Prinzip des „Dialog-Konsens“ auszuweiten und bspw. unter Einbeziehung der verschiedenen Perspektiven von PartnerInnen und PaartherapeutIn die Möglichkeiten eines „Triolog-Konsens“ zu nutzen (was faktisch in vielen Paartherapien – auch ohne Nutzung der Struktur-lege-Technik – schon gemacht wird). Insbesondere mit Blick auf die Möglichkeiten explanativer (Kreuz-) Validierungen der Subjektiven Theorien durch die Fremdperspektive der jeweiligen PartnerIn stecken in einen „trialogkonsensualen“ Vorgehen m.E. theoretische Herausforderungen und methodologische Potentiale, die bisher (auch in dieser Arbeit) noch nicht ausreichend ausgeschöpft wurden.

## 6. Zusammenfassung unter Berücksichtigung weiterer Anmerkungen und Kritik

Zusammenfassend kann aufgrund der insgesamt positiven Rückmeldungen die Erfassung der Subjektiven Theorien als gelungen angesehen werden. Die aufgrund forschungspragmatischer Überlegungen durchgeführten Modifikationen (z.B. Vereinfachung der Theoriestruktur durch Nutzung einer nur geringen Anzahl von Relationskonzepten, nur ein Termin für das „Struktur-Lege-Interview“; Verzicht auf die Diskussion von Beispielen und (teilweiser) Verzicht auf differenzierende Störfragen) erwies sich zwar als einschränkender Nachteil mit Blick auf eine optimale Präzision; die insgesamt zufriedenstellenden Rückmeldungen rechtfertigen jedoch m.E. das gewählte Vorgehen unter den gegebenen Umständen. Neben den insgesamt eher positiven Rückmeldungen enthalten die Anmerkungen auch wichtige Hinweise auf Verbesserungs- und Ausweitungsmöglichkeiten der Dialog-Konsens-Methodik:

- Auch wenn es kaum Kritik oder Anmerkungen zu der Begrenztheit der zu Verfügung gestellten Relationskonzepte gab, muss als ein weiterer Grund für die nicht optimale Präzision der Erfassung (vgl. Frage 2) der vergleichsweise restriktive Umgang mit den strukturellen Relationen angesehen werden (zur Begründung vgl. Kap. 7.2.3). Aufgrund der Fragestellungen sowie unter forschungspragmatischer Perspektive erscheint es jedoch gerechtfertigt, auch mit Hilfe eines sehr kleinen Pools an Relationskonzepten vergleichsweise umfangreiche Subjektive Theorien zu erfassen und zu strukturieren.
- Der Verweis einer UntersuchungsteilnehmerIn auf den prozessualen Verlauf von Konflikten (s.o.) legt nahe, bei der Beschreibung von Partnerschaftskonflikten noch mehr den Ablauf intraindividuelle wie interpersoneller Prozesse zu berücksichtigen, was mit Hilfe verschiedener Struktur-Lege-Techniken (im Überblick: Dann, 1992) durchaus möglich ist.
- Besonders häufig wurde in den Rückmeldungen (auch in den wenigen Anmerkungen auf Frage 6) darauf verwiesen, dass zur Präzisierung der Subjektiven Theorien ein weiterer – eventuell mit der PartnerIn gemeinsamer – Nachtermin mit etwas zeitlichem Abstand sinnvoll gewesen wäre. Neben der Modifikationsmöglichkeit der jeweiligen Subjektiven Theorien unter Nutzung der Rückmeldungen der PartnerInnen wäre dies vor allem mit Blick auf den persönlichen Nutzen für die befragten Paare sicherlich erstrebenswert gewesen.
- Verbunden damit lässt sich für die weitere Entwicklung der Dialog-Konsens-Methodik festhalten, für paarbezogene Fragestellungen eventuell das Setting bei der Erfassung der subjektiven (oder dyadischen?) Theorien zu verändern (s.o. „Triolog-Konsens“). Für den paartherapeutischen Kontext gilt es weiter theoretisch-methodologisch auszuarbeiten bzw. empirisch zu versuchen, das primär für die Forschung entwickelte Verfahren so zu modifizieren, dass es im praxisbezogenen-therapeutischen Kontext als Reflexions-, Strukturierungs-, Visualisierungs- und letzten Endes Verständnishilfe genutzt werden kann. Denn durch das hohe Maß an persönlicher Involviertheit (Subjektive Theorien bezogen auf die eigene Person oder die/den PartnerIn) mit der gleichzeitigen Möglichkeit der selbstdistanzierten Betrachtung der eigenen Vorstellungen ist m.E. die Möglichkeit gegeben, gerade im therapeutischen Setting verschiedene Facetten des eigenen Denkens, Fühlens und Handelns freundlich-kritisch zu reflektieren. Die positiven Rückmeldungen aus der Nachbefragung sind meines Erachtens sehr ermutigend, dieses Verfahren für den paartherapeutischen Kontext auszubauen und unter praxisbezogener Perspektive zu nutzen.

## 8 Gesamtfazit, Kritik und Ausblick

Abschließend bleibt kritisch zu diskutieren, inwiefern die gewonnenen Erkenntnisse als weiterführend für die Auseinandersetzung mit Ärger, Zorn und Konflikten in Partnerschaften angesehen werden können und welche Konsequenzen sich daraus unter theoretischen, empirischen und praktischen Gesichtspunkten ergeben. Im Folgenden werde ich versuchen, unter Bezugnahme auf die theoretischen Vorarbeiten die m.E. wesentlichen Erkenntnisse der Arbeit zusammenzufassen (Kap. 8.1). Eine kritische Auseinandersetzung mit der eigenen Vorgehensweise wird Gegenstand des darauf folgenden Kapitels sein (Kap. 8.2), bevor ich in einem Ausblick verschiedene Konsequenzen und Möglichkeiten aufzeige, die sich aus dieser Arbeit für die zukünftige wissenschaftliche Beschäftigung mit Ärger, Zorn und Konfliktverhalten in Partnerschaften ergeben (8.3).

### 8.1 Gesamtfazit und Diskussion

Die Darstellung der theoretischen Ansätze und empirischen Ergebnisse zum partnerschaftlichen Konfliktverhalten (Kap. 2) machte zunächst deutlich, dass bisherigen Befunden zufolge dem partnerschaftlichen Konfliktverhalten eine „Schlüsselrolle“ sowohl für die aktuelle Partnerschaftszufriedenheit als auch den Verlauf von Partnerschaften zukommt (z.B. Bodenmann, 2001; Gottman, 1994; 2000; Karney & Bradbury, 1995). Wie gezeigt wurde, weist die Partnerschaftskonfliktforschung jedoch auch ein Reihe von Unklarheiten und Probleme auf: Neben der mangelnden konzeptuellen Präzision und empirischen Klärung zentraler Konstrukte (z.B. „negatives“ Konfliktverhalten) fällt insbesondere auf, dass Gefühlen im Zusammenhang mit Partnerschaftskonflikten nur vereinzelt Beachtung geschenkt wurde. Durch die Darstellung und Erörterung emotionstheoretischer Ansätze zur Beschreibung und Bewältigung von Ärger und Zorn (Kap. 3 und 4) wurde daher zunächst ein theoretischer Beitrag zu einer emotionspsychologisch fundierten Auseinandersetzung mit *emotionalem* Konfliktverhalten geleistet. In zwei empirischen Studien unter Nutzung qualitativer und quantitativer Verfahren wurde dann verschiedenen Fragestellungen nachgegangen (die einzelnen Fragestellungen sind in Kap. 5 zusammenfassend dargestellt):

#### ***Ergebnisse der Fragebogenuntersuchung über das Ärger- und Konfliktverhalten in Partnerschaften (Untersuchung 1)***

Gegenstand der Fragebogenuntersuchung mit 159 Paaren war sowohl die Beschreibung des eigenen Ärger- und Konfliktverhaltens als auch die (Fremd-)Wahrnehmung des Ärger- und Konfliktverhaltens der Partner/in. Im Mittelpunkt der empirischen Fragestellungen standen einerseits Gruppenunterschiede zwischen Paaren unterschiedlicher Paarzufriedenheit, andererseits Unterschiede zwischen Frauen und Männern.

Durch die Ergebnisse der Fragebogenstudie (vgl. Kap. 6) konnten zunächst die Befunde vergleichbarer Untersuchungen zum ***Konfliktverhalten bei zufriedenen und unzufriedenen Paaren*** (z.B. Kurdek, 1994) repliziert werden: Kämpferisches Konfliktverhalten sowie massives Rückzugsverhalten bei konflikthafter Auseinandersetzung stellen gewichtige Indikatoren für eine geringe Paarzufriedenheit dar, wohingegen von Paaren mit hoher Paarzufriedenheit

insbesondere der sachbezogene und problemorientierte Umgang mit Konflikten genutzt wird. Durch die Erfassung sowohl der Selbstperspektive (eigenes Konfliktverhalten) als auch der Fremdperspektive (Wahrnehmung des Konfliktverhaltens der Partnerin) wurde aufgezeigt, dass sich diese Unterschiede zwischen partnerschaftszufriedenen und –unzufriedenen Paaren besonders deutlich in der Fremdwahrnehmung des Verhaltens der PartnerIn zeigen (Kap. 6.3.1): In zufriedenen Partnerschaften nehmen die Paare das gegenseitige Konfliktverhalten deutlich häufiger als sachlich und problembezogen wahr als Paare in unzufriedenen Partnerschaften, die statt dessen deutlich häufiger von kämpferischem Konfliktverhalten und Rückzug der Partner/in berichten.

Durch die zusätzliche Erfassung des *Umgangs mit Ärger bei zufriedenen und unzufriedenen Paaren* konnten die Ergebnisse unter emotionspsychologischer Perspektive ausgeweitet und weiter spezifiziert werden: Zunächst bestätigte sich die Vermutung, dass der Umgang mit Ärger eng mit verschiedenen Formen des Konfliktverhaltens zusammenhängt (vgl. Kap. 6.2.2.3). Die inhaltlichen Ergebnisse zu Unterschieden zwischen partnerschaftszufriedenen und -unzufriedenen Paaren zeigen, dass in der Selbsteinschätzung die vermehrte Ärgerunterdrückung ein Charakteristikum partnerschaftsunzufriedener Paare darstellt. Interessanterweise finden sich in den Selbstberichten keine signifikanten Unterschiede zwischen zufriedenen und unzufriedenen Paaren in Bezug auf die generelle Ärgerneigung, der Ausprägung von Ärgerkontrolle oder der Häufigkeit impulsiv gezeigten Ärgers in der Partnerschaft. Bei der Fremdwahrnehmung hingegen ergaben sich entgegengesetzte Befunde: Unzufriedene Paare nahmen im Vergleich zu zufriedenen Paaren bei dem/der Partner/in eine generell höhere Ärgerneigung, mangelnde Ärgerkontrolle und signifikant mehr impulsives Ärgerverhalten wahr. Keine Unterschiede zeigen sich bei der Wahrnehmung der Ärgerunterdrückung. Insgesamt lassen sich diese Befunde dahingehend interpretieren, dass sich in der berichteten eigenen Ärgerunterdrückung häufig die Hoffnungslosigkeit und Resignation bzgl. einer positiven Veränderung widerspiegelt, in der Fremdwahrnehmung des häufigen, unkontrollierten und impulsiv-offensiven Ärgerausdrucks hingegen der PartnerIn die Verantwortung für die Eskalation destruktiver emotionaler Konflikte zugeschrieben wird.

Neben diesen *inhaltlichen* Ergebnissen sehe ich unter *theoretisch-methodologischer* Perspektive einen wichtigen Erkenntnisfortschritt durch die vorliegende Arbeit: Denn es konnte empirisch gezeigt werden, dass die *subjektive Einschätzung* der eigenen wie partnerlichen Ärgerbewältigung eine wichtige Rolle im Zusammenhang mit der Partnerschaftszufriedenheit spielt: Im Gegensatz zu den Arbeiten von Gottman et al. (z.B. 1998, 2000), denen zufolge dem *objektiv beobachtbaren Ärgerverhalten* keine Bedeutung für die Partnerschaftszufriedenheit zukommt (vgl. Kap. 2.3), wurde festgestellt, dass sich zufriedene und unzufriedene Paare in der *subjektiven Selbst- und Fremdwahrnehmung* des Umgangs mit Ärger unterscheiden (vgl. Kap. 6.3.1.2). Diese Befunde sind meines Erachtens deshalb so relevant, da folglich die *subjektive Perspektive der Partner/innen auf den Umgang mit Ärger* im Zusammenhang mit der Partnerschaftszufriedenheit maßgeblich ist und bei der weiteren Entwicklung von Partnerschaftstheorien verstärkt berücksichtigt werden sollte. Da es sich bei der eigenen Untersuchung um einen querschnittlichen Vergleich handelt, muss allerdings offen bleiben, welche langfristigen Konsequenzen die subjektive Wahrnehmung des Ärger- und Konfliktverhaltens unter prozessualer Perspektive für den weiteren Verlauf der Partnerschaft nach sich

zieht. Wichtige Hinweise hierzu ergeben sich bereits aus den erhobenen Subjektiven Theorien über die Konsequenzen des Umgangs mit Ärger und Zorn auf die Partnerschaft (s.u.).

Durch die Fragebogenuntersuchung konnten zudem Befunde zu ***Geschlechterunterschieden im Ärger- und Konfliktverhalten*** in Partnerschaften repliziert und differenziert werden: Bezogen auf das eigene *Konfliktverhalten* beschrieben sich die befragten Frauen im Vergleich zu den Männern als eher offensiv-kämpferisch bei Partnerschaftskonflikten. Männer hingegen berichteten von sich selbst eher defensives Rückzugsverhalten bei Auseinandersetzungen in der Partnerschaft – was durch die Fremdwahrnehmung der Frauen bestätigt wird (Kap. 6.3.2.1). In inhaltlich vergleichbarer Richtung zeigen sich auch deutliche Geschlechterunterschiede bei den Angaben zum *Umgang mit Ärger* (6.3.2.2): Im Gegensatz zum „Mythos der ärgerunterdrückenden Frau“ (vgl. Kap. 4.4) bringen die befragten Frauen nach eigenen Angaben ihren Ärger deutlich häufiger offen-impulsiv zum Ausdruck als die Männer, die hingegen im Vergleich zu den Frauen signifikant mehr Ärgerunterdrückung und Ärgerkontrolle angeben – was erneut mit der Fremdwahrnehmung durch die Frauen übereinstimmt.

Diese Ergebnisse stehen nicht nur im Einklang mit vergleichbaren Befunden zu geschlechterspezifischem *Konfliktverhalten*, sondern geben auch klärende und weiterführende Hinweise in Bezug auf Ungereimtheiten in der *Ärgerforschung*: Denn im Gegensatz zur Partnerschaftskonfliktforschung und entgegen alltagstheoretischer Darstellungen konnten in empirischen Untersuchungen häufig nur uneindeutige Ergebnisse in Bezug auf geschlechterspezifische Unterschiede im Umgang mit Ärger festgestellt werden (vgl. Weber, 1994). Wie im theoretischen Teil ausgeführt (vgl. Kap.4.4.), ist jedoch u.a. der situationale Kontext der Ärgerentstehung und Ärgerbewältigung zu berücksichtigen (z.B. Fehr & Baldwin, 1996, 1999; Kring, 2000; Novaco, 1993). Durch die Spezifizierung des Kontextes „Partnerschaft“ konnte in dieser Untersuchung gezeigt werden, dass Frauen und Männer sich deutlich in der *subjektiven Einschätzung des Umgangs mit Ärger auf die/den Partner/in* unterscheiden. In der weiteren Ärgerforschung gilt es demnach, verstärkt den situationalen Kontext sowie die subjektive Interpretation der Situation zu berücksichtigen (z.B. auf wem sich der Ärger bezieht). Offen und weiter zu klären bleibt, inwiefern sich die gefundenen Geschlechterunterschiede auch in „objektiven“ Beobachtungsstudien replizieren lassen und welche selbst- und fremdbezogene Rollenstereotype sich in den Ergebnissen zu Geschlechterunterschiede widerspiegeln.

### ***Ergebnisse der Subjektiven Theorien zur Beschreibung und Bewältigung des Zorns (Untersuchung 2)***

Die emotionstheoretische Auseinandersetzung mit Ärger und Zorn verdeutlichte (vgl. Kap. 3), dass zur Beschreibung und Erklärung von Emotionen wie Ärger und Zorn insbesondere die subjektive Erlebensperspektive („Innenperspektive“) zu berücksichtigen ist. Durch die empirische Erfassung Subjektiver Theorien zur Beschreibung und Bewältigung des Zorns sollte versucht werden, unter heuristischer Perspektive Ansatzpunkte für die weitere theoretische wie empirische Auseinandersetzung mit *emotionalem* Konfliktverhalten in Partnerschaften herauszuarbeiten. Ziel der Studie war es, einerseits das Gefühl des Zorns möglichst umfassend und erlebnisnah zu beschreiben, andererseits heuristisch fruchtbare Hinweise für die psychologische Erklärung des Umgangs mit Zorn zu erarbeiten (Kap. 7).

Das *Gefühl des Zorns* mit seinen verschiedenen Erlebnisqualitäten konnte unter emotionspsychologischer Perspektive als eine spezifische „Form des Ärgers“ empirisch präzisiert werden (Kap. 7.3.1). Der missbilligende Vorwurf an eine andere Person aufgrund der Verletzung subjektiv relevanter Ansprüche, Bedürfnisse und Werte wurde von allen Untersuchungspersonen als Kernmerkmal des Zorns expliziert und dadurch die kognitiv-evaluative Komponente des Zorns hervorgehoben. Die subjektiven Beschreibungen des Zorerlebens aus der „Innenperspektive“ der Untersuchungspersonen machten deutlich, dass für das Erleben von Zorn neben missbilligenden Vorwurfsgedanken vor allem Bestrafungs- und Vergeltungsimpulse, „hitzige“ somatische Empfindungen, das Erleben von Hilflosigkeit sowie aktionale aggressive Verhaltensweisen als charakteristisch angesehen werden (vgl. Russel & Fehr, 1994). Die Spezifizierung des Zorns als interpersonelle „Variante“ des Ärgers (z.B. in Abgrenzung zu sachbezogenem Ärger) sowie die empirisch fundierte Hierarchisierung der verschiedenen Beschreibungsmerkmale (vgl. Kap. 7.3.1.1) stellt meines Erachtens einen wichtigen inhaltlichen Erkenntnisfortschritt auf der Grundlage einer „epistemologischen Emotionstheorie“ (vgl. Scheele, 1990, 1996) dar. Weiter auszuarbeiten bleibt, inwiefern der Zorn in Abhängigkeit von verschiedenen situationalen Bedingungen und Persönlichkeitsmerkmalen von Personen unterschiedlich erlebt wird.

Die Erfassung der *Auslöser für Zorn* erbrachte in Bezug auf Partnerschaften differenzierende Hinweise. Die Ergebnisse machten sowohl Unterschiede zwischen Frauen und Männern als auch zwischen partnerschaftszufriedenen und –unzufriedenen Personen deutlich: Interessanterweise nannten die befragten Frauen bestimmte Auslöserkategorien (z.B. mangelnde Fürsorglichkeit, Ungerechtigkeiten bei der Arbeitsaufteilung) signifikant häufiger als die befragten Männer (vgl. ausführlich 7.3.1.2), was als Bestätigung der Überlegungen und vereinzelt empirischen Befunden zu geschlechterspezifischen Anlässen für Ärger und Zorn angesehen werden kann. Unter Berücksichtigung der Partnerschaftszufriedenheit zeigte sich, dass unzufriedene Partner/innen im Vergleich zu zufriedenen Personen deutlich mehr und qualitativ als gewichtiger einzustufende Auslöser für den Zorn berichteten (z.B. personenbezogenen Abwertungen). Die Befunde legen nahe, dass die Häufigkeit und persönliche Relevanz der verletzten Ansprüche und Bedürfnisse eine wichtige Rolle für die Partnerschaftszufriedenheit spielt. Weiter auszuarbeiten gilt es, welche Ansprüche und Bedürfnisse als konstituierend für die Partnerschaftszufriedenheit angesehen werden können (z.B. Fletcher et al., 1999; 2000) bzw. so zentral sind, dass die Verletzung dieser Bedürfnisse und Werte zu einer Gefährdung der Paarbeziehung führen kann (z.B. massiver Vertrauensmissbrauch). In Bezug auf die Geschlechterunterschiede bleibt zu präzisieren, inwiefern Frauen und Männer tatsächlich unterschiedliche Ansprüche und Bedürfnisse an die/den PartnerIn haben.

Ein wichtiges Anliegen dieser Arbeit war es, den *Umgang mit Ärger und Zorn in Partnerschaften* unter handlungstheoretischer Perspektive zu konzeptualisieren und dadurch u.a. Möglichkeiten einer Integration von Emotions- und Konfliktbewältigungsforschung aufzuzeigen. Hierzu wurde zunächst eine konzeptuell-theoretische Unterscheidung zwischen *unwillkürlichen* Ärger-/Zornreaktionen (z.B. emotionales Verhalten wie Mimik, Gestik, impulsiv-aggressives Verhalten) und dem *intentionalen* Umgang mit Zorn vorgestellt (vgl. Kap. 4). Von weiterem Interesse war dann die Frage, wie sich der Umgang mit Zorn in Partnerschaften

unter Berücksichtigung Subjektiven Theorien von PartnerInnen erklären lässt. Hierzu wurden die Subjektiven Theorien zu den beiden Verhaltenskategorien „Zeigen des Zorns“ und „Unterdrücken des Zorns“ erfasst und sowohl qualitativ als auch quantitativ ausgewertet:

Bezogen auf das „*Zeigen des Zorns*“ fand sich in den Subjektiven Theorien eine ganze Reihe an Intentionen, die nach Ansicht der UntersuchungspartnerInnen mit dem Zeigen des Zorn verbunden sind und die den Umgang mit Zorn als Form emotionalen *Handelns* nahelegen (Kap. 7.3.2.1): Besonders häufig wurde eine intendierte Verhaltensänderung der Partner/in genannt, häufig verbunden mit dem Ziel einer sachbezogenen Problemlösung und der Durchsetzung eigener Interessen. Auffallend ist, dass vergleichsweise wenige Personen die Bewältigung des eigentlichen Zornerlebens nannten. Dies steht im Widerspruch zu (z.B. klinischen orientierten) Emotionsbewältigungstheorien, denen zufolge die Bewältigung *der Emotion* das Ziel des Umgangs mit Gefühlen darstellt. Die Befunde legen vielmehr nahe, dass durch das Zeigen des Zorns die interpersonelle Problemsituation reguliert und verändert werden soll. Mit Blick auf die Konsequenzen des Zorn-Zeigens ist besonders auffallend, dass von den meisten Personen zwar *kurzfristig negative* Konsequenzen (insbesondere mit Blick auf die Gegenreaktionen durch die PartnerIn) genannt werden, von den meisten InterviewpartnerIn jedoch *langfristig positive* Konsequenzen auf die Partnerschaftszufriedenheit angeführt wurden. Dies macht deutlich, dass das Zeigen von Zorn durchaus positive Konsequenzen nach sich ziehen kann und verweist auf die Notwendigkeit, bei der Bewertung des Umgangs mit Zorn deutlich zwischen den kurz- und langfristigen Auswirkungen zu unterscheiden (s.u.).

Auch die „*Unterdrückung des Zorns*“ lässt sich unter Berücksichtigung der Subjektiven Theorien als emotionales Handeln rekonstruieren (7.3.2.2): Die Vermeidung fruchtloser Auseinandersetzungen sowie der Selbstschutz im Sinne der Vermeidung weiterer Kränkungen und Verletzungen wurde besonders häufig als angestrebtes Ziel genannt. Verbunden mit den ebenfalls häufig angeführten antezedenten Bedingungen der Hilf- und Hoffnungslosigkeit sowie der Angst vor negativen Konsequenzen bestätigt sich die im Zusammenhang mit den Fragebogendaten angestellte Vermutung, dass sich in dem Unterdrücken des Zorns sowie der Vermeidung konflikthafter Auseinandersetzungen häufig die Resignation bzw. der Pessimismus in Bezug auf eine positive Veränderung in der Partnerschaft widerspiegelt. Zu berücksichtigen ist allerdings, dass in diesem Zusammenhang auch eine ganze Reihe neutraler oder positiv einzuschätzender Bedingungen angeführt wurden (z.B. Bequemlichkeit, Unsicherheit bzgl. der Angemessenheit des Zorns, Überbrückung ungünstiger Zeitpunkte). Es wäre demnach überzogen, die Unterdrückung des Zorns generell als Ausdruck von Angst und Hoffnungslosigkeit zu interpretieren – es gibt „gute Gründe“, seinen Zorn für sich zu behalten. Bei den kurzfristigen Konsequenzen der Zornunterdrückung wurden im Vergleich zum Zeigen des Zorns deutlich mehr neutrale oder positive Auswirkungen genannt (z.B. Ignorieren/Übergehen, offenes Nachfragen). Bei den längerfristigen Auswirkungen hingegen gehen die meisten der befragten Personen (75%) davon aus, dass die Unterdrückung des Zorns zu einer Verschlechterung der Partnerschaft führt, da die zornige Person auf ihrer Unzufriedenheit und ihren verletzten Ansprüchen und Bedürfnissen „sitzen bleibt“ und notwendige Auseinandersetzungen nicht geführt werden.



Bei diesen Ergebnissen sind meines Erachtens zwei Aspekte besonders hervorzuheben:

- Unter *theoretisch-konzeptueller Perspektive* ergeben sich durch die *handlungstheoretische Rekonstruktion des Umgangs mit Zorn* unter Berücksichtigung der intendierten Ziele wichtige Konsequenzen für die weitere Auseinandersetzung mit Zorn und interpersonellem Ärger. Interessanterweise gaben in der durchgeführten Untersuchung die meisten der Subjektiven TheoretikerInnen weniger *emotionsbezogene*, als vielmehr *interaktionelle* Ziele bei der „Zorn-Bewältigung“ an. Konkret bedeutet dies m.E. für die weitere Emotions- und spezifische Ärgerforschung, vermehrt die interpersonellen und interaktionellen Ziele zu berücksichtigen und beispielsweise für die Differenzierung und Kategorisierung verschiedener Umgangsformen mit Emotionen zu nutzen (vgl. auch Weber, 2001). Wie erhofft, geben die Ergebnisse heuristisch wichtige Hinweise darauf, welche Ziele im Zusammenhang mit den vergleichsweise groben Kategorien des Zeigens bzw. Unterdrückens von Ärger und Zorn als wesentlich angesehen werden könnten. Diese Kategorien unter Berücksichtigung spezifischer Aktivitäten und spezifizierender Intentionen weiter ausdifferenzieren und durch Berücksichtigung der Innenperspektive präzise zu beschreiben, stellt m.E. ein wichtiges Ergebnis der Untersuchung dar. Forschungspragmatisch lassen sich die Ergebnisse bei der Entwicklung umfassender Erhebungsinstrumente zum Umgang mit Ärger zu nutzen. Praxisbezogen verweisen die Befunde u.a. darauf, in „Ärgerbewältigungsprogrammen“ vermehrt auch Module zur interpersonellen Kommunikation sowie zur interpersonellen Konfliktlösung zu berücksichtigen (wie z.B. bei Schwenkmezger et al., 1999).
- Unter *empirischer Perspektive* geben die Ergebnisse zudem wichtige Hinweise auf die im theoretischen Teil der Arbeit dargestellten uneindeutigen Befunde zu den Konsequenzen „negativen“ Verhaltens (Kap. 2.1.3 und 2.4): In der empirischen Forschung wurde festgestellt, dass sog. „negatives Konfliktverhalten“ (z.B. Zeigen von Ärger, Kritik, Widerspruch) zwar ein Indikator für die *aktuelle Partnerschaftsunzufriedenheit* darstellt, jedoch mit diesem „negativen Konfliktverhalten“ z.T. *langfristig* eine *Zunahme der Partnerschaftszufriedenheit* verbunden war (sog. „reversal-Effekt“; Cohen & Bradbury, 1997; Gottman & Krokoff, 1989; Kurdek, 1995). In den Subjektiven Theorien spiegelt sich dieser Befund wider: Das Zeigen von Zorn (verstanden als kritisierendes „negatives“ Verhalten) wurde von den Untersuchungspersonen häufig mit *kurzfristig* negativen Konsequenzen für die Partnerschaft verbunden (konflikthafte Auseinandersetzungen, Streit). Nach Ansicht der Subjektiven TheoretikerInnen führen diese emotionalen Auseinandersetzungen – zumal wenn sie wie bei Zorn aufgrund der Verletzung wichtiger Ansprüche, Bedürfnisse und Werte zustande kommen – jedoch auch zu einer Klärung der unterschiedlichen Anliegen und *langfristig* zu vermehrter Nähe, Intimität und der Verbesserung der Partnerschaft. Konflikthafte Auseinandersetzungen über wichtige Bedürfnisse mit dem Ziel einer gemeinsamen Klärung könnten somit als eine Bedingung für den *positiven Verlauf* einer Partnerschaft angesehen werden – was es in weiteren Untersuchungen zu überprüfen gilt.

***Der Vergleich der Subjektiven Theorien von partnerschaftszufriedenen und -unzufriedenen Personen*** (Kap. 7.3.2.3) machte die prekäre Situation deutlich, in der sich vor allem die partnerschaftsunzufriedenen Personen sehen: Unabhängig von der Art des Umgangs mit Zorn gehen die partnerschaftsunzufriedenen Personen deutlich häufiger von negativen *Gegenreak-*

*tionen* der PartnerIn aus als zufriedene PartnerInnen (z.B. von Vorwürfen, Beschimpfungen). Im Vergleich dazu vermuten partnerschaftszufriedene Personen bei beiden Umgangsformen deutlich häufiger positive Gegenreaktionen (Verhaltensänderungen, offenes Nachfragen). Bei den *Konsequenzen auf die Partnerschaft* stimmen partnerschaftszufriedene und -unzufriedene Personen zwar darin überein, dass die Unterdrückung des Zorns langfristig zu eher negativen Konsequenzen führt. Sehr deutliche Unterschiede finden sich jedoch in Bezug auf das Zeigen des Zorns: Denn nahezu alle partnerschaftszufriedenen PartnerInnen gehen von einer langfristigen Verbesserung der Beziehung aus (trotz kurzfristigem Streit und Auseinandersetzungen), doch lediglich die Hälfte der partnerschaftsunzufriedenen Personen sieht dies genauso. Die andere Hälfte der unzufriedenen PartnerInnen vermutet, dass auch das Zeigen des Zorns langfristig zu einer weiteren Verschlechterung der Beziehung führt.

**Ein Vergleich der Subjektiven Theorien zwischen Frauen und Männern** (Kap. 7.3.2.4) erbrachte interessante Unterschiede bei den Antezedensbedingungen des Umgangs mit Zorn: Hier fällt auf, dass die *Intensität des Zorns* für die befragten Frauen eher mit dem *Zeigen*, für die Männer hingegen deutlich häufiger mit dem *Unterdrücken* des Zorns zusammenhängt. Dies verweist auf die Notwendigkeit, geschlechterspezifische Effekte des Zorerlebens (z.B. die Intensität von Handlungsimpulsen, physiologischer Anspannung) im Umgang mit Zorn genauer zu berücksichtigen. Aufschlussreich sind zudem Unterschiede in den antizipierten (Gegen-)Reaktionen der PartnerIn: Es zeigte sich, dass Frauen deutlich häufiger negative Konsequenzen mit dem Zeigen (Ärger, Bagatellisierung, Verachtung), Männer vor allem negative Konsequenzen mit der Unterdrückung des Zorns assoziieren (z.B. Gekränktheit, Ärger, Angst der Partnerin). Inwiefern sich in diesen Befunden Geschlechterstereotype oder tatsächliche interaktionelle Erfahrungen widerspiegeln, lässt sich auf der Datengrundlage nicht entscheiden. Es erscheint mir jedoch aufgrund der Ergebnisse wesentlich, bei der Analyse des Umgangs mit Ärger geschlechterspezifische Erwartungen und „Skripts“ zu berücksichtigen (vgl. auch Fehr et al., 1996, 1999). Weiter zu klären ist beispielsweise, inwiefern durch generalisierte geschlechterbezogene „Vorurteile“ bzgl. geschlechter“typischen“ Gegenreaktionen der Umgang mit Zorn erklärt werden kann (vgl. auch Roberts, 2000).

Um den konkreten **Bezug zwischen Subjektiven Theorien und dem eigenen Umgangsstil mit Zorn** (verstanden als vorrangig gezeigte Reaktionen) besonders zu berücksichtigen, wurden in einer separaten Auswertung nur die Subjektiven Theorien ausgewertet, die im Zusammenhang mit dem eigenen „Bewältigungsstil“ expliziert wurden (Kap. 7.3.3). Neben der Selbsteinschätzung und Bewertung des eigenen Bewältigungsstils wurde untersucht, inwiefern sich aus den Subjektiven Theorien Hinweise darauf ableiten lassen, weshalb Personen Bewältigungsstile nutzen, die sie selbst als dysfunktional für die Partnerschaft bewerten. Gezeigt werden konnte zunächst (Kap. 7.3.3.1), dass in Übereinstimmung mit den Ergebnissen der Fragebogenuntersuchung die befragten Frauen sich häufiger als „Zornzeigerinnen“ in der Partnerschaft einschätzten, wohingegen die Männer sich häufiger als „Zornunterdrücker“ bezeichneten. Durch die Selbsteinschätzung und Gewichtung verschiedener Bewältigungsformen mit Hilfe der Ärgerbewältigungskategorien sensu Weber (1994) konnte dies weiter spezifiziert werden. Nur geringe Unterschiede im Umgang mit Zorn fanden sich zwischen partnerschafts-

zufriedenen und -unzufriedenen Frauen: In beiden Subgruppen wurde impulsiv vorgebrachter Vorwurf (Schimpfen/Schreien) oder aber das ruhige Ansprechen als besonders charakteristisch für den eigenen Umgang mit Zorn genannt. Deutliche Unterschiede fanden sich hingegen zwischen den partnerschaftszufriedenen und –unzufriedenen Männern: Die zufriedenen Partner nannten vor allem das ruhige offene Ansprechen oder das ruhige Nachdenken als charakteristisch für ihren Umgang mit Zorn, die unzufriedenen Männer hingegen schätzen als einzige Teilstichprobe den gekränkten und verletzten Rückzug als besonders prototypisch für ihren Umgang mit Zorn ein.

Die Erfassung der *Bewertung des eigenen Bewältigungsstils* erbrachte, dass insbesondere die partnerschaftsunzufriedenen Personen den eigenen Umgang mit Zorn negativ bewerten (Kap. 7.3.3.2). Bei der weiteren Auswertung der Subjektiven Theorien zeigte sich, dass über die Hälfte der Personen, die ihren eigenen Bewältigungsstil als destruktiv für die Partnerschaft bewerten, ihr Agieren durch Hilf-/Hoffnungslosigkeit, Angst vor negativen Konsequenzen für die eigene Person sowie Selbstschutz (Schutz vor weiteren Kränkungen/Verletzungen; Aufrechterhaltung der eigenen Selbstachtung) begründen. Ohne hier auf die weiteren Einzelergebnisse einzugehen (vgl. Kap. 7.3.3.3), machen diese Befunde deutlich, dass auch Personen, die negative Konsequenzen ihres Umgangs mit Zorn auf die Partnerschaft „wissentlich“ in Kauf nehmen, „gute“ Gründe für ihr Agieren haben und zumeist wissen, was sie „tun“. Die Subjektiven Theorien geben somit heuristisch wichtige Hinweise auf potentiell handlungsleitende Motive, die in weiteren Untersuchungen hinsichtlich ihrer „objektiven Realgeltung“ unter Nutzung explanativer Validierungsverfahren zu überprüfen sind (vgl. Groeben, 1986; Groeben et al., 1988). Zusammenfassend verweisen die Ergebnisse auf die Nützlichkeit, den Umgang mit Emotionen handlungstheoretisch zu konzeptualisieren und bei der Suche nach Erklärungen für die „Bewältigung“ des Zorns (auch) die Vielfältigkeit möglicher Ziele zu berücksichtigen.

Die abschließenden *Nachuntersuchung* zu der Studie „Subjektive Theorien“ (Kap. 7.5) erbrachte vorwiegend positive Rückmeldungen der UntersuchungsteilnehmerInnen. Besonders hervorzuheben ist meines Erachtens, dass es durch die Struktur-Lege-Interviews gelungen ist, sowohl wissenschaftlich nützliche Erkenntnisse zu gewinnen als auch den UntersuchungsteilnehmerInnen - laut ihren Rückmeldungen - einen persönlichen Erkenntnisgewinn zu ermöglichen (vgl. Frage 3). Gerade bei einem so heiklen Thema wie „Zorn in Partnerschaften“ finde ich es wichtig und bemerkenswert, dass die Teilnahme an der Untersuchung von *keiner* der Untersuchungspersonen als Belastung für die Partnerschaft eingeschätzt wurde, sondern von den meisten Subjektiven TheoretikerInnen positive Auswirkungen auf die Beziehung rückgemeldet wurden (vgl. die Rückmeldungen zu Frage 4 der Nachuntersuchung).

## 8.2 Einschränkungen und Kritik

Die gewonnenen Erkenntnisse sollen nicht darüber hinwegtäuschen, dass die vorliegende Arbeit eine ganze Reihe an Problemen und Einschränkungen aufweist, von denen ich im Folgenden die m.E. wichtigsten darstellen werde. Damit ist die Hoffnung verbunden, Anregun-

gen und Verbesserungsmöglichkeiten für vergleichbare Arbeiten zu geben und Konsequenzen für die weitere Auseinandersetzung mit Ärger und Zorn (in Partnerschaften) aufzuzeigen.

- Als Schwierigkeit bei der *theoretischen Aufarbeitung* des gegenwärtigen Forschungsstandes erwies sich, dass die *Partnerschaftskonfliktforschung* zwar eine Unmenge an empirischen Einzelergebnissen aufzuweisen hat, jedoch erst vereinzelt versucht wurde (z.B. Gottmann, 1994, 2000; Karney & Bradbury, 1995), diese aufeinander zu beziehen und zu einer „integrativen Partnerschaftstheorie“ zusammenzufassen (vgl. Kap. 2). Einen Pfad durch den Dschungel empirischer Einzelergebnisse zu suchen und bei der Darstellung den „roten Faden“ in Richtung Ärgerforschung ersichtlich zu machen, stellte für mich eine Herausforderung dar. Der schlussendlich erarbeitete Überblick über die m.E. wichtigsten theoretischen Ansätze und empirischen Befunde zu Konfliktverhalten in Partnerschaften war einerseits Ausgangspunkt für den empirischen Teil der Arbeit, kann jedoch auch als Basis für die weitere Auseinandersetzung mit Fragestellungen genutzt werden, die durch die Begrenztheit der Arbeit hier nicht untersucht werden konnten (siehe Kap. 8.3).

Innerhalb der *Ärgerforschung* sieht man sich primär mit einer Fülle konzeptueller Probleme konfrontiert, von denen die wesentlichen dargestellt und einzelne Lösungsmöglichkeiten aufgezeigt wurden (vgl. Kap. 3 und 4). Als ein wichtiges Ergebnis der theoretischen Auseinandersetzung ergab sich, bei der Konzeptualisierung von Ärger und Zorn die subjektive Innenperspektive der fühlenden Personen als Ausgangspunkt zu nutzen, deutlich zwischen dem Erleben und dem Umgang von Gefühlen zu unterscheiden und den Umgang mit Gefühlen (beispielsweise Ärger und Zorn) unter Berücksichtigung von Intentionen und Zielen als emotionales Handeln zu spezifizieren. Noch zu wenig wurde in dieser Arbeit m.E. herausgearbeitet, welche personalen Bedingungen (Ansprüche, Bedürfnisse, Wertüberzeugungen) maßgeblich für das *Erleben* von Ärger und Zorn in Partnerschaften sind. Die dargestellten und im empirischen Teil der Untersuchung erfassten situativen Auslöser für Ärger und Zorn geben zwar indirekte Hinweise auf relevante Bedürfnisstrukturen (Gerechtigkeit, Nähe/Distanz etc.), doch hätte dies meines Erachtens noch dezidierter erfolgen können.
- In Bezug auf die *Struktur des empirischen Teils* ist zu kritisieren, dass der Aufbau sowie die Durchführung der beiden empirischen Studien parallel und nicht unmittelbar aufeinander bezogen stattgefunden hatte. Sinnvoller wäre es sicherlich gewesen, zunächst die Subjektiven Theorien zur Hypothesengenerierung zu nutzen und die gewonnenen Erkenntnisse in einer darauf aufbauenden Untersuchung durch hypothesentestende Verfahren (z.B. auch im Sinne einer explanativen Validierung) zu überprüfen. Das gewählte Vorgehen kam vorwiegend aufgrund pragmatischer Gründe zustande. Da die Generierung des Interviewleitfadens sowie die Durchführung erster Vorversuche mehr Zeit in Anspruch nahm als ursprünglich vorgesehen war, wurde die Fragebogenuntersuchung vorgezogen und beschlossen, zwei getrennte Untersuchungen (Fragebogenuntersuchung und Erfassung Subjektiver Theorien) durchzuführen.

- Bei der *Fragebogenuntersuchung* muss rückblickend die Nutzung des STAXI-Fragebogens als nicht sehr glückliche Entscheidung angesehen werden. Zwar konnten durch die Anwendung dieses Fragebogens wichtige Hinweise auf Unterschiede in Ärgerausdruck zwischen den analysierten Gruppen herausgearbeitet und ein Vergleich zu anderen Untersuchungen (z.B. Bodenmann, 1995) angestellt werden. Noch sinnvoller wäre es jedoch gewesen, differenzierter unterschiedliche Möglichkeiten des Umgangs mit Ärger und Zorn zu berücksichtigen (z.B. auf der Grundlage des Kategorisierungssystems von Weber, 1994). Zum Zeitpunkt der Datenerhebung lag allerdings noch kein eingeführtes Erhebungsinstrument vor, das in der Lage gewesen wäre, theoriegeleitet diese verschiedenen Formen des Umgangs mit Ärger differenziert zu erfassen (z.B. unter Einbeziehung intendierter Ziele und antizipierter Wirkungen). Ein solches Erhebungsinstrument unter Nutzung der gewonnenen Erkenntnisse dieser Arbeit zu entwickeln, stellt m.E. eine sinnvolle Aufgabe für die weitere Ärger- und Konfliktforschung dar (vgl. auch Weber, 2001).  
Der theoriegeleitete UMK-Fragebogen zur Erfassung des Umgangs mit Konflikten erwies sich hingegen als sehr nützlich: Durch die Überprüfung der Gütekriterien anhand einer vergleichsweise umfassenden Stichprobe sowie den Ergebnissen zum Konfliktverhalten bei Paaren unterschiedlicher Partnerschaftszufriedenheit (Überprüfung der diskriminativen Validität) steht mit diesem kurzen Fragebogen ein Erhebungsinstrument zu Verfügung, das nicht nur im forschungspragmatischen Kontext (vgl. Weinmann-Lutz, 2001), sondern auch in der paartherapeutischen Praxis genutzt werden kann.
- Hinsichtlich der *Subjektiven Theorien zur Beschreibung und Bewältigung des Zorns* ist unter *methodischer Perspektive* festzuhalten, dass der zeitliche und inhaltliche Umfang der „Struktur-Lege-Interviews“ sicherlich die Obergrenze des methodisch Sinnvollen und den Untersuchungspersonen Zumutbaren darstellt. Inwiefern eine Beschränkung auf weniger Fragen bzw. Fragestellungen zu präziseren Ergebnissen geführt hätte, kann nur schwer abgeschätzt werden. Die Rückmeldungen durch den Fragebogen ergaben, dass die Untersuchungspersonen ihre Subjektiven Theorien im wesentlichen als adäquat und präzise rekonstruiert einschätzen. Einigen Rückmeldungen ist jedoch auch zu entnehmen, dass die Präzision – z.B. durch eine zweite Sitzung oder durch die Einbeziehung des/der PartnerIn – noch zu optimieren gewesen wäre. Die Möglichkeiten einer Optimierung stellen im Zusammenhang mit der Ökonomisierung der Erfassung Subjektiver Theorien durch nur *eine* „Struktur-Lege-Interview-Sitzung“ eine wichtige Aufgabe für die weiter ausarbeitende Vielfalt an methodischen Zugängen im Rahmen des „Forschungsprogramms Subjektive Theorien“ dar. Die positiven Rückmeldungen der Subjektiven TheoretikerInnen sind ermutigend, auch im (paartherapeutisch-)praktischen Kontext rekonstruierte Subjektive Theorien zu nutzen und durch die Explikation und Visualisierung beispielsweise zu einem besseren Verständnis (zwischen Paaren) beizutragen. Allerdings erfordert dies m.E. eine weitere (praxisbezogene) Anpassung und Vereinfachung der Methodik.
- Bei der Erfassung der prototypischen *Beschreibungsmerkmale des Zorns* wurde nicht eindeutig zwischen einer *Begriffsexplikation* von „Zorn“ (im Sinne der Logographie; vgl. Mees, 1992) und der Beschreibung des *emotionalen Erlebens* (im Sinne der Phänographie

des „zornig sein“) unterschieden: das definitorische Relationskonzept „*das ist/das heißt*“ wurde mit der Indikator-Relation „*erkennbar an*“ zusammengesetzt. Da es das Ziel der Erfassung war, die *prototypischen Merkmale des Zorn* zu erfassen, wurde diese Vereinfachung und die damit verbundene mangelnde Präzision ganz bewusst in Kauf genommen. Um inter- wie intrapersonelle *Unterschiede* im emotionalen Erleben präzise analysieren zu können, ist unter Nutzung der gewonnenen Beschreibungskategorien in weiteren Untersuchungen (eventuell auch mit präziser quantifizierenden Verfahren) zu klären, inwiefern unter *phänomenographischer Perspektive* die Ausprägung der verschiedenen Zornmerkmale in Abhängigkeit von personalen wie situativen Bedingungen divergiert. Die Ergebnisse der Merkmalsgewichtungen geben hierzu erste heuristische Hinweise (z.B. das verstärkte Erleben von Hilflosigkeit und Ohnmacht im Zorn bei partnerschaftsunzufriedenen Personen; vgl. 7.3.1.1).

- Die *Subjektiven Theorien zum Umgang mit Zorn* beschränkten sich auf die beiden Oberkategorien des „Zeigens“ und des „Unterdrückens“ von Zorn, was per se eine sehr starke – aber im Rahmen dieser Arbeit notwendige – Einschränkung darstellt. Im Mittelpunkt der Subjektiven Theorien stand die Deskription der Bedingungen, Intentionen und Konsequenzen im Zusammenhang mit den beiden Oberkategorien des Umgangs mit Zorns. Rückblickend wäre es eventuell sinnvoll gewesen, noch mehr die präskriptive Perspektive zu beachten und beispielsweise zu untersuchen, welche Umgangsformen mit Zorn von den Subjektiven TheoretikerInnen als konstruktiv bzw. destruktiv für den Verlauf einer Partnerschaft eingeschätzt werden bzw. differenzierter zu erfassen, von welchen Bedingungen diese bewerteten Konsequenzen nach Ansicht der Untersuchungspersonen abhängen. Dies muss auf weitere Untersuchungen verschoben werden.
- In Bezug auf die inhaltsanalytische Auswertung der Subjektiven Theorien ist zu kritisieren, dass das in dieser Untersuchung gewählte Vorgehen von einigen methodischen Anforderungen an eine qualitativ-quantitative Inhaltsanalyse abweicht (z.B. Trennung der Kategorienentwicklung und –anwendung; Kategorisierungen der Daten durch mehrere unabhängige KodiererInnen und Überprüfung der Interkodierreliabilität; vgl. Groeben & Ruestemeyer, 1995). Aufgrund des hypothesengenerierenden Charakters dieser Arbeit sowie aus ökonomischen Gründen wurde auf diese sehr aufwändigen Auswertungs- und Überprüfungsmodi verzichtet und versucht, durch möglichst konzeptnahe Kategorisierung und ausführliche Dokumentation potenziellen Verzerrungseffekten vorzubeugen bzw. die Auswertung überprüfbar zu machen. In zukünftigen Untersuchungen wäre jedoch darauf zu achten, die Qualität der Datenauswertung entsprechend gängiger Kriterien einer qualitative und quantitative Aspekte integrierenden Inhaltsanalyse zu verbessern (vgl. o.c., S. 547ff.).
- Um die Handlungsleitung und „objektive Realgeltung“ Subjektiver Theorien zu überprüfen, wird im Kontext des „Forschungsprogramms Subjektive Theorien“ (Groeben et al., 1988) eine beobachtungstheoretische (explanative) Validierung postuliert (vgl. auch Groeben, 1986). Diese beobachtungstheoretische Validierung der Subjektiven Theorien hätte den Rahmen der Arbeit gesprengt. Möglich gewesen wäre jedoch eine deutlichere Über-

prüfung der „Rationalität“ der genutzten Bewältigungsstile: Durch Gegenüberstellung und Analyse der Übereinstimmung von Intentionen und antizipierten Konsequenzen hätte mit den Subjektiven TheoretikerInnen noch klarer herausgearbeitet werden können, inwiefern der vorrangig genutzte Bewältigungsstil als „rational“ einzuschätzen ist. Da bei der Bewertung des eigenen Bewältigungsstil lediglich die Konsequenzen für *die Partnerschaft* berücksichtigt wurden, lässt sich die Rationalität des Bewältigungsstils in Bezug auf andere Ziele (z.B. subjektives Wohlbefinden) nicht einschätzen. Auch dies gilt es in weiteren Untersuchungen differenzierter zu analysieren.

- Insgesamt ist zu berücksichtigen, dass in beiden Untersuchungen jeweils die „subjektive Innensicht“ der Untersuchungspersonen erfasst wurde. Da keine zusätzlichen Verhaltensbeobachtungen durchgeführt wurden, lassen die Ergebnisse keine Aussagen über den „objektiven“ Umgang der Untersuchungspersonen mit Ärger und Konflikten zu. Zudem handelt es sich in beiden Untersuchungen jeweils um anfallende Stichproben, wodurch die Generalisierbarkeit der Ergebnisse eingeschränkt ist. Die beiden Stichproben wurden zwar dahingehend überprüft, inwiefern sie in wichtigen Parametern übereinstimmen bzw. der gleichen Grundgesamtheit angehören (vgl. Kap. 7.2.2); doch ist nicht auszuschließen, dass beide Stichproben systematischen Einflüssen unterliegen, die nicht überprüft wurden. Besonders relevant ist, dass die soziale Erwünschtheit, die im Zusammenhang mit Ärger, Zorn und Konflikten sicherlich eine Rolle spielt, nicht kontrolliert wurde. Die durchaus auch negativen Selbstbeschreibungen sowohl bei der Fragebogenuntersuchung als auch im Zusammenhang mit den Subjektiven Theorien sprechen zwar dafür, dass die Untersuchungspersonen sich in ihren Antworten nicht primär von der Erwünschtheit leiten ließen. Der Versuch, sich in einem möglichst „guten Licht“ zu präsentieren, lässt sich jedoch wie bei allen subjektiven Angaben nicht ausschließen.
- Abschließend – und als Überleitung zu weiteren Fragestellungen („Ausblick“) – ist zu kommentieren, warum in beiden empirischen Untersuchungen die Variable „Geschlechterzugehörigkeit“ nur über das biologische Geschlecht („sex“) und nicht auch als soziales Geschlecht („gender“) erhoben wurde (vgl. zur Unterscheidung dieser Kategorien u.a.: Deaux, 1984; Dietzen, 1993; Scheele, 1998). Abgesehen von der praktischen Perspektive der Versuchsdurchführung, die eine Belastung der Untersuchungspersonen mit weiteren Instrumenten nicht erlaubt hätte, ist als Begründung auch anzuführen, dass für die hier thematischen dyadischen Interaktionen (wie bspw. Paarbeziehungen) in der gender-Forschung insbesondere kontextabhängige und *inter*-personale Geschlechterstereotype und Geschlechtsrollenerwartungen als relevant nachgewiesen werden konnten (Deaux & LaFrance, 1998; Rustemeyer, 2001, S. 55ff.). Da es in der vorliegenden Untersuchung um die interpersonale Beziehung zwischen Frau und Mann ging, lässt sich m.E. das biologische Geschlecht in diesem Kontext auch im Sinne des sozialen Geschlechts („gender“) interpretieren. Was damit nicht abgedeckt ist, ist das „psychologische Geschlecht“ im Sinne der subjektiv eingeschätzten Geschlechterrollenidentität (Ausprägungen z.B. auf den Dimensionen „Femininität, Maskulinität, Androgynität“; Erfassung z.B. mit Hilfe des GE-PAQ: Runge, Frey, Gollwitzer, Helmreich & Spence, 1981). Dieser Aspekt der *intra*-

individuellen Selbsteinschätzung könnte in weiteren Untersuchungen jedoch Aufschluss über bestimmte – das Ärger- und Konfliktverhalten beeinflussende – intrapersonale Variablen ergeben (vgl. oben Kap. 4.4; siehe auch Kopper & Epperson, 1996), weswegen in der zukünftigen Forschung, soweit möglich, auch eine Erhebung des „psychologischen Geschlechts“ einbezogen werden sollte.

### 8.3 Ausblick

Als eines der wichtigsten Ergebnisse dieser Arbeit konnte gezeigt werden, dass Ärger und Zorn auf die/den Partner/in nicht unbedingt negativ für eine Partnerschaft sein müssen: entscheidend scheint der Umgang mit diesen vermeintlich „negativen“ Gefühlen sowie den damit verbundenen interpersonellen Konflikten zu sein.

Für die *Partnerschaftsforschung* ergibt sich daraus eine ganze Reihe weiter zu analysierender Fragestellungen, von denen hier nur einige skizziert werden sollen:

- Unter *theoretischer Perspektive* ist meines Erachtens der Stellenwert des emotionalen Erlebens im Zusammenhang mit konflikthaften Auseinandersetzungen weiter zu klären und die Vielfalt der Emotionen im Zusammenhang mit Konflikten in eine umfassende Theorie über den Verlauf von Partnerschaften zu integrieren (z.B. in die bislang emotionspsychologisch eher „agnostische“ Partnerschaftstheorie sensu Gottman; s.o. Kap. 2.3). Mit Blick auf die Relevanz weiterer „negativer“ Gefühle in Paarbeziehungen (z.B. Angst, Enttäuschung, Scham, Trauer) gilt es beispielsweise zu klären, inwiefern dem (offenen) Umgang mit diesen „negativen“ Gefühlen eine wichtige Funktion für die Stabilisierung einer Paarbeziehung zukommt (z.B. für den Aufbau von Vertrauen in den ersten Jahren einer Partnerschaft) oder unter welchen Umständen diese Gefühle (bzw. der Umgang damit) eher zur (weiteren) Zerrüttung der Partnerschaft führen (z.B. wenn gegenseitige Abwertungen und interpersonelle Konflikte bereits eskaliert sind). Unter prozessualer Perspektive ist weiter zu untersuchen, in welchen Phasen einer Partnerschaft der Zorn besonders häufig auftritt (vgl. die „apokalyptischen Reiter“ in der Partnerschaftsverlaufstheorie nach Gottman) und von welchen dyadischen Interaktionsstrukturen und Verlaufsprozessen der Umgang mit Zorn beeinflusst wird (z.B. unter Nutzung der SASB-Methode; vgl. Tress et al., 1993).
- Von besonderer *theoretischer wie empirischer Relevanz* für die Partnerschaftsforschung ist meines Erachtens die Frage, von welchen Bedingungen die *langfristigen Konsequenzen des Umgangs mit Ärger und Konflikten* abhängen. Hier gilt es weiter zu analysieren, inwiefern sich beispielsweise die gegenseitige Wahrnehmung des Ärger- und Konfliktverhaltens der Paare (langfristig) auf partnerschaftsrelevante Variablen wie Achtung, Intimität, Zuvorsicht - oder aber Abwertung, Feindseligkeit und Resignation auswirken kann. Die Ergebnisse zu den antizipierten Gegenreaktionen der Partner/in auf das eigene Ärger- und Konfliktverhalten (Studie zu den Subjektive Theorien) legen zudem nahe, dass diesen Erwartungen eine zentrale Rolle als Moderatorvariablen für den Umgang mit Ärger- und Konflikten zukommt. In Verbindung mit den Ergebnisse der Fragebogenuntersuchung ist



zu vermuten und weiter zu prüfen, inwiefern die in der Literatur beschriebenen destruktiven Teufelskreise zwischen (dysfunktionaler) Kommunikation und (emotionaler) Abwertung ihren Anfang bereits in der (mangelnden) Auseinandersetzung über alltägliche Kleinigkeiten („daily hassles“) nehmen. Da sich in dieser Arbeit sowohl die Selbstwahrnehmung des ausgeprägte Rückzugs bei Konflikten als auch vermehrter Ärgerunterdrückung als Indikatoren für eine geringe Partnerschaftszufriedenheit erwiesen haben (vgl. Kap. 6.3), stellt sich die weiter zu klärende Frage, inwiefern die mangelnde Bereitschaft oder Fähigkeit, sich bereits über „alltägliche Ärgerlichkeiten“ und Enttäuschung konstruktiv auseinanderzusetzen, den zentralen Ausgangspunkt destruktiver Teufelskreise und Eskalationsprozesse darstellt.

- *Method(olog)isch* sind ergänzend zur aufwendigen Rekonstruktion der Subjektiven Theorien mit Hilfe der „Struktur-Lege-Interview-Technik“ auf der Grundlage der erarbeiteten Ergebnisse einerseits ökonomischere (Fragebogen-)Verfahren zu generieren und an umfassenderen Stichproben einzusetzen. Andererseits legen die Rückmeldungen der Subjektiven TheoretikerInnen auch nahe, das zeitaufwändige und intensive Verfahren des „Struktur-Lege-Interviews“ weiter zu modifizieren und nicht nur zu Forschungszwecken, sondern auch (in entsprechend adaptierter Form) im psychoedukativen und therapeutischen Bereich zu nutzen. Von nahezu allen UntersuchungspartnerInnen wurde das Struktur-Lege-Interview als nützlich und weiterführend für das Verständnis des eigenen Erlebens und Verhaltens eingeschätzt. Sowohl unter methodologischen wie (*forschungs-*)*praktischen Gesichtspunkten* ist daher weiter auszuarbeiten, inwiefern beispielsweise die Ausweitung des „Dialogkonsens“ zu einem „Triologkonsens“ (*beide* PartnerInnen sowie ForscherIn/TherapeutIn) bei der Erstellung thematischer Strukturbilder zu einem verbesserten Verständnis der beteiligten Personen beitragen kann und sich im Sinne einer „Theorie-Praxis-Integration“ sowohl für die Forschungs- als auch paartherapeutische Praxis nutzen lässt.
- In Bezug auf den Verlauf von Partnerschaften ist *methodisch* insbesondere in prospektiven Längsschnittuntersuchungen die Frage der Kausalitätsrichtung zwischen Ärger- und Konfliktverhalten und Partnerschaftszufriedenheit weiter zu klären. Auch zur Prüfung der postulierten zeitlichen Stabilität von „Ärger- und Konflikt“stilen“ (Deffenbacher et al., 1996) ist es notwendig, Längsschnittstudien durchzuführen. Um den Zusammenhang zwischen Ärger- und Konfliktverhalten und der Partnerschaftszufriedenheit zu prüfen, ist zudem auswertungstechnisch auf multiple Regressionsanalysen zurückzugreifen, die es ermöglichen, Aussagen über das prädiktive Gewicht einzelner Variablen (z.B. Konflikt“stile“) auf die Partnerschaftszufriedenheit zu treffen.
- Unter *praxisbezogener* Perspektive ist beispielsweise im paartherapeutischen Kontext die protektive und konstruktive Funktion von Ärger und Zorn zu berücksichtigen: Da Zorn aufgrund der Verletzungen wichtiger persönlicher Bedürfnisse entsteht (vgl. die Ergebnisse der Subjektiven Theorien), lässt sich der Zorn auf die/den Partnerin als wichtiges Signal verstehen, eventuell implizite und bislang nicht geklärte Ansprüche und Bedürfnisse in der Partnerschaft zu beachten und zu thematisieren. In den Subjektiven Beschreibungen des

Zorns wurden zwar (auch) Rache- und Vergeltungs*impulse*, z. T. auch offenes aggressives Verhalten als wichtige Merkmale des Zorns angesehen, doch kann der Umgang mit Zorn auch das Eintreten für persönliche Bedürfnisse, die Aufrechterhaltung der Selbstachtung und das Bedürfnis nach konstruktiver Veränderung implizieren. Durch das *angemessene Zeigen* des Zorns wird zum Ausdruck gebracht, dass die/der PartnerIn als verantwortlich handelnde Person ernst genommen und die Möglichkeit einer konstruktiven Auseinandersetzung und potentiellen Veränderung zugestanden wird. Die *Unterdrückung* des Zorns stellt andererseits nicht unbedingt eine friedfertige Geste zur Vermeidung destruktiven Streits dar, sondern kann auch ein Zeichen mangelnder Selbstfürsorglichkeit („ich bin es mir nicht wert, für meine Bedürfnisse einzutreten“) oder als Abwertung der anderen Person („es bringt sowieso nichts; die/der ändert sich nie“) interpretiert werden. Die verschiedenen Facetten des Zorns zu thematisieren und beispielsweise Paare für die emotionalen Hintergründe des Konfliktverhaltens bei Kommunikations- und Konflikttrainings zu sensibilisieren (z.B. Heekerens, 2000; Johnson, 1996; Thurmaier, 1997) wird durch die Ergebnisse dieser Untersuchung nahegelegt.

Auch für die psychologische *Emotionsforschung* ergeben sich vor dem Hintergrund der vorliegenden Arbeit mehrere Fragestellungen, die m.E. eine Herausforderung für die weitere Forschung darstellen:

- Für die *theoretische Auseinandersetzung* mit dem Phänomenbereich Ärger bedarf es meines Erachtens der weiteren Präzisierung bei der Beschreibung verschiedener „Ärger-Emotionen“ (vgl. auch Weber, 1994, S. 269). In Ergänzung zu rein sprach-analytischen Untersuchungen (z.B. Mees, 1992) ist beispielsweise empirisch zu prüfen, welche Merkmale als konstitutiv für Emotionen wie Empörung, Entrüstung, Gekränktheit, Groll, Resentiment oder Wut anzusehen sind. Die Ergebnisse zur Beschreibung des Zorns lassen sich bei einer Abgrenzung der einzelnen Emotionen sicherlich nutzen; eine weitere systematische Differenzierung der verschiedenen Konstrukte ist sowohl unter allgemein- wie differentialpsychologischer Perspektive nützlich und sinnvoll (vgl. Boll, 1998; Montada, 1993). Die Ergebnisse über den Umgang mit Ärger und Zorn verdeutlichen zudem, dass im sozialen Kontext weniger die Bewältigung der subjektiv erlebten Emotion (Ärger/Zorn), als vielmehr (nach Auskunft der hier befragten Personen) interpersonelle Ziele maßgeblich sind. Diese interpersonelle Perspektive im Umgang mit Gefühlen verstärkt zu berücksichtigen und Emotionsbewältigung im Sinne „emotionalen interpersonellen Handelns“ sowohl theoretisch zu rekonstruieren als auch empirisch zu analysieren, stellt eine zentrale Aufgabe für die weitere „Emotions-Bewältigungs“-Forschung dar.

In der (Alltags-)Literatur wird der Zorn vorwiegend als feindselig und destruktiv – bis hin zur „Todsünde“ – bewertet. Berücksichtigt man die dargestellten positiven Implikationen und Konsequenzen – des (adäquaten) Zeigens des Zorns, erscheint es überzogen, den Zorn *generell* als *destruktiv-feindselige Emotion* einzustufen (wie z.B. von Seneca, bezogen auf Ärger in Partnerschaften: Guerrero & Andersen, 2000, S. 174). In der weiteren Ärger- und Zornforschung ist es notwendig, differenzierter verschiedene Kriterien (1) für die Bewertung *des Gefühls Zorn* (u.a. der Angemessenheit und Rationalität; vgl. De Sousa, 1997; Scheele, 1990) sowie (2) für die Bewertung verschiedener *Formen des Umgangs mit Ärger*

und Zorn (unter Berücksichtigung der Konsequenzen und Effektivität; vgl. Weber, 1994, 1997). Dadurch wird es möglich, begründet beispielsweise zwischen konstruktivem (z.B. an Veränderung orientiertem) und destruktivem (auf Vernichtung und Zerstörung ausgerichtem) Zorn zu unterscheiden (vgl. Kutter, 1994, S. 57).

- Als eine besondere *empirische Herausforderung* im Rahmen einer „epistemologischen Emotionstheorie“ (Scheele, 1990, 1996) kann die Frage angesehen werden, inwiefern Subjektive Theorien über wertbezogene Inhalte (z.B. Gerechtigkeit, Intimität etc.) als maßgeblich bei der Genese von Emotionen anzusehen sind. Um dies zu prüfen wären nicht die Subjektiven Theorien *über Emotionen* zu rekonstruieren, sondern Gegenstand der empirischen Erfassung müssten die den Emotionen zugrundeliegenden *wertbezogenen Bedürfnisse* sein. Eine Klärung, inwiefern z.B. unterschiedliche subjektive Bedürfnisstrukturen (z.B. die persönliche Bedeutung von Fairness/Gerechtigkeit, Treue) für intra- wie interindividuelle Unterschiede im emotionalen Erleben (z.B. Enttäuschung/Zorn, Eifersucht) maßgeblich sind und Subjektive Theorien damit nicht nur (potentiell) handlungs- (Groeben et al., 1988), sondern auch erlebnisleitend sein können, stellt meines Erachtens eine reizvolle und weiterführende Aufgabe im Rahmen des „Forschungsprogramms Subjektive Theorien“ dar.
- Unter *empirischer wie praxisbezogener Perspektive* stellt sich die Frage, inwiefern dem Erleben und Umgang mit Ärger und Zorn eine wichtige Rolle bei der Entstehung und Aufrechterhaltung psychischer Störungen zukommt (z.B. Schwenkmezger, 1997). Mit Blick auf die festgestellten Geschlechterunterschiede ist beispielsweise zu prüfen, ob der Umgang mit Ärger und Zorn für geschlechterspezifische Störungen von Relevanz ist (vgl. Kämmerer, 2001). Insgesamt bedeutet dies unter therapeutischer Perspektive, verstärkt auf den interpersonellen Umgang mit („negativen“) Gefühlen zu achten (Sulz, 2000b) und die Vermittlung eines adäquaten Umgangs mit Ärger und Zorn in den Kanon psychotherapeutischer Verfahren (z.B. Assertivitätstrainings) aufzunehmen.
- Schlussendlich ist es (auch) angesichts der weltpolitischen Ereignisse notwendig, sich in der psychologischen (wie soziologischen) Emotionsforschung vermehrt mit Emotionen wie Hass, Rache, Vergeltung und Zorn bzw. dem Umgang damit auseinanderzusetzen. Die (potentiell) destruktiven Konsequenzen dieser Gefühle sind politisch wie persönlich gravierend. Und es ist auffallend und erschreckend, wie wenig diesen Gefühlen in der psychologischen Forschung bislang Beachtung geschenkt wurde. Die Hoffnung, zumindest zum Verständnis von „Zorn in Partnerschaften“ einen Beitrag geleistet zu haben, ist mit dem Abschluss dieser Arbeit verbunden.

## 9 Literaturverzeichnis

- Acitelli, L.K., Douvan, E. & Veroff, J. (1993). Perceptions of conflict in the first year of marriage: How important are similarity and understanding? *Journal of Social and Personal Relationships*, 10, S. 5-19.
- Acitelli, L.K. & Young, A.M. (1996). Gender and thought in relationships. In G.J.O. Fletcher & J. Fitness (Eds.). *Knowledge structures in close relationships: A social psychological approach* (S. 147-167). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Amato, P.R. & Rogers, S.J. (1997). A longitudinal study of marital problems and subsequent divorce. *Journal of Marriage and the Family*, 59, S. 612-624.
- Andersen, P.A. & Guerrero, L.K., (1998). Principles of communication and emotion in social interaction. In P.A. Andersen & L.K. Guerrero (Eds.). *Handbook of Communication and Emotion* (S. 49-69). San Diego: Academic Press.
- Arellano, Ch.M. & Markman, H.J. (1995). The managing affect and differences scale (MADS): A self-report measure assessing conflict management in couples. *Journal of Family Psychology*, 9, S. 319-344.
- Aristoteles. *Nikomachische Ethik* (Übersetzt von F. Dirlmeier, 1983). Stuttgart: Reclam.
- Aristoteles. *Rhetorik* (Übersetzt von F.G. Sieveke, 1993). München: Wilhelm Fink Verlag.
- Averill, J.R. (1982). *Anger and aggression: An essay on emotion*. New York: Springer.
- Averill, J.R. (1983). Studies on anger and aggression: Implications for theories of emotion. *American Psychologist*, 38, S. 1145-1169.
- Averill, J.R. & Nunley, E.P. (1993). *Die Entdeckung der Gefühle. Ursprünge und Entwicklung unserer Emotionen*. Hamburg: Ernst Kabel Verlag.
- Bach, G.R. & Wyden, P. (1983). *Streiten verbindet*. Frankfurt/M.: Fischer.
- Backhaus, K., Erichson, B., Plinke, W. & Weiber, R. (2000). *Multivariate Analysemethoden. Eine anwendungsorientierte Einführung* (9. Auflage). Berlin: Springer.
- Barthels, M. (1991). *Subjektive Theorien über Alkoholismus. Versuch einer verstehend-erklärenden Psychologie des Alkohols*. Münster: Aschendorff.
- Bastine, R. (1995). Scheidungsmediation - Ein Verfahren psychologischer Hilfe. In Bundeskonferenz für Erziehungsberatung. *Scheidungsmediation. Möglichkeiten und Grenzen* (S. 12-37). Münster: Votum.
- Bastine, R. (1998). *Klinische Psychologie*. Bd. 1. (3. Auflage.). Stuttgart: Kohlhammer.
- Bastine, R., Weinmann-Lutz, B. & Wetzel, A. (1999). *Unterstützung von Familien in Scheidung durch Familien-Mediation. Abschlussbericht*. Stuttgart: Sozialministerium Baden-Württemberg.
- Baucom, D.H. & Epstein, N. (1990). *Cognitive-behavioral marital therapy*. New York: Brunner/Mazel.
- Baucom, D.H., Epstein, N., Daiuto, A.D., Carels, R.A., Rankin, L.A. & Burnett, Ch.K. (1996). Cognitions in marriage: The relationship between standards and attributions. *Journal of Family Psychology*, 10, S. 209-222.
- Baucom, D.H., Epstein, N., Sayers, S. & Sher, T.G. (1989). The role of cognitions in marital relationships: Definitional, methodological, and conceptual issues. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 57, S. 31-38.
- Baumeister, R.F., Stillwell, A. & Wotman, S.R. (1990). Victim and perpetrator accounts of interpersonal conflict: Autobiographical narratives about anger. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, S. 994-1105.
- Beach, S.R.H. & Fincham, F.D. (1994). Toward an integrated model of negative affectivity in marriage. In S.M. Johnson & L.S. Greenberg (Eds.). *The heart of the matter. Perspectives on emotion in marital therapy* (S. 227-255). New York: Brunner/Mazel.

- Beach, S.R.H., Fincham, F.D. & Katz, J. (1998). Marital therapy in the treatment of depression: Toward an third generation of therapy and research. *Clinical Psychology Review*, 18, S. 635-662.
- Beach, S.R.H., Tesse, A., Fincham, F.D., Jones, D.J., Johnson, D. & Whitaker, D.J. (1998). Pleasure and pain in doing well together: An investigation of performance related affect in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, S. 923-938.
- Becker, P. (1995). *Seelische Gesundheit und Verhaltenskontrolle*. Göttingen: Hogrefe.
- Benjamin, L.S. (1974). Structural analysis of social behavior. *Psychological Review*, 81, S. 392-425.
- Ben-Zur, H. & Bresnitz, S. (1991). What makes people angry: Dimensions of anger-provoking events. *Journal of Research in Personality*, 25, S. 1-22.
- Berkowitz, L. (1990). On the formation and regulation of anger and aggression: A cognitive-neoassociationistic analysis. *American Psychologist*, 45, S. 494-501.
- Berkowitz, L. (1993). Towards a general theory of anger and emotional aggression: Implications of the cognitive-neoassociationistic perspective for the analysis of anger and other emotions. In R.W. Wyer & T.K. Srull (1993). *Perspectives on anger and emotion* (S. 1-46). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Bernhard, T. (1993). Über den Zorn. In R. Fellingner. *Thomas Bernhard: Ein Lesebuch* (S. 20-24). Frankfurt/M.: Suhrkamp
- Berscheid, E. (1983). Emotion. In H.H. Kelley, E. Berscheid, A. Christensen, J. Harvey, T. Huston, G. Levinger, E. McClintock, A. Peplau & D. Peterson (Eds.). *Close relationships* (S. 110-168). New York: Wiley.
- Berscheid, E. (1994). Interpersonal Relationships. *Annual Review of Psychology*, 45, S. 79-129.
- Berscheid, E. & Ammazzalorso, H. (2001). Emotional experience in close relationships. In G.J.O. Fletcher & M.S. Clark (Eds.). *Blackwell Handbook of Social Psychology: Interpersonal Processes* (S. 308-330) Oxford: Blackwell Publishers.
- Betancourt, H. & Blair, I. (1992). A cognition (attribution-)emotion model of violence in conflict situations. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 18, S. 343-350.
- Biaggio, M.K. (1987). Therapeutic management of anger. *Clinical Psychology Review*, 7, S. 663-675.
- Bierhoff, H.W. & Grau, I. (1999). *Romantische Beziehungen. Bindung, Liebe, Partnerschaft*. Bern: Huber.
- Bodenmann, G. (1995). *Bewältigung von Stress in Partnerschaften*. Bern: Huber.
- Bodenmann, G. (1996). Können wir vorhersagen, welche Ehen scheidungsgefährdet sind? In G. Bodenmann & M. Perrez (Hrsg.). *Scheidung und ihre Folgen* (S. 76-103). Bern: Huber.
- Bodenmann, G. (2001). Psychologische Risikofaktoren für Scheidung: Ein Überblick. *Psychologische Rundschau*, 52, S. 85-95.
- Bodenmann, G., Bodenmann, C. & Perrez, M. (1993). Eine Analyse des Zusammenhangs zwischen eigenschaftsorientierten Ärgermaßen des STAXI und situativen Ärgerreaktionen in einem Ärgerexperiment. *Zeitschrift für experimentelle und angewandte Psychologie*, 15, S. 349-367.
- Boll, T. (1998). Intentionalitätstheoretische Forschungsstrategie für moralische Emotionen. In B. Reichle & M. Schmitt (Hrsg.). *Verantwortung, Gerechtigkeit und Moral* (S. 173-190). Weinheim: Juventa.
- Bollnow, O.F. (1962). *Einfache Sittlichkeit*. (3. Aufl.). Göttingen: Vandenhoeck.
- Böning, U. & Henss, R. (1983). Empirische Ergebnisse zum Einsatz der „Dyadic Adjustment Scale“ von G.B. Spanier. *Partnerberatung*, 20, S. 37-42.
- Bortz, J. (1984). *Lehrbuch der Statistik*. Heidelberg: Springer.

- Bortz, J. & Lienert, G.A. (1998). *Kurzgefaßte Statistik für die klinische Forschung. Ein praktischer Leitfaden für die Analyse kleiner Stichproben*. Berlin: Springer-Verlag.
- Bortz, J., Lienert, G.A. & Boehnke, K. (1990). *Verteilungsfreie Methoden in der Biostatistik*. Heidelberg: Springer.
- Bottenberg, E.H. (1995). Neuer Umgang mit Gefühlen. Ein anthropologisch-integrativer Ansatz der Psychologie: Originäres Gefühl, Affektozept, Meta-Emotion und Authentifizierung der Gefühle. In H. Petzold (Hrsg.). *Die Wiederentdeckung der Gefühle: Emotionen in der Psychotherapie und der menschlichen Entwicklung* (S. 15-46). Paderborn: Junfermann
- Bradbury, Th.N. (Ed.) (1998). *The developmental course of marital dysfunction*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Bradbury, Th.N., Beach, S.R.H., Fincham, F.D. & Nelson, G.M. (1996). Attributions of behavior in functional and dysfunctional marriages. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 64, S. 569-576.
- Bradbury, Th.N., Campbell, S.M. & Fincham, F.D. (1995). Longitudinal and behavioral analysis of masculinity and femininity in marriage. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68, S. 328-341.
- Bradbury, Th.N., Cohan, C.L. & Karney, B.R. (1998). Optimizing longitudinal research for understanding and preventing marital dysfunction. In N. Bradbury (Ed.). *The developmental course of marital dysfunction* (S. 279-311). Cambridge: Cambridge University Press.
- Bradbury, T.N. & Fincham, F.D. (1987). Assessment of affect in marriage. In K.D. O'Leary. (Ed.) *Assessment of marital discord* (S. 59-108). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Bradbury, Th.N. & Fincham, F.D. (1988). Individual difference variables in close relationships: A contextual model of marriage as an integrative framework. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, S. 713-721.
- Bradbury, Th.N. & Fincham, F.D. (1990). Attributions in marriage: Review and critique. *Psychological Bulletin*, 107, S. 3-33.
- Bradbury, Th.N., Fincham, F.D. & Beach, S.R.H. (2000). Research on the nature and determinants of marital satisfaction: A decade in review. *Journal of Marriage and the Family*, 62, S. 964-980.
- Bradbury, Th.N. & Karney, B.R. (1998). Längsschnittuntersuchungen zum Verlauf partnerschaftlicher Beziehungen. In K. Hahlweg, D.H. Baucom, R. Bastine & H.J. Markman. (Hrsg.). *Prävention von Trennung und Scheidung - Internationale Ansätze zur Prädiktion und Prävention von Beziehungsstörungen* (S. 67-82). Stuttgart: Kohlhammer.
- Brandstädter, J. (1993). Strukturelle Implikationen und empirische Hypothesen in handlungs-, emotions- und moralpsychologischen Forschungsprogrammen: Wechselbeziehungen und Verwechslungen. In E.D. Lantermann & L.H. Eckensberger (Hrsg.). *Ethische Norm und empirische Hypothese* (S. 252-264). Frankfurt/M.: Suhrkamp (stw).
- Braukhaus, Ch., Saßmann, H., Hahlweg, K. (2000). Erfolgsbedingungen von Partnerschaften. In P. Kaiser. (Hrsg.). *Partnerschaft und Paartherapie* (S. 173-190). Göttingen: Hogrefe.
- Braukhaus, Ch. & Hahlweg, K. (2000). Prävention von Beziehungsstörungen – Ein Konzept. In S.K.G. Sulz (Hrsg.). *Paartherapien: Von unglücklichen Verstrickungen zur befreiten Beziehung*. München: CIP-Medien.
- Brecht, B. (1967). Die sieben Sünden der Kleinbürger. In: *Gesammelte Werke*, Band 7, (S. 2858-2871). Frankfurt/M: Suhrkamp.
- Breuer, F. (1991). *Wissenschaftstheorie für Psychologen*. Münster: Aschendorff-Verlag.
- Bühl, A. & Zöfel, P. (2000). *SPSS Version 10. Einführung in die moderne Datenanalyse unter Windows*. München: Addison Wesley.
- Burman, B. & Margolin, G. (1992). Analysis of the association between marital relationships and health problems: An interactional perspective. *Psychological Bulletin*, 112, S. 39-63.

- Buss, D.M. (1989). Conflict between the sexes: strategic interference and the evocation of anger and upset. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, S. 735-747.
- Buss, D.M. (1991). Conflict in married couples: Personality predictors of anger and upset. *Journal of Personality*, 59, S. 663-688.
- Cahn, D.D. (1992). *Conflict in intimate relationships*. New York: Guilford.
- Campbell, A. (1995). *Zornige Frauen - wütende Männer*. Frankfurt/M.: Fischer.
- Canary, D.J., Spitzberg, B.H. & Semic, B.A. (1998). The experience and expression of anger in interpersonal settings. In P.A. Andersen & L.K. Guerrero (Eds.). *Handbook of communication and emotion* (S. 191-215). San Diego: Academic Press.
- Carpenter, S. & Halberstadt, A.G. (1996). What makes people angry? Laypersons' and psychologists' categorisations of anger in the family. *Cognition and Emotion*, 10, S. 627-656.
- Carrère, S. & Gottman, J.M. (1999). Predicting divorce among newlyweds from the first the minutes of a marital conflict discussion. *Family Process*, 38, S. 293-301.
- Carrère, S., Buehlmann, K.T., Gottman, J.M., Coan, J.A., Ruckstuhl, L. (2000). Predicting marital stability and divorce in newlywed couples. *Journal of Family Psychology*, 14, S. 42-58.
- Caughlin, J.P. & Vangelisti, A.L. (2000). An individual difference explanation of why married couples engage in the demand withdraw pattern of conflict. *Journal of Social and Personal Relationships*, 17, S. 523-551.
- Christensen, A. (1988). Dysfunktional interactional pattern in couples. In P. Noller & M.A. Fitzpatrick (Eds.). *Perspectives in marital interaction* (S. 31-52). Clevedon Avon England: Multilingual Matters.
- Christensen, A. & Shenk, J.L. (1991). Communication, conflict, and psychological distance in nondistressed, clinic, and divorcing couples. *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 59, S. 458-463.
- Christensen, A. & Pasch, L. (1993). The sequence of marital conflict: An analysis of seven phases of marital conflict in distressed and nondistressed couples. *Clinical Psychology Review*, 13, S. 3-14.
- Christensen A. & Walczynski, P.T. (1997). Conflict and satisfaction in couples. In R.J. Sternberg & M. Hojjat (Eds.). *Satisfaction in close relationships* (S. 249-273). New York: Guilford Press.
- Clark, M.S., Pataki, S.P. & Carver, V.H. (1996). Some thoughts and findings on self-presentation of emotions in relationships. In G.J.O. Fletcher & J. Fitness (Eds.). *Knowledge structures in close relationships: A social psychological approach* (S. 247-274). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Clore, G.L., Ortony, A., Dienes, B. & Fujita, F. (1993). Where does anger dwell? In R.W. Wyer & T.K. Srull (Eds.). *Perspectives on anger and emotion* (S. 57-88). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Cohan, C.L. & Bradbury, Th.N. (1997). Negative life events, marital interaction, and the longitudinal course of newlywed marriage. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, S. 114-128.
- Collins (1992). *English Dictionary* (third edition). Glasgow: Harper.
- Deaux, K. (1984). From individual differences to social categories: Analysis of a decade's research on gender. *American Psychologist*, 39, S. 105-116.
- De Rivera, J. (1981). The structure of anger. In J. De Rivera (Ed.). *Conceptual encounter. A method for the exploration of human experience* (S. 35-83). Washington: University Press of America
- De Sousa, R. (1997). *Die Rationalität des Gefühls*. Frankfurt/M.: Suhrkamp.

- Deffenbacher, J.L. (1993). Grundlagen der therapeutischen Intervention bei Ärger. In M.M. Müller (Hrsg.). *Psychophysiologische Risikofaktoren bei Herz-/Kreislauferkrankungen. Grundlagen und Therapie* (S. 289-308). Göttingen: Hogrefe.
- Deffenbacher, J.L. (1999). Cognitive-behavioral conceptualization and treatment of anger. *Journal of Clinical Psychology, 55*, S. 295-309.
- Deffenbacher, J.L., Oetting, E.R., Thwaites, G.A., Lynch, R.S., Baker, D.A., Stark, R.S., Thacker, S. & Eiswerth-Cox, L. (1996). State-trait anger theory and the utility of the trait anger scale. *Journal of Counseling Psychology, 43*, S. 131-148.
- Diehl, J.M. & Arbinger, R. (1992). *Einführung in die Inferenzstatistik (2. Aufl.)*. Eschborn: Verlag Dietmar Klotz.
- Diehl, J.M. & Staufenbiel, Th. (2001). *Statistik mit SPSS. Version 10.0*. Eschborn: Dietmar Klotz Verlag.
- Dietzen, A. (1993). *Soziales Geschlecht. Soziale, kulturelle und symbolische Dimensionen des Gender-Konzepts*. Opladen: Westdeutscher Verlag.
- Donohue, W. & Kolt, R. (1992). *Managing interpersonal conflict*. Newbury Park, CA: Sage Publications, Inc.
- Dusi, D. (1998). *Ärgerbewältigung. Evaluation eines Ärgerbewältigungstrainings für Klinische Gruppen (ÄBT-KG) im stationären Kontext*. Frankfurt/M.: Peter Lang.
- Eckhardt, Ch. & Deffenbacher, J.L. (1995). Diagnosis of anger disorders. In H. Kassirer (Ed.). *Anger disorders: Definition, diagnosis and treatment* (S. 27-47). Washington, DC: Taylor & Francis
- Eckhardt, Ch.I., Barbour, K.A. & Stuart, G.L. (1997). Anger and hostility in maritally violent men: Conceptual distinctions, measurements issues and literature review. *Clinical Psychology Review, 17*, S. 333-358.
- Ekman, P. (1988). *Gesichtsausdruck und Gefühl*. Paderborn: Jungfermann
- Ekman, P. & Davidson, R.J. (1994). *The nature of emotion. Fundamental questions*. New York/Oxford: Oxford University Press.
- Ellis, A. (1976). Techniques of handling anger in marriage. *Journal of Marriage and Family Counseling, 2*, S. 305-315.
- Ellis, A. (1977). *How to live with and without anger*. New York: Reader's Digest Press.
- Enright, R.D. & Fitzgibbons, R.P. (2000). *Helping clients forgive: An empirical guide for resolving anger and restoring hope*. Washington DC: American Psychological Association.
- Epstein, N., Baucom, D.H. & Rankin, L.A. (1993). Treatment of marital conflict: A cognitive-behavioral approach. *Clinical Psychology Review, 13*, S. 45-57.
- Erb, E. (1997). Gegenstands- und Problemkonstitutierung: Subjekt-Modelle (in) der Psychologie. In N. Groeben (Hrsg.). *Zur Programmatik einer sozialwissenschaftlichen Psychologie. Methodoretische Perspektiven. Band 1; 1. Halbband: Gegenstandsverständnis, Menschenbilder, Methodologie und Ethik* (S. 139-240). Münster: Aschendorff-Verlag
- Feeney, J.A., Peterson, C. & Noller, P. (1994). Equity and marital satisfaction over the family life cycle. *Personal Relationships, 1*, 83-99.
- Feeney, J.A., Noller, P. & Roberts, N. (1998). Emotion, attachment, and satisfaction in close relationships. In P.A. Andersen & L.K. Guerrero (Eds.). *Handbook of communication and emotion* (S. 474-509). San Diego: Academic Press.
- Fehm-Wolfsdorf, G., Groth, Th., Kaiser, A. & Hahlweg, K. (1998). Partnerschaft und Gesundheit. In K. Hahlweg, D.H. Baucom, R. Bastine & H.J. Markman. (Hrsg.). *Prävention von Trennung und Scheidung - Internationale Ansätze zur Prädiktion und Prävention von Beziehungsstörungen* (S. 261-272). Stuttgart: Kohlhammer.



- Fehr, B. & Baldwin, M. (1996). Prototype and script analyses of laypeople's knowledge of anger. In G.J.O. Fletcher & J. Fitness (Eds.). *Knowledge structures in close relationships: A social psychological approach* (S. 219-246). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Fehr, B., Baldwin, M., Collins, L., Patterson, S. & Benditt, R. (1999). Anger in close relationships: An interpersonal script analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 25, S. 299-312.
- Felser, G., Schmitz, U. & Brandstädter, J. (1998). Stabilität und Qualität von Partnerschaften: Risiken und Ressourcen. In K. Hahlweg, D.H. Baucom, R. Bastine & H.J. Markman. (Hrsg.). *Prävention von Trennung und Scheidung - Internationale Ansätze zur Prädiktion und Prävention von Beziehungsstörungen* (S. 83-104). Stuttgart: Kohlhammer.
- Fichten, W. (1992a). Probleme und Ergebnisse der Ärgerforschung. In U. Mees (Hrsg.). *Psychologie des Ärgers* (S. 88-114). Göttingen: Hogrefe.
- Fichten, W. (1992b). Ärger und Normwandel. In U. Mees (Hrsg.). *Psychologie des Ärgers* (S. 158-171). Göttingen: Hogrefe.
- Fichten, W. (1992c). Bewältigung und Therapie von Ärger. In U. Mees (Hrsg.). *Psychologie des Ärgers* (S. 219-284). Göttingen: Hogrefe.
- Fichtner, J. (1954). Der Zorn des Menschen und der Zorn Gottes im alten Testament. *Theologisches Wörterbuch zum Neuen Testament* (S. 392-410). Stuttgart: Kohlhammer.
- Fincham, F.D. (2001). Attributions in close relationships: From balkanization to integration. In G.J.O. Fletcher & M.S. Clark (Eds.). *Blackwell Handbook of Social Psychology: Interpersonal Processes* (S. 3-31) Oxford: Blackwell Publishers.
- Fincham, F.D., Beach, S.R.H. & Kemp-Fincham, S.I. (1997). Marital quality: A new theoretical perspective. In Sternberg, R.J. & Hojjat, M. (Eds.). *Satisfaction in close relationships* (S. 275-305). New York: Guilford Press.
- Fincham, F.D. & Beach, S.R.H. (1999). Conflict in marriage: Implications for working with couples. *Annual Review of Psychology*, 50, S. 47-77.
- Fincham, F.D. & Bradbury, T.N. (1985). Attribution process in distress and nondistress couples: Responsibility for marital problems. *Journal of Abnormal Psychology*, 94, S. 183-190.
- Fincham, F.D. & Bradbury, T.N. (1990). Cognition in marriage. In F.D. Fincham & T.N. Bradbury (Eds.). *The psychology of marriage. Basic issues and applications* (S. 118-149). New York: Guilford Press.
- Fincham, F.D. & Bradbury, T.N. (1992). Assessing attributions in marriage: The relationship attribution measure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62, S. 457-468.
- Fincham, F.D., Bradbury, T.N. & Grych, J.H. (1990). Conflict in close relationships: The role of intrapersonal phenomena. In S. Graham & V.S. Folkes (Eds.). *Attribution theory: Applications to achievement, mental health, and interpersonal conflict* (S. 161-184). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum
- Fincham, F.D., Harold, G.T., & Gano-Philipps, S. (2000). The longitudinal association between attributions and marital satisfaction: Directions of effects and role of efficacy expectations. *Journal of Family Psychology*, 14, 267-285.
- Fincham, F.D. & Linfield, K.J. (1997). A new look at marital quality: Can spouses feel positive and negative about their marriage? *Journal of Family Psychology*, 11, S. 489-502.
- Fink-Eitel, H. & Lohmann, G. (1993). *Zur Philosophie der Gefühle*. Frankfurt/M.: Suhrkamp (stw).
- Fitness, J. (1996). Emotion knowledge structures in close relationships. In G.J.O. Fletcher & J. Fitness (Eds.). *Knowledge structures in close relationships: A social psychological approach* (S. 195-218). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum

- Fitness, J. & Fletcher, G.J.O. (1993). Love, hate, anger and jealousy in close relationships: A prototype and cognitive appraisal analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65, S. 942-958.
- Fitness, J. & Strongman, K. (1991). Affect in close relationships. In G.J.O. Fletcher & F.D. Fincham (Eds.). *Cognition in close relationships* (S. 175-202). Hillsdale: Erlbaum
- Fitzgibbons, R.P. (1986). The cognitive and emotive uses of forgiveness in the treatment of anger. *Psychotherapy*, 23, S. 629-633.
- Fletcher, G.J.O. & Fincham, F.D. (1991). Attribution processes in close relationships. In G.J.O. Fletcher & F.D. Fincham (Eds.). *Cognition in close relationships* (S. 7-36). Hillsdale: Erlbaum.
- Fletcher, G.J.O. & Fitness, J. (1990). Occurrent social cognition in close relationship interaction: The role of proximal and distal variables. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, S. 464-474.
- Fletcher, G.J.O. & Fitness, J. (1996). *Knowledge structures in close relationships: A social psychology approach*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Fletcher, G.J.O., Fitness, J. & Blampied, N.M. (1990). The link between attribution and happiness in close relationships: The roles of depression and explanatory style. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 9, S. 243-255.
- Fletcher, G.J.O., Rosanowski, J. & Fitness, J. (1994). Automatic processing in intimate contexts: The role of close relationship beliefs. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, S. 888-897.
- Fletcher, G.J.O. & Thomas, G. (1996). Close relationship lay theories: Their structure and function. In G.J.O. Fletcher & J. Fitness (Eds.). *Knowledge structures in close relationships: A social psychological approach* (S. 3-24). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Fletcher, G.J.O. & Thomas, G. (2000). Behavior and on-lone cognitions in marital interaction. *Personal Relationships*, 7, 111-130.
- Fletcher, G.J.O., Simpson, J.A., Thomas, G. & Giles, L. (1999). Ideals in intimate relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 26, S. 72-89.
- Fletcher, G.J.O., Simpson, J.A. & Thomas, G. (2000). The measurement of perceived relationship components: A confirmatory factor analytic approach. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26, S. 340-354.
- Friedman, H.S., (1992). *Hostility, coping, and health*. Washington, D.C.: American Psychology Association.
- Frijda, N.H. (1986). *The emotions*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Frijda, N.H. (1987). Emotion, cognitive structure, and action tendency. *Cognition and Emotion*, 1, S. 115-143.
- Frijda, N.H. (1993a). Appraisal and beyond. *Cognition and Emotion*, 7, S. 225-231.
- Frijda, N.H. (1993b). The place of appraisal in emotion. *Cognition and Emotion*, 7, S. 357-387.
- Frijda, N.H., Kuiper, P. & ter Schure. E. (1989). Relations among emotion, appraisal, and emotional action readiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, S. 212-228.
- Frost, W.D. & Averill, J.R. (1982). Differences between man and women in the everyday experience of anger. In J.R. Averill (Hrsg.). *Anger and aggression: An essay on emotion* (S. 281-316). New York: Springer.
- Hank, G., Hahlweg, K. & Klann, N. (1990). *Diagnostische Verfahren für Berater*. Weinheim: Beltz.
- Gottman, J.M. (1979). *Marital interaction. Experimental investigations*. New York: Academic Press.
- Gottman, J.M. (1993). Studying emotion in social interaction. In M. Lewis & J. Haviland (Eds.). *Handbook of Emotion* (S. 475-487). New York: Guilford Press

- Gottman, J.M. (1994). *What predicts divorce?*. Hillsdale: Erlbaum.
- Gottman, J.M. (1994b). An agenda for marital therapy. In S.M. Johnson & L.S. Greenberg (Eds.). *The heart of the matter. Perspectives on emotion in marital therapy* (S. 256-296). New York: Brunner/Mazel.
- Gottman, J.M. (1998). Psychology and the study of marital process. *Annual Review of Psychology*, 49, S. 169-197.
- Gottman, J.M., Coan, J., Carrère, S. & Swanson, C. (1998). Predicting marital happiness and stability from newlywed interactions. *Journal of Marriage and the Family*, 60, S. 5-22.
- Gottman, J.M., Carrère, S. & Swanson, C. & Coan, J., (2000). Reply to „From basic research to intervention“. *Journal of Marriage and the Family*, 62, S. 265-273.
- Gottman, J.M. & Krokoff, L.J. (1989). Marital interaction and satisfaction: A longitudinal view. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 57, S. 47-52.
- Gottman, J.M. & Levenson, R.W. (1986). Assessing the role of emotion in marriage. *Behavioral Assessment*, 8, S. 31-48.
- Gottman, J.M. & Levenson, R.W. (1992). Marital process of later dissolution. Behavior, physiology, and health. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 63, S. 221-233.
- Gottman, J.M. & Levenson, R.W. (1999). Rebound from marital conflict and divorce prediction. *Family Process*, 38, S. 287-292.
- Gottman, J.M. & Levenson, R.W. (1999). Dysfunctional marital conflict: Women are being unfairly blamed. *Journal of Divorce & Remarriage*, 31, S. 1-16.
- Gottman, J.M. & Levenson, R.W. (2000). The timing of divorce: Predicting when a couple will divorce over a 14-Year period. *Journal of Marriage and the Family*, 62, S. 737-745.
- Gottman, J.H. & Notarius, C.I. (2000). Decade Review: Observing marital interaction. *Journal of Marriage and the Family*, 62, 927-947.
- Gottman, J.M. & Silver, N. (2000). *Die 7 Geheimnisse der glücklichen Ehe*. München: Econ.
- Grau, I. (1997). Equity in der Partnerschaft: Meßprobleme und Ursachen für Ungerechtigkeit. In E.H. Witte (Hrsg.). *Sozialpsychologie der Paarbeziehungen* (S. 92-113). Lengerich: Pabst Science Publisher.
- Greenberg, L.S. & Safran, J.D. (1984). Integrating affect and cognition: A perspective on the process of therapeutic change. *Cognitive Therapie and Research*, 8, S. 559-578.
- Greenberg, L.S. & Safran, J.D. (1987). *Emotion in psychotherapy: Affect, cognition and the process of change*. New York: Guilford Press.
- Greenberg, L.S., Rice, L.N. & Elliot, R. (1993). *Facilitating emotional change. The moment by moment process*. New York: Guilford Press.
- Greenberg, L.S. & Paivio, S.C. (1997). *Working with emotions in psychotherapy*. New York: Guilford Press.
- Greenberg, L. (2000). Von der Kognition zur Emotion in der Psychotherapie. In S.K.G. Sulz & G. Lenz (Hrsg.). *Von der Kognition zur Emotion. Psychotherapie mit Gefühlen* (S. 77-110). München: CiP-Medien.
- Grimm, J. & Grimm, W. (1984). *Deutsches Wörterbuch*. München: dtv.
- Groeben, N. (1986). *Handeln, Tun, Verhalten als Einheiten einer verstehend-erklärenden Psychologie*. Tübingen: Francke.
- Groeben, N. (1992). Die Inhalts-Struktur-Trennung als konstantes Dialog-Konsens-Prinzip?! In B. Scheele (Hrsg.). *Struktur-Lege-Verfahren als Dialog-Konsens-Methodik. Ein Zwischenfazit zur Forschungsentwicklung bei der rekonstruktiven Erhebung Subjektiver Theorien* (S. 42-89). Münster: Aschendorff.
- Groeben, N. (1997). *Zur Programmatik einer sozialwissenschaftlichen Psychologie. Metatheoretische Perspektiven. Band 1; 1. Halbband: Gegenstandsverständnis, Menschenbilder, Methodologie und Ethik*. Münster: Aschendorff.

- Groeben, N. (1999). Die metatheoretischen Merkmale einer sozialwissenschaftlichen Psychologie. In N. Groeben (Hrsg.). *Zur Programmatik einer sozialwissenschaftlichen Psychologie. Metatheroretische Perspektiven. Band 1; 2. Halbband: Theoriehistorie, Praxisrelevanz, Interdisziplinarität, Methodenintegration* (S. 311-404). Münster: Aschendorff-Verlag.
- Groeben, N. & Rustemeyer. (1995). Inhaltsanalyse. In E. König & P. Zedler (Hrsg.). *Bilanz qualitativer Methoden. Band II: Methoden* (S. 523-554). Weinheim: Beltz.
- Groeben, N. & Scheele, B. (2000). Dialog-Konsens-Methodik im Forschungsprogramm Subjektive Theorien. *Forum Qualitative Sozialforschung / Forum: Qualitative Social Research* [On-line Journal], 1(2). <http://qualitative-research.net/fqs/fqs-d/2-00groebenscheele-d.htm>. (Zugriff: März 2001).
- Groeben, N., Wahl, D., Schlee, J. & Scheele, B. (1988). *Das Forschungsprogramm Subjektive Theorien. Eine Einführung in die Psychologie des reflexiven Subjekts*. Tübingen: Francke.
- Guerrero, L. K., Andersen, P. A. (2000). Emotion in close relationships. In C. Hendrick & S.S. Hendrick (Eds.). *Close relationships. A Sourcebook* (S. 171-184). Thousand Oaks: Sage.
- Guerrero, L. K., Andersen, P. A. & Trost, M.R. (1998). Communication and emotion: Basic concepts and approaches. In P.A. Andersen & L.K. Guerrero (Eds.). *Handbook of Communication and Emotion* (S. 3-27). San Diego: Academic Press.
- Guthrie, D.M. & Noller, P. (1988). Married couples' perceptions of one another in emotional situations. In P. Noller & M.A. Fitzpatrick (Eds.). *Perspectives in marital interaction* (S. 153-181). Cleveland & Philadelphia: Multilingual Matters
- Habermas, J. (1983). *Moralbewußtsein und kommunikatives Handeln*. Frankfurt/M.: Suhrkamp (stw).
- Hahlweg, K. (1986). *Partnerschaftliche Interaktion*. München: Gerhard Röttger Verlag.
- Hahlweg, K. (1991). Störung und Auflösung von Beziehungen: Determinanten der Ehequalität und -stabilität. In M. Amelang, H.-J. Ahrens, & H. Bierhoff (Hrsg.). *Partnerwahl und Partnerschaft* (S. 117-152). Göttingen: Hogrefe.
- Hahlweg, K. (1996). Interaktionelle Aspekte psychischer Störungen. In A. Ehlers & K. Hahlweg (Hrsg.). *Enzyklopädie der Psychologie. Grundlagen der Klinischen Psychologie*. Bd. 1. (S. 585-648). Göttingen: Hogrefe.
- Hahlweg, K. (1996). *Fragebogen zur Partnerschaftsdiagnostik*. Göttingen: Hogrefe.
- Hahlweg, K., Klann, N. & Hank, G. (1992). Zur Erfassung der Ehequalität: Ein Vergleich der „Dyadic Adjustment Scale“ (DAS) und des „Partnerschaftsfragebogens“ (PFB). *Diagnostica*, 38, S. 312-327.
- Hahlweg, K., Baucom, D.H., Bastine, R. & Markman, H.J. (1998). *Prävention von Trennung und Scheidung - Internationale Ansätze zur Prädiktion und Prävention von Beziehungsstörungen*. Stuttgart: Kohlhammer.
- Halford, W.K. (1998). The ongoing evolution of behavioral couples therapy: Retrospect and Prospect. *Clinical Psychology Review*, 18, S. 613-634.
- Halford, W.K. & Bouma, R. (1997). Individual psychopathology and marital distress. In W.K. Halford & H.J. Markman (Eds.). *Clinical handbook of marriage and couples intervention* (S. 291-322). Chichester: Wiley & Sons.
- Hamm, A. (1995). Zur Psychophysiologie der Gefühle. In H. Petzold (Hrsg.). *Die Wiederentdeckung der Gefühle. Emotionen in der Psychotherapie und der menschlichen Entwicklung* (S. 83-118). Paderborn: Junfermann
- Harris, M.B. (1992). Beliefs about how to reduce anger. *Psychological Reports*, 70, S. 203-210.
- Hassebrauck, M. (1995). Kognitionen von Beziehungsqualität: Eine Prototypenanalyse. *Zeitschrift für Sozialpsychologie*, 26, S. 160-172.

- Heavey, C.L., Layne, C. & Christensen, A. (1993). Gender and conflict structure in marital interaction: A replication and extension. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61, S. 16-27.
- Heekerens, H.-P. (2000). Die Emotions-Fokussierte Paartherapie. In P. Kaiser. (Hrsg.). *Partnerschaft und Paartherapie* (S. 323-338). Göttingen: Hogrefe.
- Heider, F. (1977). *Psychologie der interpersonalen Beziehungen*. Stuttgart: Klett.
- Hochschild, A.R. (1979). Emotion work, feeling rules, and social structure. *American Journal of Sociology*, 85, S. 551-575.
- Hochschild, A.R. (1990). *Das gekaufte Herz. Zur Kommerzialisierung der Gefühle*. Frankfurt: Campus.
- Hodapp, V. (2000). Ärger. In J.H. Otto, H.A. Euler & H. Mandl (Hrsg.). *Emotionspsychologie. Ein Handbuch* (199-208). Weinheim: Beltz.
- Hodapp, V., Bongard, S., Heinrichs, A. & Oltmanns, K. (1993). Theorie und Messung der Ärgeremotion: Ein experimenteller Ansatz. In V. Hodapp & P. Schwenkmezger (Hrsg.). *Ärger und Ärgerausdruck* (S. 11-34). Bern: Huber
- Hodapp, V. & Schwenkmezger, P. (1993). *Ärger und Ärgerausdruck*. Bern: Huber.
- Hojjat, M. (2000). Sex differences and perceptions of conflict in romantic relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 17, S. 598-617.
- Holmes, J.G. & Murray, S.L. (1996). Conflict in close relationships. In E.T. Higgins & A. Kruglanski (Eds.), *Social Psychology: Handbook of basic principles* (S. 622-654). New York: Guilford Press.
- Homans, G.C. (1968). *Elementarformen sozialen Verhaltens*. Opladen: Westdeutscher Verlag.
- Hoser, K., Schmitt, M. & Schwenkmezger, P. (1993). Verantwortlichkeit und Ärger. In V. Hodapp & P. Schwenkmezger (Hrsg.). *Ärger und Ärgerausdruck* (S. 143-168). Bern: Huber.
- Huston, T.L. & Vangelisti, A.L. (1991). Socioemotional behavior and satisfaction in marital relationships: A longitudinal study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, S. 721-733.
- Holt, R.R. (1970). On the interpersonal and intrapersonal consequences of expressing or not expressing anger. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 35, S. 8-12.
- Johnson, S.M. (1996). *Practice of Emotionally Focused Marital Therapy*. New York: Brunner/Mazel.
- Johnson, S.M. & Greenberg, L.S. (1994). Emotion in intimate relationships: Theory and implications for therapy. In S.M. Johnson & L.S. Greenberg (Eds.). *The heart of the matter. Perspectives on emotion in marital therapy* (S. 3-22). New York: Brunner/Mazel.
- Johnson, S.M. & Greenberg, L.S. (1994). *The heart of the matter. Perspectives on emotion in marital therapy*. New York: Brunner/Mazel.
- Julien, D., Arellano, Ch. & Turgeon, L. (1997). Gender issues in heterosexual, gay and lesbian couples. In W.K. Halford & H.J. Markman (Eds.). *Clinical handbook of marriage and couples intervention* (S. 107-128). Chichester: Wiley & Sons.
- Jung, C.G. (1990). *Antwort auf Hiob* (Original erschienen 1952). München: dtv.
- Kämmerer, A. (2001). Weibliches Geschlecht und psychische Störung – Epidemiologische, diagnostische und ätiologische Überlegungen. In A. Franke, & A. Kämmerer (Hrsg.). *Klinische Psychologie der Frau. Ein Lehrbuch* (S. 51-91). Göttingen: Hogrefe.
- Kaiser, P. (2000). *Partnerschaft und Paartherapie*. Göttingen: Hogrefe.
- Karney, B.R. & Bradbury, T.N. (1995). The longitudinal course of marital quality and stability: A review of theory, method, and research. *Psychological Bulletin*, 118, S. 3-34.
- Karney, B.R. & Bradbury, Th.N. (1997). Neuroticism, marital interaction and the trajectory of marital satisfaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 72, 1075-1092.

- Karney, B.R., Bradbury, T.N., Fincham, F.D. & Sullivan, K.T. (1994). The role of negative affectivity in the association between attributions and marital satisfaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66, S. 413-424.
- Karney, B.R. & Bradbury, Th.N. (2000). Attributions in Marriage: State or trait? A growth curve analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, 295-309.
- Karney, B.R., McNulty, J.K. & Bradbury, Th.N. (2001). Cognition and the development of close relationships. In G.J.O. Fletcher & M.S. Clark (Eds.). *Blackwell Handbook of Social Psychology: Interpersonal Processes* (S. 32-59) Oxford: Blackwell Publishers.
- Kassinove, H. (1995). *Anger disorders: Definition, diagnosis and treatment*. Washington, D.C.: Taylor & Francis.
- Kemp, S. & Strongman, K.T. (1995). Anger theory and management: A historical analysis. *American Journal of Psychology*, 108, S. 397-417.
- Kerig, P.K. (1996). Assessing the links between interparental conflicts and child adjustment: The conflicts and problem-solving scales. *Journal of Family Psychology*, 10, S. 454-473.
- Klein, R.C.A. & Johnson, M.P. (1997). Strategies of couple conflict. In S. Duck (Eds.). *Handbook of Personal Relationships. Theory, Research and Interventions* (S. 469-486). (2nd. Edition). Chichester: Wiley & Sons.
- Klinetob, N.A. & Smith, D.A. (1996). Demand-withdraw communication in marital interaction: Test of interspousal contingency and gender role hypotheses. *Journal of Marriage and the Family*, 58, S. 945-957.
- Koch, E. (2001). *Über die angemessene Verwendung der alpha-Adjustierung*. Kölner Psychologische Studien, 4, Heft 1, S. 31-42.
- Kövecses, Z. (1990). *Emotion concepts*. New York: Springer Verlag.
- Kohut, H. (1975). Überlegungen zum Narzißmus und zur narzißtischen Wut. In H. Kohut. *Die Zukunft der Psychoanalyse* (S. 205-251). Frankfurt/M.: Suhrkamp (stw).
- Kopper, B.A. & Epperson, D.L. (1996). The experience and expression of anger: Relationships with gender, gender role, socialisation, depression, and mental health functioning. *Journal of Counseling Psychology*, 43, S. 158-165.
- Krause, R. (1997). *Allgemeine psychoanalytische Neurosenlehre*. Stuttgart: Kohlhammer.
- Kring, A.M. (2000). Gender and anger. In A.H. Fischer (Ed). *Gender and emotion: Social psychological perspectives*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Kurdek, L.A. (1994). Conflict resolution styles in gay, lesbian, heterosexual nonparent, and heterosexual parent couples. *Journal of Marriage and the Family*, 56, S. 705-722.
- Kurdek, L.A. (1995). Predicting change in marital satisfaction from husbands' and wives' conflict resolution styles. *Journal of marriage and the family* 57, S. 153-164.
- Kurdek, L.A. (1998a). Developmental changes in marital satisfaction: A 6-year prospective longitudinal study of newlywed couples. In Th.N. Bradbury (Eds). *The developmental course of marital dysfunction* (S. 180-204). Cambridge: Cambridge University Press.
- Kurdek, L.A. (1998b). Relationship outcomes and their predictors: Longitudinal evidence from heterosexual married, gay cohabiting, and lesbian cohabiting couples. *Journal of Marriage and the Family*, 60, S. 553-568.
- Kutter, P. (1994). *Liebe, Haß, Neid, Eifersucht. Eine Psychoanalyse der Leidenschaften*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Laucken, U. (1989). *Denkformen der Psychologie. Dargestellt am Entwurf einer Logographie der Gefühle*. Bern: Huber.
- Laucken, U. & Mees, U. (1987). *Logographie alltäglichen Lebens. Leid, Schuld und Recht in Beschwerdebriefen über Lärm*. Oldenburg: Holzberg.
- Laux, L. & Weber, H. (1990). Bewältigung von Emotionen. In K.R. Scherer (Hrsg.). *Psychologie der Emotion. Enzyklopädie der Psychologie, Motivation und Emotion* Bd. III. (S. 560-629). Göttingen: Hogrefe.

- Laux, L. & Weber, H. (1993). *Emotionsbewältigung und Selbstdarstellung*. Stuttgart: Kohlhammer.
- Lazarus, R.S. (1991). *Emotion and adaptation*. Oxford: University Press.
- Lazarus, R.S. & Lazarus, B.N. (1994). *Passions and reasons. Making sense of our emotions*. Oxford: University Press.
- Lazarus, R.S. & Smith, C.A. (1988). Knowledge and appraisal in the cognition-emotion-relationship. *Cognition and Emotion*, 2, S. 281-300.
- Lee, J. & Scott, B. (1994). *Richtig wütend. Vom Umgang mit einem explosiven Gefühl*. München: Knauer.
- Lenk, H. (1994). *Von Deutungen zu Wertungen*. Frankfurt/M.: Suhrkamp (stw).
- Lerner, H. (1990). *Wohin mit meiner Wut?* Frankfurt/M.: Fischer.
- Lerner, M.J. & Mikula, G. (1994). *Entitlement and the affectional bond. Justice in close relationships*. New York: Plenum Press.
- Lersch, Ph. (1956). *Aufbau der Person*. München: J.A. Barth.
- Levenson, R.W., Carstensen, L. & Gottman, J.M. (1994). The influence of age and gender on affect, physiology, and their interrelations: A study of long-term marriages. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, S. 56-68.
- Lindahl, K.M., Malik, N.M. & Bradbury, Th.N. (1997). The developmental course of couples relationships. In W.K. Halford & H.J. Markman (Eds.). *Clinical handbook of marriage and couples intervention* (S. 203-224). Chichester: Wiley & Sons.
- Lösel, F. & Bender, D. (1998). Risiko- und Schutzfaktoren in der Entwicklung zufriedener und stabiler Ehen: Eine integrative Perspektive. In K. Hahlweg, D.H. Baucom, R. Bastine & H.J. Markman. (Hrsg.). *Prävention von Trennung und Scheidung - Internationale Ansätze zur Prädiktion und Prävention von Beziehungsstörungen* (S. 27-83). Stuttgart: Kohlhammer
- Maes, J. (1994). *Psychologische Überlegungen zu Rache*. (Bericht aus der Arbeitsgruppe „Verantwortung, Gerechtigkeit, Moral“, Nr. 76). Trier: Universität Trier, Fachbereich I - Psychologie.
- Maier, S.M., Koppetsch, C. & Burkart, G. (1996). Emotionen in Partnerschaften. *Zeitschrift für Frauenforschung*, 14, S. 129-149.
- Margolin, G. (1990). Marital conflict. In G.H. Brody & I.E. Sigel (Eds.). *Methods of family research*, Bd. 2. (S. 191-225). Hillsdale, NJ: Erlbaum
- Markman, H.J. (1979). The application of a behavioral model of marriage in predicting relationship satisfaction of couples planning marriage. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 47, 743-749.
- Markman, H.J. & Hahlweg, K. (1993). The prediction and prevention of marital distress: An international perspective. *Clinical Psychology Review*, 13, S. 29-43.
- Markman, H. J., Renick, M. J., Floyd, F. J., Stanley, S. M. & Clements, M. (1993). Preventing marital distress through communication and conflict management training: A 4- and 5-year follow-up. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61, S. 70-77.
- Mathews, A. & MacLoad, C. (1994). Cognitive approaches to emotion and emotional disorders. *Annual Review of Psychology*, 45, S. 25-50.
- Mayne, T.J. & Ambrose, T.K. (1999). Research review on anger in psychotherapy. *Journal of Clinical Psychology*, 55, S. 353-364.
- McCullough, M.E, Worthington, E.L. & Rachal, K.C. (1997). Interpersonal forgiving in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 321-336.
- Mees, U. (1985). Was meinen wir, wenn wir von Gefühlen reden? Zur psychologischen Textur von Emotionswörtern. *Sprache & Kognition*, 1, 2-20.
- Mees, U. (1991). *Die Struktur der Emotionen*. Göttingen: Hogrefe.

- Mees, U. (1992a). Die Struktur der Emotionen. In U. Mees (Hrsg.). *Psychologie des Ärgers* (S. 1-29). Göttingen: Hogrefe.
- Mees, U. (1992b). Ärger-, Vorwurf- und verwandte Emotionen. In U. Mees (Hrsg.) *Psychologie des Ärgers* (S. 30-87). Göttingen: Hogrefe
- Mertens, H.A. (1969). *Kleines Handbuch der Bibelkunde*. Düsseldorf: Patmos-Verlag.
- Mikula, G. (1992). Austausch und Gerechtigkeit in Freundschaften, Partnerschaften und Ehe: Ein Überblick über den aktuellen Forschungsstand. *Psychologische Rundschau*, 43, S. 69-82.
- Mikula, G. (1994). Perspective-related differences in interpretations of injustice by victims and victimizers. A test with close relationships. In M.L. Lerner & G. Mikula (Eds). *Entitlement and the affectional bond* (S. 175-203). New York: Plenum Press
- Mikula, G., Athenstaedt, U., Heimgartner, A & Heschgl, S. (1997). Perspektivendifferenzen bei der Beurteilung von Ungerechtigkeit in interpersonalen Beziehungen. In E.H. Witte (Hrsg.). *Sozialpsychologie der Paarbeziehungen* (S. 73-91). Lengerich: Pabst Science Publisher
- Mikulincer, M. (1998). Adult attachment style and individual differences in functional versus dysfunctional experiences of anger. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 513-524.
- Montada, L. (1989). Bildung der Gefühle? *Zeitschrift für Pädagogik*, 35, 293-312.
- Montada, L. (1993). Moralische Gefühle. In W. Edelstein, G. Nunner-Winkler & G. Noam (Hrsg.), *Moral und Person* (S. 259-277). Frankfurt: Suhrkamp Wissenschaft (stw).
- Montada, L. & Kals, E. (2001). *Mediation. Ein Lehrbuch für Psychologen und Juristen*. Weinheim: Beltz.
- Moore, B. (1987). *Ungerechtigkeit. Die sozialen Ursachen von Unterordnung und Widerstand*. Frankfurt: Suhrkamp (stw).
- Müller, Ch., Bongard, S., Heiligt, U. & Hodapp, V. (2001). Das State-Trait-Ärgerausdrucks-Inventar in der klinischen Anwendung: Reliabilität und faktorielle Validität. *Zeitschrift für Klinische Psychologie und Psychotherapie*, 20, 172-181.
- Müller, M.M. (1993). Machen negative Emotionen krank? Psychophysiologische Determinanten von Ärger und Ärgerverarbeitung und deren Einfluß auf die Entstehung von essentieller Hypertonie. In M.M. Müller (Hrsg.). *Psychophysiologische Risikofaktoren bei Herz-/Kreislaufkrankungen. Grundlagen und Therapie* (S. 13-36). Göttingen: Hogrefe.
- Neppl, R. & Boll, T. (1991). Analyse der Bedeutungsstrukturen alltagssprachlicher Emotionswörter. Grundzüge eines Verfahrens, exemplarische Anwendung, Implikationen für die Forschung zu spezifischen Emotionen. *Sprache und Kognition*, 10, 85-96.
- Noller, P., Beach, S. & Osgarby, S. (1997). Cognitive and affective process in marriage. In W.K. Halford & H.J. Markman (Eds.). *Clinical handbook of marriage and couples intervention* (S. 43-72). Chichester: Wiley & Sons.
- Noller, P., Feeney, J.A., Bonnell, D. & Callan, V.J. (1994). A longitudinal study of conflict in early marriage. *Journal of Social and Personal Relationships*, 11, S. 233-252.
- Noller, P. & Ruzzene, M. (1991). Communication in marriage: The influence of affect and cognition. In G.J.O. Fletcher & F.D. Fincham (Eds.). *Cognition in close relationships* (S. 203-233). Hillsdale: Erlbaum.
- Norcross, J.C. & Kobayashi, M. (1999). Treating anger in psychotherapy: Introduction and cases. *Journal of Clinical Psychology*, 55, S. 275-282.
- Notarius, C.I., Lashley, S.L. & Sullivan, D.J. (1997). Angry at your partner?: Think again! In R.J. Sternberg & M. Hojjat (Eds.). *Satisfaction in close relationships* (S. 219-247). New York: Guilford Press.
- Notarius & C.I. & Markman, H. (1996). *Wir können uns doch verstehen. Paare lernen mit Differenzen leben*. Reinbek/Hamburg: Rowohlt.



- Novaco, R.W. (1986). Anger as a clinical and social problem. In R.J. Blanchard & D.C. Blanchard (Eds.), *Advances in the study of aggression, Vol.2* (pp. 1-68). London: Academic Press.
- Novaco, R. (1993). Clinicians ought to view anger contextually. *Behaviour change, 10*, S. 208-218.
- Novaco, R.B. (1994). Anger as a risk factor for violence among the mentally disordered. In J. Monahan & H.J. Steadman (Eds.), *Violence and mental disorder: Developments in risk assessment* (S. 21-59). Chicago: University of Chicago Press
- Novaco, R.W. (1993). Ärger als streßbezogenes Gesundheitsproblem und seine Therapie. In M.M. Müller (Hrsg.) *Psychophysiologische Risikofaktoren bei Herz-/Kreislaufkrankungen. Grundlagen und Therapie* (S. 255-270). Göttingen: Hogrefe.
- Ornstein, P.H. (1999). Conceptualization and treatment of rage in self psychology. *Journal of Clinical Psychology, 55*, S. 283-294.
- Ortony, A., Clore, G.L. & Collins, A. (1988). The cognitive structure of emotions. Cambridge: University Press.
- Otto, J. (1992). Ärger, negative Emotionalität und koronare Herzkrankheit. In U. Mees (Hrsg.). *Psychologie des Ärgers* (S. 206-218). Göttingen: Hogrefe.
- Otto, J., Euler, H.A. & Mandl, H. (2000), (Hrsg.). *Emotionspsychologie. Ein Handbuch*. Weinheim: Beltz.
- Parkinson, B. & Totterdell, P. (1999). Classifying affect-regulation strategies. *Cognition and Emotion, 13*, 277-303.
- Patterson, G.R. & Reid, J.B. (1970). Reciprocity and coercion: Two facets of social systems. In C. Neuringer & J.L. Michael (Eds.), *Behavior modification in clinical psychology* (S. 133-177). New York: App. Century Crofts.
- Paivio, S.C. (1999). Experiential conceptualization and treatment of anger. *Journal of Clinical Psychology, 55*, S. 311-324.
- Planalp, S. & Fitness, J. (1999). Thinking/feeling about social and personal relationships. *Journal of Social and Personal Relationships, 16*, 731-750.
- Petzold, H. (1995). *Die Wiederentdeckung der Gefühle. Emotionen in der Psychotherapie und der menschlichen Entwicklung*. Paderborn: Junfermann.
- Power, M. & Dalgleish, T. (1997). *Cognition and emotion: From order to disorder*. Hove: Psychology Press.
- Prim, R. & Tilmann, H. (1983). *Grundlagen einer kritisch-rationalen Sozialwissenschaft (5. Auflage)*. Heidelberg: Quelle & Meyer.
- Rawls, J. (1979). *Eine Theorie der Gerechtigkeit*. Frankfurt: Suhrkamp (stw).
- Reichert, M. (1993). Eine situationsorientierte Analyse der Bewältigungseffizienz bei Ärger in Alltagsbelastungen. In V. Hodapp & P. Schwenkmezger (Hrsg.). *Ärger und Ärgerausdruck* (S. 227-252). Bern: Huber
- Reichle, B. (1998). Verantwortungszuschreibungen und Ungerechtigkeitserfahrungen in partnerschaftlichen Bewältigungsprozessen. In B. Reichle & M. Schmitt (Hrsg.). *Verantwortung, Gerechtigkeit und Moral* (S. 47-60). Weinheim: Juventa
- Retzinger, S.M. (1991). *Violent emotions. Shame and rage in marital quarrels*. Newbury Park: Sage.
- RGG. Die Religion in Geschichte und Gegenwart. Handwörterbuch für Theologie und Religionswissenschaft (1986). Bd. 6., *Zorn Gottes*. (3. neub. Auflage). Tübingen: Mohr.
- Roberts, L.J. (2000). Fire and ice in marital communication: Hostile and distancing behaviors as predictors of marital distress. *Journal of Marriage and the Family, 62*, S. 693-707.
- Robin, S. & Novaco, R.W. (1999). Systems conceptualisation and treatment of anger. *Journal of Clinical Psychology, 55*, S. 325-338.

- Römer, M. & Hahlweg, K. (1986). Inkonsistente Kommunikation in glücklichen und unglücklichen Paarbeziehungen. *Gruppendynamik*, 17, S. 385-398.
- Roseman, I. (1991). Appraisal determinants of discrete emotions. *Cognition and Emotion*, 5, 161-200.
- Roseman, I.J., Antoniou, A.A. & Jose, P.E. (1996). Appraisal determinants of emotions: Constructing a more accurate and comprehensive theory. *Cognition and Emotion*, 10, S. 241-277.
- Runge, Th.E., Frey, D., Gollwitzer, P.M., Helmreich, R.L. & Spence, J.T. (1981). Masculine (instrumental) and feminine (expressive) traits. A comparison between students in the United States and West Germany. *Journal of Cross-cultural Psychology*, 12, S. 142-162.
- Rusbult, C.E. (1983). A longitudinal test of the investment model: The development (and deterioration) of satisfaction and commitment in heterosexual involvements. *Journal of Personality and Social Psychology*, 45, S. 101-117.
- Rusbult, C.E., Yovetich, N.A. & Verette, J. (1996). An interdependence analysis of accommodation processes. In G.J.O. Fletcher & J. Fitness (Eds.). *Knowledge structures in close relationships* (S. 63-90). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum
- Russell, J.A. (1980). A circumplex model of affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39, S. 1161-1178.
- Russell, J.A. (1991). In defense of a prototype approach to emotion concepts. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60, S. 37-47.
- Russell, J.A. & Fehr, B. (1994). Fuzzy concepts in a fuzzy hierarchy: Varieties of anger. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, S. 186-205.
- Rustemeyer, R. (1992). *Praktisch-methodische Schritte der Inhaltsanalyse*. Münster: Aschendorff.
- Rustemeyer, R. (2001). Das Anlage-Umwelt Problem am Beispiel der Intelligenz- und Geschlechterforschung. In N. Groeben (Hrsg.) *Zur Programmatik einer sozialwissenschaftlichen Psychologie. Objekttheoretische Perspektiven* (S. 17-75), Band 2, 1. Halbband. Münster: Aschendorff.
- Salisch, M.v. (1996). Ärgerregulierung gegenüber Freunden, Vätern und Geschwistern. In E.H. Witte (Hrsg.). *Sozialpsychologie der Motivation und Emotion* (S. 183-205). Lengerich: Pabst Science Publishers.
- Salisch, M.v. & Pfeiffer, I. (1999). Ärgerregulierung in Freundschaften von Schulkindern – Entwicklung eines Fragebogens. *Diagnostica*, 44, S. 41-53.
- Sartre, J.-P. (1964). *Die Transzendenz des Ego. Drei Essays*. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt.
- Scheele, B. (1990). *Emotionen als bedürfnisrelevante Bewertungszustände. Grundriß einer epistemologischen Emotionstheorie*. Tübingen: Francke.
- Scheele, B. (1996a). Emotion-Reflexion-Rationalität. Grundpostulate einer epistemologischen Emotionstheorie. *Ethik und Sozialwissenschaften*, 7, Nr. 2/3, S. 283-297.
- Scheele, B. (1996b). Selbstkonzeptrelevantes Bewerten als 'bewußtes Erleben' von Emotionen. Plädoyer für ein hierarchisches Mehr-Komponenten-Modell. *Ethik und Sozialwissenschaften*, 7, Nr. 2/3, S. 351-360.
- Scheele, B. (1998). Psychologie der Geschlechterdifferenzen: Zwischen unbeantworteten Fragen und fragwürdigen Antworten. *Kölner Psychologische Studien*, 3, Heft 1, S. 23-60.
- Scheele, B. & Groeben, N. (1988). *Dialog-Konsens-Methoden zur Rekonstruktion Subjektiver Theorien*. Tübingen: Francke.
- Scheele, B., Groeben, N. & Christmann, U. (1990). Ein alltagssprachliches Struktur-Lege-Spiel als Flexibilisierungsversion der Dialog-Konsens-Methode. In B. Scheele (Hrsg.). *Struktur-Lege-Verfahren als Dialog-Konsens-Methodik. Ein Zwischenfazit zur Forschungsentwicklung bei der rekonstruktiven Erhebung Subjektiver Theorien* (S. 152-195). Münster: Aschendorff.

- Scherer, K.R. (1990). Theorien und aktuelle Probleme der Emotionspsychologie. In K.R. Scherer. *Psychologie der Emotionen. Enzyklopädie der Psychologie, Motivation und Emotion*, Bd. III. (S. 2-38). Göttingen: Hogrefe
- Scherer, K.R. (1993). Studying the emotion-antecedent appraisal process: An expert system approach. *Cognition and Emotion*, 7, S. 325-355.
- Scherer, K.R., Wallbott, H.G. & Summerfield, A. (1986). *Experiencing emotion: A cross-cultural study*. Cambridge: University Press.
- Schimmel, S. (1979). Anger and its control in graeco-roman and modern psychology. *Psychiatry*, 42, S. 320-337.
- Schindler, L., Hahlweg, K. & Revenstorf, D. (1998). *Partnerschaftsprobleme: Diagnose und Therapie (2. überarbeitete Auflage)*. Berlin: Springer.
- Schmaling, K.B. & Sher, T.G. (Hrsg.). (2000). *The psychology of couples and illness: Theory, research and practice*. Washington, DC: American Psychology Association.
- Schmidt-Atzert, L. (1996). *Lehrbuch der Emotionspsychologie*. Stuttgart: Kohlhammer.
- Schmitt, M., Hoser, K. & Schwenkmezger, P. (1991). Schadensverantwortlichkeit und Ärger. *Zeitschrift für experimentelle und angewandte Psychologie*, 38, S. 634-647.
- Schmitz, H. (1969). *System der Philosophie. Der Gefühlsraum. Praktische Philosophie*. Band 2. Bonn: Bouvier.
- Schmitz, H. (1973). *System der Philosophie. Der Rechtsraum. Praktische Philosophie*. Band 3. Bonn: Bouvier.
- Schmitz, H. (1995). Gefühle in philosophischer (neophänomenologischer) Sicht. In H. Petzold (Hrsg.) *Die Wiederentdeckung der Gefühle: Emotionen in der Psychotherapie und der menschlichen Entwicklung* (S. 47-82). Paderborn: Junfermann
- Schneewind, K.A, Graf, J. & Gerhard, A.-K. (2000). Entwicklung von Paarbeziehungen. In P. Kaiser (Hrsg.). *Partnerschaft und Paartherapie* (S. 97-111). Göttingen: Hogrefe
- Schneider, K. & Scherer, K.R. (1988). Motivation und Emotion. In K. Immelmann, K.R. Scherer, C. Vogel & P. Schmooch (Hrsg.). *Psychobiologie. Grundlagen des Verhaltens*. Stuttgart: Fischer & PVU
- Schreier, M. (1997). Die Aggregierung Subjektiver Theorien: Vorgehensweise, Probleme, Perspektiven. *Kölner Psychologische Studien. Beiträge zur natur-, kultur-, sozialwissenschaftlichen Psychologie II,1*, 37-71.
- Schütz, A. (1999). It was your fault! Self-serving biases in autobiographical accounts of conflicts in married couples. *Journal of Social and Personal Relationships*, 16, S. 193-208.
- Schütz, A., & Wiesner, Ch. (2000). Partnerschaft und Gesundheitszustand. In P. Kaiser (Hrsg.), *Partnerschaft und Paartherapie* (S. 193-218). Göttingen: Hogrefe
- Schwenkmezger, P. (1997). Ärger, Ärgerausdruck und Gesundheit. In R. Schwarzer (Hrsg.). *Gesundheitspsychologie* (S. 299-317). Göttingen: Hogrefe
- Schwenkmezger, P. & Hodapp, V. (1993). Theorie und Messung von Ärgerausdruck. In V. Hodapp & P. Schwenkmezger (Hrsg.). *Ärger und Ärgerausdruck* (S. 35-70). Bern: Huber.
- Schwenkmezger, P., Hodapp, V & Spielberger, Ch.D. (1992). *Das State-Trait-Ärgerausdrucks-Inventar (STAXI)*. Bern: Huber.
- Schwenkmezger, P., Steffgen, G. & Dusi, D. (1999). *Umgang mit Ärger*. Göttingen: Hogrefe.
- Selg, H. (1992). Ärger und Aggression. In U. Mees (Hrsg.). *Psychologie des Ärgers* (S. 190-205). Göttingen: Hogrefe.
- Seneca. De Ira - Über den Zorn. In Seneca: *Von der Ruhe der Seele und andere Essays*. (Übersetzt von Gerhard Fink, 1991) (S. 74-180). München: dtv/Artemis-Verlag.
- Shaver, Ph., Schwartz, J., Kirson, D. & O'Connor (1987). Emotion knowledge: Further exploration of a prototype approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, S. 1061-1086.

- Sher, T.G. & Weiss, R.L. (1991). Negativity in marital communication: Where's the beef? *Behavioral Assessment*, 13, 1-5.
- Smedslund, J., (1988). *Psycho-Logic*. Berlin: Springer.
- Smith, A. (1994). *Theorie der ethischen Gefühle* (Original erschienen 1759: Theory of moral resentments). Hamburg: Felix Meiner.
- Smith, C.A. & Lazarus, R.S. (1993). Appraisals components, core relational themes, and the emotions. *Cognition and Emotion*, 7, 233-269.
- Smith, D., Vivian, D. & O'Leary, K.D. (1991). The misnomer proposition: A critical reappraisal of the longitudinal status of „negativity“ in marital communication. *Behavioral Assessment*, 13, 7-24.
- Sommers, S. & Kosmitzki, C. (1988). Emotion and social context: An american-german comparison. *British Journal of Social Psychology*, 27, 35-49.
- Spanier, G.B. (1976). Measuring dyadic adjustment: New scales for assessing the quality of marriage and similar dyads. *Journal of Marriage and the family*, 2, S. 15-28.
- Spanier, G.B. (1988). Assessing the strengths of the Dyadic Adjustment Scale. *Journal of Family Psychology*, 2, S. 92-94.
- Spielberger, Ch.D. (1988). *State Trait Expression Inventory (STAXI)*. Professional Manual. Tampa, FL.: Psychological Assessment Resources.
- Spielberger, Ch.D., Reheiser, E.C. & Sydeman, S.J. (1995). Measuring the experience, expression and control of anger. In H. Kassirer (Ed.). *Anger disorders: Definition, diagnosis and treatment* (S. 49-68). Washington, DC: Taylor & Francis.
- Sprecher, S. (1986). The relation between inequity and emotion in close relationships. *Social Psychology Quarterly*, 49, S. 309-321.
- Sprecher, S. (1992). How men and women expect to feel and behave in response to inequity in close relationships. *Social Psychology Quarterly*, 55, S. 57-69.
- Stanley, S.M., Bradbury, Th.N., & Markman, H.J. (2000). Structural flaws in the bridge from basic research on marriage to intervention for couples. *Journal of Marriage and the Family*, 62, 256-264.
- Stählin, G. (1954). Der Zorn des Menschen und der Zorn Gottes im Neuen Testament. In *Theologisches Wörterbuch zum Neuen Testament* (S. 419-448). Stuttgart: Kohlhammer.
- Steffgen, G. (1993). *Ärger und Ärgerbewältigung*. Münster: Waxmann.
- Steffgen, G. & Schwenkmezger, P. (1993). Psychologische Interventionsverfahren zur Modifikation von Ärger und Ärgerausdruck. In V. Hodapp & P. Schwenkmezger (Hrsg.). *Ärger und Ärgerausdruck* (S. 227-298). Bern: Huber.
- Stemmler, G. (1993). Peripherphysiologische Emotionsspezifität von Ärger. In M.M. Müller. (Hrsg.). *Psychophysiologische Risikofaktoren bei Herz-/Kreislaufkrankungen. Grundlagen und Therapie* (S. 37-68). Göttingen: Hogrefe.
- Stemmler, G. (2000). Emotionspezifische physiologische Aktivität. In J.H. Otto, H.A. Euler & H. Mandl (Hrsg.). *Emotionspsychologie. Ein Handbuch* (479-490). Weinheim: Beltz.
- Stössel, A. & Scheele, B. (1992). Interindividuelle Integration Subjektiver Theorien zu Modalstrukturen. In B. Scheele, (Hrsg.). *Struktur-Lege-Verfahren als Dialog-Konsens-Methodik. Ein Zwischenfazit zur Forschungsentwicklung bei der rekonstruktiven Erhebung Subjektiver Theorien*. Münster: Aschendorff.
- Strawson, P.F. (1988). Freiheit und Übelnehmen. In U. Pothast (Hrsg.). *Seminar: Freies Handeln und Determinismus*. (S. 201-233) (2. Auflage). Frankfurt/M: Suhrkamp.
- Suinn, R.M. (2001). The terrible twos – anger and anxiety. Hazardous to your health. *American Psychologist*, 56, S. 27-36.
- Sulz, S.K.G. (2000a). (Hrsg.). *Paartherapien: Von unglücklichen Verstrickungen zur befreiten Beziehung*. München: CIP-Medien.

- Sulz, K.D.S. (2000b). Lernen, mit Gefühlen umzugehen – Training der Emotionsregulation. In S.K.G. Sulz & G. Lenz (Hrsg.). *Von der Kognition zur Emotion. Psychotherapie mit Gefühlen*. (S. 407-448). München: CiP-Medien.
- Tafra, R.S. (1995). Evaluation of treatment strategies of adult anger disorders. In H. Kassirer (Ed.). *Anger disorders: Definition, diagnosis and treatment* (S. 109-130). Washington, DC: Taylor & Francis.
- Tangney, J.P., Hill-Barlow, D., Wagner, P.E., Marschall, D.E., Borenstein, J.K., Sanftner, J., Mohr, T. & Gramzow, R. (1996). Assessing individual differences in constructive versus destructive responses to anger across the lifespan. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, S. 780-796.
- Terman, L.M., Butterieser, P., Ferguson, L.W., Johnson, W.B. & Wilson, D.P. (1938). *Psychological factors in marital happiness*. New York: McGraw-Hill.
- Thomas, S.P. (1995). Women's anger: Causes, manifestations, and correlates. In Ch. D. Spielberger & I.G. Sarason (Eds.). *Stress and emotion. Anxiety, Anger, and Curiosity* (S. 53-74). Washington: Taylor & Francis.
- Thibaut, J.W. & Kelley, H.H. (1959). *The social psychology of groups*. New York: Wiley.
- Thurmaier, F. (1997). *Ehevorbereitung - Ein partnerschaftliches Lernprogramm (EPL). Methodik, Inhalte und Effektivität eines präventiven Paarkommunikationstrainings*. München: Institut für Forschung und Ausbildung in Kommunikationstherapie.
- Törestad, B. (1990). What is anger provoking? Provokers and provoked in anger situations: Developmental trends and sex differences. *Aggressive Behavior*, 16, S. 353-359.
- Tress, W. & Junkert, B. (1993). DAS SASB-Modell. In W. Tress (Hrsg.). *SASB. Die strukturelle Analyse sozialen Verhaltens. Ein Arbeitsbuch für Forschung, Praxis und Weiterbildung* (S. 31-122). Heidelberg: Asanger.
- Tscheulin, D. & Glossner, A. (1993). Die deutsche Übertragung des Intrex „Longform Questionnaires“: Validität und Auswertungsgrundlagen der SASB-Fragebogenmethode. In W. Tress (Hrsg.). *SASB. Die strukturelle Analyse sozialen Verhaltens. Ein Arbeitsbuch für Forschung, Praxis und Weiterbildung* (S. 123-155). Heidelberg: Asanger.
- Tugendhat, E. (1979). *Selbstbewußtsein und Selbstbestimmung*. Frankfurt: Suhrkamp (stw).
- Tugendhat, E. (1989). Zum Begriff und zur Begründung der Moral. In C. v. Bellut & U. Müller-Scholl (Hrsg.). *Mensch und Moderne*. Würzburg: Königshausen u. Neumann.
- Tugendhat, E. (1993). *Vorlesungen über Ethik*. Frankfurt: Suhrkamp (stw).
- Ulich, D. & Mayring, Ph. (1992). *Psychologie der Emotionen*. Stuttgart: Kohlhammer.
- Vanzetti, N.A., Notarius, C.I. & NeeSmith, D. (1992). Specific and generalized expectancies in marital interaction. *Journal of Family Psychology*, 6, 171-183.
- Wagner, R.F. (1995). *Kontrollüberzeugungen bei chronischer Pankreatitis. Das Forschungsprogramm Subjektive Theorien und klassische Fragebogenforschung im Vergleich*. Münster: Aschendorff.
- Wagner, R.F. (1999). Ein integratives Menschenbild einer an ethischen Dimensionen orientierten Allgemeinen Psychotherapie (S. 43-75). In R.F. Wagner & P. Becker (Hrsg.). *Allgemeine Psychotherapie. Neue Ansätze zu einer Integration psychotherapeutischer Schulen*. Göttingen: Hogrefe.
- Wallbott, H.G. (1993). Soziale Bedingungen von Ärger und Ärgerausdruck. In V. Hodapp & P. Schwenkmezger (Hrsg.). *Ärger und Ärgerausdruck* (S. 113-142). Bern: Huber.
- Walster, E., Walster, G.W. & Berscheid, E. (1978). *Equity: Theory & Research*. Boston: Allyn and Bacon Inc.
- Weber, H. (1993). Ärgerausdruck, Ärgerbewältigung und subjektives Wohlbefinden. In V. Hodapp & P. Schwenkmezger (Hrsg.). *Ärger und Ärgerausdruck* (S. 253-276). Bern: Huber.
- Weber, H. (1994). *Ärger. Psychologie einer alltäglichen Emotion*. Weinheim: Juventa.

- Weber, H. (1997). Emotionsbewältigung. In R. Schwarzer (Hrsg.). *Gesundheitspsychologie* (S. 285-297). Göttingen: Hogrefe.
- Weber, H. (1999). Ärger und Aggression. *Zeitschrift für Sozialpsychologie*, 30, S. 139-150.
- Weber, H., (2001, in Vorbereitung). Fragebogen zu ärgerbezogenen Reaktionen und Zielen. (persönliche Mitteilung, 24.9.2001)
- Weber, H. & Laux, L. (1993). Emotionsbewältigung: Formen und Intentionen. In L. Laux & H. Weber (Hrsg.). *Emotionsbewältigung und Selbstdarstellung* (S. 11-21). Stuttgart: Kohlhammer.
- Weber, H. & Piontek, R. (1995). Geschlechtsunterschiede in der Bewältigung von Ärger - ein Mythos? *Zeitschrift für Gesundheitspsychologie*, 3, S. 59-83.
- Weinmann-Lutz, B. (2001). *Kooperation und Konfliktlösung bei Scheidungspaaaren in Mediation*. Aachen: Shaker Verlag.
- Weiss, R.L. & Heyman, R.E. (1990). Observation of marital interaction. In F.D. Fincham & T.N. Bradbury (Eds.). *The psychology of marriage* (S. 87-117). New York: Guilford Press.
- Weiss, R.L. & Heyman, R.E. (1997). A clinical-research overview of couples interaction. In W.K. Halford & H.J. Markman (Eds.). *Clinical handbook of marriage and couples intervention* (S. 13-42). Chichester: Wiley & Sons.
- Weiss, R.L. & Sher, T.G. (1991). Negative communication in marital interaction: a misnomer? *Behavioral Assessment*, 13 (1: Special Issue).
- Wildt, A. (1993). Die Moralspezifität von Affekten und der Moralbegriff. In H. Fink-Eitel & G. Lohmann (Hrsg.). *Zur Philosophie der Gefühle* (S. 188-217). Frankfurt/M.: Suhrkamp (stw).
- Wingert, L. (1993). *Gemeinsinn und Moral. Grundzüge einer intersubjektivistischen Moral-konzeption*. Frankfurt: Suhrkamp.
- Wolf, A. (1996). Ärger - Was tun gegen das Killer-Gefühl? *Psychologie heute*, 23, S. 20-27.
- Wyer, R.W. & Srull, T.K. (1993). *Perspectives on anger and emotion*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.

# Anhang

## **Ärger und Zorn in Partnerschaften:**

*Ein Vergleich des Ärger- und Konfliktverhaltens bei zufriedenen und unzufriedenen Paaren unter Berücksichtigung Subjektiver Theorien*

<b>A</b>	<b>Anhang zur Fragebogenuntersuchung</b>	
A.1	Fragebogen der Fragebogenuntersuchung	1
A.2	Statistische Auswertung der soziodemographischen Variablen der Ausgangs- sowie der Auswertungsstichprobe	10
<b>B</b>	<b>Anhang zur Studie „Subjektive Theorien“</b>	
B.1	Beschreibung des Zorns: Konzept-Kategorien und Gewichtung	12
B.2	Zusammenfassung der Auslöser(kategorien)	18
B.3.1	Umgang mit Zorn: Konzept-Kategorien der Frauen	22
B.3.2	Umgang mit Zorn: Konzept-Kategorien der Männer	33
B.3.3	Umgang mit Zorn: Zusammenfassung und Vergleich der Subjektiven Theorien	43
B.4	Zusammenfassung der Verhaltenskategorien zum Umgang mit Zorn	51
B.5	Verbalisierte Rückmeldung zur Nachbefragung der Untersuchung Subjektive Theorien	52

## Anhang A1.: Fragebogen der Fragebogenuntersuchung

### *Liebe Untersuchungsteilnehmerin,*

zunächst ganz herzlichen Dank, daß Sie an unserer Untersuchung über das Kommunikations- und Konfliktverhalten in Partnerschaften teilnehmen.

Obleich es vermutlich in den meisten Beziehungen gelegentlich zu Meinungsverschiedenheiten oder Konflikten kommt, liegen zu diesem Thema nur wenig gesicherte psychologische Erkenntnisse vor. Wir wollen hier eine Wissenslücke schließen und benötigen daher Ihre Mitarbeit.

Auf den folgenden Seiten werden Sie gebeten, sich über sich selbst und Ihren Partner zu äußern. Es geht dabei um **Ihre persönliche Meinung** bzw. um **Ihre Einschätzung** der eigenen Verhaltensweisen und der Verhaltensweisen Ihres Partners.

- ☺ Bitte bearbeiten Sie alle Aussagen der Reihe nach, ohne eine auszulassen. Einige Aussagen haben einen ähnlichen Wortlaut oder Sinn. Bitte nehmen Sie auch zu diesen Aussagen Stellung. Es geht bei allen Aussagen um Ihre ganz persönliche Sichtweise, d.h. es gibt keine richtigen oder falschen Antworten.
- ☺ Bitte achten Sie darauf, daß Sie wirklich **alle** Fragen beantworten. Für unsere statistische Auswertung ist es unbedingt notwendig, daß die Angaben vollständig sind.
- ☺ Bitte bearbeiten Sie den Fragebogen **unabhängig** von Ihrem Partner.

Wir sind uns bewußt, daß gerade das Verhalten bei Meinungsverschiedenheiten in Partnerschaften ein heikles Thema sein kann. Um jedoch sinnvolle Daten zu erhalten, bitten wir Sie, die Fragen so wahrheitsgetreu wie möglich zu beantworten.

Zur Anonymisierung und dem Schutz Ihrer Daten ist dieser Fragebogen mit einem **Code** verschlüsselt. Im folgenden Kasten ist dieser Code eingetragen. Wichtig ist, daß Sie und Ihr Partner dieselbe Codeziffer haben. Wenn dies nicht der Fall sein sollte, machen Sie mich bitte darauf aufmerksam.

Aufgrund der geschlechtsspezifischen Formulierung mancher Fragen gibt es eine Version für Frauen und eine Version für Männer. Bitte achten Sie darauf, daß Sie die richtige Version in Händen halten.

**CODE:**

**GESCHLECHT: weibl.**

Für eventuelle Rückfragen stehe ich Ihnen gerne unter den aufgeführten Telefonnummern zur Verfügung.

***Und nun nochmals ganz herzlichen Dank, daß Sie sich an unserer Untersuchung beteiligen.***

Frieder Kapp  
Psychologisches Institut  
der Universität Heidelberg  
Klinische Psychologie

Tel. - dienst.: 06221/547351  
Tel. - priv.: 06221/452419



### Vorab benötigen wir folgende Angaben:

Datum:	Geschlecht:	Alter:				
Schulabschluß:	<input type="checkbox"/> keinen <input type="checkbox"/> Sonderschulabschluß <input type="checkbox"/> Hauptschulabschluß	<input type="checkbox"/> Realschulabschluß <input type="checkbox"/> Abitur <input type="checkbox"/> abgeschlossenes Studium				
Erlerner Beruf: _____						
Ausgeübter Beruf: _____						
Sind Sie derzeit						
<input type="checkbox"/> verheiratet, seit: _____ Monaten/Jahren						
<input type="checkbox"/> unverheiratet - zusammen lebend, seit: _____ Monaten/Jahren						
Wie lange kennen Sie sich schon? Seit: _____ Monaten/Jahren						
Haben Sie gemeinsame Kinder?						
<input type="checkbox"/> nein						
<input type="checkbox"/> ja Anzahl und Alter der Kinder: _____						
Waren Sie vor Ihrer jetzigen Partnerschaft schon einmal verheiratet?						
<input type="checkbox"/> nein						
<input type="checkbox"/> ja von wann _____ bis wann _____						
Haben Sie Kinder aus früheren Ehe-/Lebensgemeinschaften?						
<input type="checkbox"/> nein						
<input type="checkbox"/> ja Anzahl und Alter der Kinder: _____						
Nehmen Sie derzeit therapeutische Paargespräche/Paartherapie in Anspruch?						
<input type="checkbox"/> nein						
<input type="checkbox"/> ja Anzahl bisheriger Stunden: _____						
Wie würden Sie derzeit die Qualität der Beziehung zu Ihrem Partner einschätzen?						
sehr gut		sehr schlecht				
1	2	3	4	5	6	7

## UmK - SW

In diesem Fragebogen geht es darum, wie Sie und Ihr Partner damit umgehen, wenn Sie unterschiedlicher Meinung über etwas sind.

Geben Sie bitte an, wie häufig **Sie selbst** jede dieser Verhaltensweisen zeigen, wenn Sie von 1=niemals bis 5=immer beurteilen.

Wie häufig zeigen **Sie selbst** bei Meinungsverschiedenheiten mit Ihrem Partner die folgenden Verhaltensweisen?

(1) Persönlich angreifen/kränken	<input type="checkbox"/> 1 niemals	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5 immer
(2) Sich auf das vorliegende Problem konzentrieren	<input type="checkbox"/> 1 niemals	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5 immer
(3) Für längere Zeit nichts sagen	<input type="checkbox"/> 1 niemals	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5 immer
(4) Sich für die eigenen Interessen nicht einsetzen	<input type="checkbox"/> 1 niemals	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5 immer
(5) Explodieren und außer Kontrolle geraten	<input type="checkbox"/> 1 niemals	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5 immer
(6) Sich zusammensetzen und über die Auseinandersetzung reden	<input type="checkbox"/> 1 niemals	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5 immer
(7) Wenn eine bestimmte Grenze erreicht ist, „zu-machen“ und mit Ihm kein Wort mehr reden	<input type="checkbox"/> 1 niemals	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5 immer
(8) Zu nachgiebig sein	<input type="checkbox"/> 1 niemals	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5 immer
(9) Sich von der Wut hinreißen lassen und Dinge sagen, die man später bereut	<input type="checkbox"/> 1 niemals	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5 immer
(10) Lösungen finden, die für beide akzeptabel sind	<input type="checkbox"/> 1 niemals	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5 immer
(11) Die andere Person nicht mehr beachten	<input type="checkbox"/> 1 niemals	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5 immer
(12) Die eigene Position nicht verteidigen	<input type="checkbox"/> 1 niemals	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5 immer
(13) Spitze Bemerkungen und Beleidigungen loslassen	<input type="checkbox"/> 1 niemals	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5 immer
(14) Dinge aushandeln und Kompromisse finden	<input type="checkbox"/> 1 niemals	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5 immer
(15) Sich zurückziehen und kein Interesse zeigen	<input type="checkbox"/> 1 niemals	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5 immer
(16) Nachgeben, ohne die eigene Sichtweise deutlich zu vertreten	<input type="checkbox"/> 1 niemals	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5 immer

Überprüfen Sie bitte, ob Sie **alle** Fragen beantwortet haben

In diesem Fragebogen geht es darum, wie Sie und Ihr Partner damit umgehen, wenn Sie unterschiedlicher Meinung über etwas sind.

Geben Sie bitte an, wie häufig **Ihr Partner** jede dieser Verhaltensweisen zeigt, wenn Sie von 1=niemals bis 5=immer beurteilen.

Wie häufig zeigt **Ihr Partner** bei Meinungsverschiedenheiten mit Ihnen die folgenden Verhaltensweisen?

(1) Persönlich angreifen/kränken	<input type="checkbox"/> 1 niemals	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5 immer
(2) Sich auf das vorliegende Problem konzentrieren	<input type="checkbox"/> 1 niemals	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5 immer
(3) Für längere Zeit nichts sagen	<input type="checkbox"/> 1 niemals	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5 immer
(4) Sich für die eigenen Interessen nicht einsetzen	<input type="checkbox"/> 1 niemals	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5 immer
(5) Explodieren und außer Kontrolle geraten	<input type="checkbox"/> 1 niemals	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5 immer
(6) Sich zusammensetzen und über die Auseinandersetzung reden	<input type="checkbox"/> 1 niemals	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5 immer
(7) Wenn eine bestimmte Grenze erreicht ist, „zu-machen“ und kein Wort mehr reden	<input type="checkbox"/> 1 niemals	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5 immer
(8) Zu nachgiebig sein	<input type="checkbox"/> 1 niemals	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5 immer
(9) Sich von der Wut hinreißen lassen und Dinge sagen, die man später bereut	<input type="checkbox"/> 1 niemals	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5 immer
(10) Lösungen finden, die für beide akzeptabel sind	<input type="checkbox"/> 1 niemals	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5 immer
(11) Die andere Person nicht mehr beachten	<input type="checkbox"/> 1 niemals	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5 immer
(12) Die eigene Position nicht verteidigen	<input type="checkbox"/> 1 niemals	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5 immer
(13) Spitze Bemerkungen und Beleidigungen loslassen	<input type="checkbox"/> 1 niemals	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5 immer
(14) Dinge aushandeln und Kompromisse finden	<input type="checkbox"/> 1 niemals	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5 immer
(15) Sich zurückziehen und kein Interesse zeigen	<input type="checkbox"/> 1 niemals	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5 immer
(16) Nachgeben, ohne die eigene Sichtweise deutlich zu vertreten	<input type="checkbox"/> 1 niemals	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5 immer

Überprüfen Sie bitte, ob Sie **alle** Fragen beantwortet haben

**(STAXI-SW)**

*Anleitung:* Im folgenden Teil finden Sie eine Reihe von Feststellungen mit denen man sich selbst beschreiben kann. Bitte lesen Sie jede Feststellung durch und wählen Sie aus den vier Antwortalternativen diejenige aus, die angibt, wie Sie sich *im allgemeinen* fühlen. Kreuzen Sie bitte bei jeder Feststellung die Zahl unter der von Ihnen gewählten Antwort an.

Es gibt keine richtigen oder falschen Antworten. Überlegen Sie bitte nicht lange und denken Sie daran, diejenige Antwort auszuwählen, die am besten beschreibt, wie Sie sich *im allgemeinen* fühlen.

	Bitte achten Sie darauf, daß <b>alle</b> Fragen beantwortet sind	<i>fast nie</i>	<i>manchmal</i>	<i>oft</i>	<i>fast immer</i>
1.	Ich werde schnell ärgerlich.	1	2	3	4
2.	Ich rege mich schnell auf.	1	2	3	4
3.	Ich bin ein Hitzkopf.	1	2	3	4
4.	Es macht mich zornig, wenn ich von anderen kritisiert werde.	1	2	3	4
5.	Ich bin aufgebracht, wenn ich etwas gut mache und schlecht beurteilt werde.	1	2	3	4
6.	Wenn ich etwas vergeblich mache, werde ich böse.	1	2	3	4
7.	Ich koche innerlich, wenn ich unter Druck gesetzt werde.	1	2	3	4
8.	Wenn ich gereizt werde, könnte ich losschlagen.	1	2	3	4
9.	Wenn ich wütend werde, sage ich häßliche Dinge.	1	2	3	4
10.	Es ärgert mich, wenn ausgerechnet ich korrigiert werde.	1	2	3	4

*Anleitung:* In den meisten Partnerschaften kommt es immer wieder vor, daß man auf seine Partnerin oder seinen Partner ärgerlich, wütend oder zornig wird. Es unterscheiden sich Menschen jedoch in der Art und Weise, wie sie reagieren, wenn sie auf Ihren Partner ärgerlich sind. Mit Hilfe der folgenden Fragen lassen sich verschiedene *ärgerliche* oder *wütende* Gefühlsreaktionen beschreiben. Lesen Sie bitte jede der folgenden Feststellung durch und wählen Sie aus den vier Antwortalternativen diejenige aus, die am besten beschreibt, wie oft Sie in der beschriebenen Weise handeln oder fühlen.

Es gibt keine richtigen oder falschen Antworten. Überlegen Sie bitte nicht lange und denken Sie daran, diejenige Antwort auszuwählen, die am besten beschreibt, wie Sie reagieren, wenn Sie ärgerlich, wütend oder zornig auf Ihren Partner sind.

	Bitte achten Sie darauf, daß <b>alle</b> Fragen beantwortet sind	<i>fast nie</i>	<i>manchmal</i>	<i>oft</i>	<i>fast immer</i>
11.	Ich mache Dinge wie Türen zuschlagen.	1	2	3	4
12.	Ich bin weit mehr erzürnt, als mein Partner es (in dieser Situation) wahrnehmen kann.	1	2	3	4
13.	Ich kontrolliere meinen Ärger.	1	2	3	4
14.	Ich fresse Dinge in mich hinein.	1	2	3	4
15.	Ich versuche, tolerant und verständisvoll zu reagieren.	1	2	3	4
16.	Ich werde laut.	1	2	3	4
17.	Ich mache häßliche Bemerkungen.	1	2	3	4
18.	Nach außen bewahre ich die Haltung.	1	2	3	4
19.	Ich bin ärgerlicher, als ich es mir anmerken lasse.	1	2	3	4
20.	Ich platze heraus, so daß mein Partner meinen Ärger zu spüren bekommt.	1	2	3	4
21.	Ich halte meine Gefühle unter Kontrolle.	1	2	3	4
22.	Ich empfinde Groll, rede aber nicht darüber.	1	2	3	4
23.	Ich fahre aus der Haut.	1	2	3	4
24.	Ich kontrolliere mein Verhalten.	1	2	3	4
25.	Ich koche innerlich, zeige es aber nicht.	1	2	3	4

## (STAXI-FW)

*Anleitung:* Im folgenden Teil finden Sie eine Reihe von Feststellungen mit denen man eine andere Person beschreiben kann. Bitte lesen Sie jede Feststellung durch und wählen Sie aus den vier Antwortalternativen diejenige aus, die angibt, wie Sie Ihren Partner im allgemeinen einschätzen. Kreuzen Sie bitte bei jeder Feststellung die Zahl unter der von Ihnen gewählten Antwort an.

Es gibt keine richtigen oder falschen Antworten. Überlegen Sie bitte nicht lange und denken Sie daran, diejenige Antwort auszuwählen, die am besten beschreibt, wie Sie Ihren Partner im allgemeinen einschätzen.

	Bitte achten Sie darauf, daß <b>alle</b> Fragen beantwortet sind	<i>fast nie</i>	<i>manchmal</i>	<i>oft</i>	<i>fast immer</i>
1.	Er wird schnell ärgerlich.	1	2	3	4
2.	Er regt sich schnell auf.	1	2	3	4
3.	Er ist ein Hitzkopf.	1	2	3	4
4.	Es macht ihn zornig, wenn er von anderen kritisiert wird.	1	2	3	4
5.	Er ist aufgebracht, wenn er etwas gut macht und schlecht beurteilt wird.	1	2	3	4
6.	Wenn er etwas vergeblich macht, wird er böse.	1	2	3	4
7.	Er kocht innerlich, wenn er unter Druck gesetzt wird.	1	2	3	4
8.	Wenn er gereizt wird, könnte er losschlagen.	1	2	3	4
9.	Wenn er wütend wird, sagt er häßliche Dinge.	1	2	3	4
10.	Es ärgert ihn, wenn ausgerechnet er korrigiert wird.	1	2	3	4

**Fragen zu Ärgerausdruck des Partners**

*Anleitung:* Der folgende Fragebogen enthält Aussagen, die benutzt werden können, um *ärgerliche* oder *wütende* Gefühlsreaktionen von anderen Personen zu beschreiben. Lesen Sie jede Feststellung durch und wählen Sie aus den vier Antworten diejenige aus, die am besten beschreibt, wie oft Ihr Partner in der beschriebenen Weise reagiert, wenn er ärgerlich auf Sie ist.

Es gibt keine richtigen oder falschen Antworten. Überlegen Sie bitte nicht lange und denken Sie daran, diejenige Antwort auszuwählen, die am besten beschreibt, wie Ihr Partner handelt, wenn er ärgerlich, wütend oder zornig auf Sie ist.

	Bitte achten Sie darauf, daß <b>alle</b> Fragen beantwortet sind	<i>fast nie</i>	<i>manchmal</i>	<i>oft</i>	<i>fast immer</i>
11.	Er macht Dinge wie Türen zuschlagen.	1	2	3	4
12.	Er ist weit mehr erzürnt, als ich es (in der Situation) wahrnehmen kann.	1	2	3	4
13.	Er kontrolliert seinen Ärger.	1	2	3	4
14.	Er frißt Dinge in sich hinein.	1	2	3	4
15.	Er versucht, tolerant und verständisvoll zu reagieren.	1	2	3	4
16.	Er wird laut.	1	2	3	4
17.	Er macht häßliche Bemerkungen.	1	2	3	4
18.	Nach außen bewahrt er die Haltung.	1	2	3	4
19.	Er ist ärgerlicher, als er es sich anmerken läßt.	1	2	3	4
20.	Er platzt heraus, so daß ich seinen Ärger zu spüren bekomme.	1	2	3	4
21.	Er hält seine Gefühle unter Kontrolle.	1	2	3	4
22.	Er empfindet Groll, redet aber nicht darüber.	1	2	3	4
23.	Er fährt aus der Haut.	1	2	3	4
24.	Er kontrolliert sein Verhalten.	1	2	3	4
25.	Er kocht innerlich, zeigt es aber nicht.	1	2	3	4





Hier sind einige Dinge aufgeführt, in denen Paare manchmal übereinstimmen, manchmal nicht. Beantworten Sie bitte mit Ja oder Nein, ob die unten aufgeführten Punkte während der **letzten Wochen** Meinungsverschiedenheiten in Ihrer Beziehung verursachten oder in Ihrer Beziehung problematisch waren:

	ja	nein
29. Zu müde für den Intimkontakt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	ja	nein
30. Keine Zuneigung zeigen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

31. Kreuzen Sie bitte in der Zelle an, wie glücklich bzw. unglücklich Sie im Augenblick in Ihrer Partnerbeziehung sind

extrem unglücklich	ziemlich unglücklich	ein wenig unglücklich	glücklich	sehr glücklich	äußerst glücklich	perfekt
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

32. Welche der folgenden Aussagen beschreibt am besten Ihre Gefühle in Hinblick auf die Zukunft Ihrer Partnerbeziehung.

Bitte kreuzen Sie **eine** Aussage an, die am ehesten zutrifft.

Ich möchte alles in Kauf nehmen für die Aufrechterhaltung meiner Beziehung und würde alles nur Erdenkliche auf mich nehmen, um sie fortzuführen

Ich möchte sehr viel in Kauf nehmen für die Aufrechterhaltung und will das in meinen Kräften stehende auf mich nehmen, um sie fortzusetzen

Ich möchte sehr viel in Kauf nehmen für die Aufrechterhaltung und will meinen Teil dazu beitragen, um sie fortzusetzen

Es wäre schön, wenn meine Beziehung aufrechterhalten bliebe, ich kann aber nicht viel mehr leisten als jetzt, um sie weiterbestehen zu lassen

Es wäre schön, wenn meine Beziehung aufrechterhalten bliebe, ich bin aber nicht bereit, meinen Einsatz für ihre Aufrechterhaltung zu erhöhen.

Meine Beziehung kann niemals fortbestehen und ich sehe keine Möglichkeit, um sie aufrechtzuerhalten

### Herzliche Dank für das Ausfüllen der Fragebögen!

Bitte überprüfen Sie nochmals, ob Sie alle Fragen beantwortet haben, da wir sonst bei der Auswertung der Fragebögen große Probleme haben.



### Anhang A2: Soziodemographische Daten der *Ausgangsstichprobe* (Fragebogenstudie): Signifikanzprüfungen

Variablen	Gesamt				Stichprobe/n				Signifikanzprüfung			
		Range	Referenz (90 Paare)	Therapie (36 Paare)	Mediation (33 Paare)	Geschl.- untersch.	Drei Grup- pen	R. vs. Th.	R. vs. M.	Th. vs. M.		
Alter (Jahre)	159 Paare 40,4 (SD 9,31)	24 – 73	40,91 (SD 10,53)	38,84 (SD 7,28)	40,72 (SD 7,56)	t = 5,58 df = 135 p = 0,000 M > F	F = 1,23 df = 2 p = 0,294	n.s. (Scheffe/ Bonferroni)	n.s.	n.s.		
Dauer der Partnerschaft (Jahre)	16,3 (SD 9,63)	2,5 – 49	16,75 (SD 11,18)	14,31 (SD 7,5)	17,78 (SD 5,98)	-	F = 2,40 df = 2 p = 0,092	n.s.	n.s.	n.s.		
Familienstand: verheiratet	82,4% 131 Paare	-	80% (72 Paare)	72,2% (26 Paare)	100% (33 Paare)	-	$\chi^2 = 19,95$ df = 2 p ≤ 0,001	$\chi^2 = 1,80$ df = 1 p = 0,180	$\chi^2 = 15,46$ df = 1 p ≤ 0,001	$\chi^2 = 21,44$ df = 1 p ≤ 0,001		
2. Ehe/frühere Scheidung	12,6% / 40	-	10,0% / 18	20,8% / 15	10,6% / 7	Wilcoxon: z = -,853 p = 0,394	$\chi^2 = 5,78$ df = 2 p = 0,055	$\chi^2 = 5,30$ df = 1 p = 0,021	$\chi^2 = 0,19$ df = 1 p = 0,889	$\chi^2 = 2,68$ df = 1 p = 0,101		
Gemeinsame Kinder	73,0% 116 Paare	-	63,3% (57 Paare)	72,2% (26 Paare)	100% (33 Paare)	-	$\chi^2 = 32,93$ df = 2 p ≤ 0,001	$\chi^2 = 1,81$ df = 1 p = 0,179	$\chi^2 = 33,07$ df = 1 p ≤ 0,001	$\chi^2 = 21,44$ df = 1 p ≤ 0,001		
Kinderanzahl (% Angaben bezie- hen sich auf Paare mit Kindern)	0		35,6% (32 Paare)	27,8% (10 Paare)	-		$\chi^2 = 54,71$ df = 6 p ≤ 0,001	$\chi^2 = 2,41$ df = 3 p = 0,492	$\chi^2 = 48,18$ df = 3 p ≤ 0,001	$\chi^2 = 37,75$ df = 3 p ≤ 0,001		
	1		20,0% (18 Paare)	27,8% (10 Paare)	9,1% (3 Paare)							
	2	0-5	32,2% (29 Paare)	33,3% (12 Paare)	54,5% (18 Paare)							
	3 und mehr		12,2% (11 Paare)	11,1% (5 Paare)	36,4% (12 Paare)							
Schulabschluss/ Ausbildungs- niveau (% und N)	Hauptschule		7,3% / 13	8,3% / 6	7,7% / 5		$\chi^2 = 2,95$ df = 6 p = 0,815	$\chi^2 = 0,265$ df = 3 p = 0,966	$\chi^2 = 2,642$ df = 3 p = 0,450	$\chi^2 = 1,50$ df = 3 p = 0,683		
	Realschule		22,5% / 40	22,2% / 16	30,8% / 20							
	Abitur		19,1% / 34	16,7% / 12	12,3% / 8							
	Studium		51,1% / 91	52,8% / 38	49,2% / 32							
Partnerschaftsunzufriedenheit (Termin: 1-7)	2,97 (SD 1,57)	1-7	2,07 (SD 1,06)	3,64 (SD 1,23)	4,68 (SD 1,27)	Wilcoxon: z = -2,489 p = 0,13 M > F	F = 142,35 df = 2 p ≤ 0,001	p ≤ 0,001 ***	p ≤ 0,001 ***	p ≤ 0,001 ***		
Partnerschaftszufriedenheit (DAS – Fragebogen)	105,18 (SD 17,83)	42-148	111,21 (SD 14,53)	90,1 (SD 16,39)	-	t = 1,052 df = 125 p = 0,295	F = 100,78 df = 1 p ≤ 0,001	p ≤ 0,001 ***	p ≤ 0,001 ***	p ≤ 0,001 ***		

### Anhang A2: Soziodemographische Daten der drei *Auswertungsgruppen* (Fragebogenstudie): Signifikanzprüfungen

Variablen	Gesamt	Range	Stichprobe/n			Signifikanzprüfung				
			HPZ. (62 Paare)	MPZ. (56 Paare)	NPZ. (41 Paare)	Geschl.- untersch.	Drei Grup- pen	HPZ. vs. MPZ.	HPZ. vs. NPZ.	MPZ. vs. NPZ.
Alter (Jahre)	159 Paare 40,40 (SD 9,31)	24 – 73	40,80 (SD 11,31)	38,91 (SD 7,66)	41,90 (SD 7,59)	t = 5,58 df = 135 p ≤ 0,001 M > F	F = 2,487 df = 2 p = 0,085	n.s.  (Scheffe/ Bonferroni)	n.s.  (Scheffe/ Bonferroni)	n.s.  Scheffe/ Bonferroni
Dauer der Partnerschaft (Jahre)	16,35 (SD 9,63)	2,5 – 49	16,00 (SD 11,30)	16,66 (SD 8,67)	16,50 (SD 7,93)	-	F = 0,142 df = 2 p = 0,868	n.s. (Scheff- fe/ Bonfer- roni)	n.s. (Scheff- fe/ Bonfer- roni)	n.s. (Scheff- fe/ Bonfer- roni)
Familienstand: verheiratet	82,4% 131 Paare	-	80,6% (50 Paare)	80,4% (45 Paare)	87,8% (36 Paare)	-	$\chi^2 = 2,236$ df = 2 p = 0,327	$\chi^2 = 0,003$ df = 1 p = 0,956	$\chi^2 = 1,836$ df = 1 p = 0,175	$\chi^2 = 1,906$ df = 1 p = 0,167
2. Ehe/frühere Scheidung	12,6% / 40	-	12,9% / 16	8,9% / 10	17,1% / 14	Wilcoxon: z = -,853 p = 0,394	$\chi^2 = 2,875$ df = 2 p = 0,237	$\chi^2 = 0,948$ df = 1 p = 0,330	$\chi^2 = 0,690$ df = 1 p = 0,406	$\chi^2 = 2,897$ df = 1 p = 0,089
Gemeinsame Kinder	73,0% 116 Paare	-	59,7 % (37 Paare)	76,8 % (43 Paare)	89,7 % (36 Paare)	-	$\chi^2 = 21,07$ df = 2 p ≤ 0,001	$\chi^2 = 7,889$ df = 1 p = 0,005	$\chi^2 = 18,92$ df = 1 p ≤ 0,001	$\chi^2 = 3,803$ df = 1 p = 0,062
Kinderanzahl (% Angaben bezie- hen sich auf Paare mit Kindern)	0 26,4% 42 Paare	0-5	38,7% (24 Paare)	23,2% (13 Paare)	12,2% (5 Paare)	-	$\chi^2 = 23,56$ df = 6 p ≤ 0,001	$\chi^2 = 8,75$ df = 3 p = 0,033	$\chi^2 = 17,46$ df = 3 p ≤ 0,001	$\chi^2 = 7,762$ df = 3 p = 0,051
1	14,5% (9 Paare)		25,9% (15 Paare)	118,3% (7 Paare)						
2	32,3% (20 Paare)		33,0% (18 Paare)	50,0% (21 Paare)						
3 und mehr	14,5 % (9 Paare)		17,9% (10 Paare)	29,5% (8 Paare)						
Schulabschluss/ Ausbildungsniveau (% und N)	7,6% / 24 24,1% / 76 17,1% / 54 51,1%/161	1-7	6,5% / 8 (9 Paare)	9,0 % / 10 (10 Paare)	7,4% / 6 (8 Paare)	Wilcoxon: z = -2,489 p = 0,13 M > F	$\chi^2 = 3,501$ df = 6 p = 0,744	$\chi^2 = 3,335$ df = 3 p = 0,343	$\chi^2 = 0,677$ df = 3 p = 0,879	$\chi^2 = 1,077$ df = 3 p = 0,783
Hauptschule	20,3% / 25 (20 Paare)		27,9% / 31 (18 Paare)	24,7% / 20 (15 Paare)						
Realschule	19,5% / 24 (9 Paare)		13,5% / 15 (10 Paare)	18,5% / 15 (8 Paare)						
Abitur	53,7% / 66 (50 Paare)		49,5% / 55 (45 Paare)	49,4% / 40 (36 Paare)						
Partnerschafts <u>un</u> zufriedenheit (Terman: 1-7)	2,97 (SD 1,57)	1-7	1,59 (SD 0,49)	3,04 (SD 0,80)	4,94 (SD 1,26)	t = -2,361 df = 158 p = 0,019	F = 385,93 df = 2 p ≤ 0,001	p ≤ 0,001 ***	p ≤ 0,001 ***	p ≤ 0,001 ***
Partnerschaftszufriedenheit (DAS – Fragebogen)	105,18 (SD 17,83)	42-148	117,48 (SD 9,01) N = 124	98,22 (SD 12,24) N = 94	79,53 (SD 17,58) N = 34	t = 1,052 df = 125 p = 0,295	F = 166,04 df = 2 p ≤ 0,001	p ≤ 0,001 ***	p ≤ 0,001 ***	p ≤ 0,001 ***

### Anhang B1.: Definitions-/Beschreibungsmerkmale des Zorns sowie Gewichtungsebenen

Frauen; N=20

<i>Konzepte</i>	ST	ST	ST	ST	ST	ST	ST	ST	ST	ST	ST	ST	ST	ST	ST	ST	ST	ST	ST	ST	-	+
	1w	2w	3w	4w	5w	6w	7w	8w	9w	10w	11w	12w	13w	14w	15w	16w	17w	18w	19w	20w	10	10
<b>Kog. Bewertungen</b>	<b>Anzahl der Nennungen</b>																					
Vorwurf an eine andere Person/Institution	B2	B1	B1	B2	B1	B1	B1	B1	B1	B2	B1	B1	B4	B1	B1		B1	V	B2	B1	10	10
Mißbilligung/Verurteilung der Tat einer andere Person/Institution	B2	B1	B1	B2	B1	B1	B1	B1		B2	B1	B1		B1	B1	V	B1	V	B2	B1	9	9
Überzeugung, daß Vorwurf berechtigt ist / im Recht zu sein	B2	B1	B1	B2	B1	B1	B1	B1	B1			B4	B1	B1			B1	B2	B2	B1	9	7
Ohnmächtiger/Unkontrollierter/heftige, sehr starke, blinde Wut	D1							D1								D1		D1			3	1
<b>Gewichtungsebene</b>	4	5	5	4	5	5	5	5	5	4	5	5	2	5	5	5	5	5	4	5	10	4,65
<b>Impulse</b>	<b>Anzahl der Nennungen</b>																					
Bedürfnis/Impuls, die/den andere/n zur Rechenschaft zu ziehen	2x	B2	B3	B3		B3	2x	B2	B2	B3	B4	B2		3x	B3		B2	B1	2x	B2	9	7
Impuls, Missbilligung zu zeigen	B3			B3			B2							B2					B3			
Impuls gegen Fehlverhalten vorzugehen/Widerstand leisten zu müssen/ sich zu verteidigen	B3			B3			B2							B2					B3			
Recht zu bekommen	B2	B2		B3	3x	B2				B3	B4	B2	B1		B3		B2			B2	4	7
Bestrafungs-/ Rache-/ Vergeltungs-Impuls /Impuls, den anderen (psychisch) zu verletzen; zu aggressivem Verhalten		B2		B2	B2	B3								B2								
Mühsamer Versuch, die eigenen Reaktionen zu kontrollieren		B2		B2	B2	B3			B3	B3	B2	B4	B1	B5	B3		B2	B2		B2	6	7
<b>Gewichtungsebene</b>	3	4	3	3	4	3	4	0	4	3	2	4	5	4	3	0	4	5	3	4	3,25	

**Anmerkungen:** B = Beschreibungsmerkmal; D = Definitionsmerkmal; V = notwendige analytische Voraussetzung; VV = Voraussetzung zweiter Ordnung; E = (verstärkende) Empirische Bedingung. Gewichtungsebene (bezogen auf 5 Gewichtungsebenen): 5 = maximale Gewichtung

- Grau unterlegt: mit Paarbeziehung unzufriedene Personen







Konzepte	ST	ST	ST	ST	ST	ST	ST	ST	ST	ST	ST	ST	ST	ST	ST	ST	ST	ST	ST	-	+	
	1m	2m	3m	4m	5m	6m	7m	8m	9m	10m	11m	12m	13m	14m	15m	16m	17m	18m	19m	20m		
<b>Subj. Empfinden</b>	Anzahl der Nennungen																					
Gefühl der, Fassungslosigkeit/ Gefühl, ausgeliefert zu sein/ Hilflosigkeit/ Ohnmacht/ Hand- lungsnot „Was soll ich tun?“	B3			B2			B1	B3	B2	B3	2x B2	B2	B3			B2	B1	V B2	B2		8	5
Erkenntnis, Hilflosigkeit/Ohn- macht nicht kontroll. zu können				B2																	1	
Starkes Selbstempfinden Emp- finden der eigenen Stärke								2B2													1	
Gefühl, sofort reagieren zu müssen																		B2			1	
<b>Gewichtung</b>	0	3	0	4	0	0	5	3	4	3	4	4	0	3	0	0	4	5	4	4	2,5	
<b>Somatisches Empfinden</b>	Anzahl der Nennungen																					
Unwillkürliche Anspannung der Muskeln	B3	B1	B3		B3	B3	B3		B3	B4	B4		B3	B3			B2	B3	B2	B2	7	9
Hitzgefühl/Schneller Puls/Schnelles Atmen	B3	B1	B3	B3	B3	B3		B4	B3	B4	B4	B4	B3	B3	B3	B3	B2	B3	B2	B2	10	9
Blass werden/starr werden Stockender Atem/Kalte Hände Mundtrockenheit/Engegefühl				B3							B4							2xB 3	B2	B2	3	1
Tränen		B1																				1
<b>Gewichtung</b>	3	5	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	4	3	3	4	3,0	
<b>Aktivitäten</b>	Anzahl der Nennungen																					
Impulsives aggressives Verhal- ten z.B. Laute Vorwürfe/ Austra- sten/ Toben	2x B4	B1			2x B2			2x B5	2x D1	2x B5		2x B3	2x B1		2x B1		2x B3	2x B3			6	5
Verlust/Minderung der Kontrolle über Verhalten; Unfähigkeit, reflektiert denken zu können	B4			B2				B5	D1	B5	B5	B1			B1		B2	B3			5	4
Rückzug/Zumachen								B5									B4				2	
<b>Gewichtung</b>	2	5	0	0	4	0	0	1	5	1	0	3	5	0	5	0	2	3	0	0	1,8/3,27	

Anmerkungen: B = Beschreibungsmerkmal; D = Definitionsmerkmal; V = notwendige analytische Voraussetzung; VV = Voraussetzung zweiter Ordnung; E = (verstärken-  
de) Empirische Bedingung. Gewichtungsebene (bezogen auf 5 Gewichtungsebenen): 5 = maximale Gewichtung

<b>Konzepte</b>	ST 1m	ST 2m	ST 3m	ST 4m	ST 5m	ST 6m	ST 7m	ST 8m	ST 9m	ST 10m	ST 11m	ST 12m	ST 13m	ST 14m	ST 15m	ST 16m	ST 17m	ST 18m	ST 19m	ST 20m	-	+	
<b>Inhaltl. Voraussetzungen</b>																							
Verletzung subjektiv wichtiger Ansprüche/Bedürfnisse/Werte	V	E	V	V	V	V	E	V	V	V	V	V	V	V	V	V	VV	VV	V	V	V	9	10
Verletzung moralischer Werte	V			V		V																2	1
Anrecht/Einklagbarkeit der Ansprüche/Bedürfnisse/Werte	VV	VV	VV	VV	VV	VV	VV	VV	VV	VV	VV	VV	VV	VV	VV	VV	VV	VV	V	V	VV	10	8
Widerspruch zwischen Anspruch und Wirklichkeit				V																		1	
<b>Formale Voraussetzungen</b>																							
Verantwortlichkeit der Person/ Institution für Fehlverhalten	V	E	E	V	V	V	E	V	V	V	V	V	V	V	V	V	VV	V	V	V	V	8	7
Absichtlichkeit/Fahrlässigkeit/ Rücksichtslosigkeit der Tat	V	E	E	V	V	V	E	V	V	V	V	V	V	V	V	V	VV	V	V	V	V	7	7
Keine Entschuldigung/ Rechtfertigung der P./I.	V		E			V	E	V		V	V	V	V	V					V	V	V	6	5
<b>Empirische Voraussetzungen</b>																							
Wichtigkeit der verletzten Ansprüche	E	E	E	E	E	E		E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	10	9
Häufigkeit des Fehlverhaltens	E		E	E	E	E		E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	8	5
Unerwartetheit/ Unangemessenheit des Fehlverhaltens des Fehlverhaltens/Provokation	E						E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	2xE				E	7	2
Eigene Befindlichkeit Innere Anspannung/ Unzufriedenheit/ Erschöpfung/Überlastung Minimierung des Toleranzniveaus			2xE			E/EE	2xE	2xE	2xE		2xE				2xE	2xE	E	E		E		4	6
Hilflosigkeit/ Ohnmacht/Verlust der Kontrolle über Situation			E		E	E					E				E				2xV			1	4
Mangelnde Einsicht in Fehlverh.																E	2xE	E				1	2
Emotionale Nähe zu Person								E														1	
Enttäuschung von Erwartungen		E						E														1	1
Hohe Erwartungen an andere																							1
<b>Summe</b>	<b>20</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>13</b>	<b>13</b>	<b>20</b>	<b>15</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>19</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>12</b>	<b>15</b>	<b>15</b>	<b>13</b>	<b>24</b>	<b>17</b>	<b>19</b>	<b>18</b>	<b>186</b>	<b>164</b>	

Anmerkungen: B = Beschreibungsmerkmal; D = Definitionsmerkmal; V = notwendige analytische Voraussetzung; VV = Voraussetzung zweiter Ordnung; E = (verstärk-

de) Empirische Bedingung. Gewichtungsebene (bezogen auf 5 Gewichtungsebenen): 5 = maximale Gewichtung

- Grau unterlegt: mit Paarbeziehung unzufriedene Personen



**B2: Auslöser für Zorn in Partnerschaften** (Kategorien unzufriedener Personen fett gedruckt)

	<b>20 Männer</b>	<b>20 Frauen</b>
<b>1.</b> N= 24 (27)	<b>(Häufigkeit des) Kommunikationsverhalten</b>  <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mangelnde Kommunikationsbereitschaft (ST12m)</li> <li>2. Mangelnde Kommunikationsbereitschaft (ST14m)</li> <li>3. Uneindeutige Kommunikation (ST20m)</li> <li>4. Übertriebenes Einklagen von Kommunikation (ST4m)</li> <li>5. Übertriebenes Vergewissern von Aufmerksamkeit (ST17m)</li> <li>6. Übertriebenes Einklagen von Kommunikation (ST19m)</li> <li>7. Mangelnde Kommunikationsbereitschaft (ST10m)</li> <li>8. Konfliktverhalten (Rückzug) der Partnerin (ST11m) z.B. Uneinigkeit bzgl. Kommunikationsverhalten (ST11m)</li> <li>9. Unklares Äußern von Wünschen (ST13m)</li> <li>10. Übertriebenes/ungünstiges Einfordern von Bedürfnissen (ST16m)</li> </ol>	<b>(Häufigkeit des) Kommunikationsverhalten</b>  <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mangelnde Kommunikationsbereitschaft (ST1w)</li> <li>2. Übertriebenes Einklagen von Nähe und Intimität (ST2w)</li> <li>3. Mangelnde Kommunikationsbereitschaft (ST4w)</li> <li>4. Mangelnde Kommunikationsbereitschaft (ST8w)</li> <li>5. Mangelnde Kommunikationsbereitschaft (ST12w)</li> <li>6. Mangelnde Kommunikationsbereitschaft (ST14w)</li> <li>7. Mangelnde Kommunikationsbereitschaft (ST17w)</li> <li>• Unklarheit über Befindlichkeit des Partners (ST17w)</li> <li>• Überbewertung von Konflikthanlässen (ST17w)</li> <li>8. Verschweigen wichtiger Probleme (ST18w)</li> <li>9. Mangelnde Kommunikationsbereitschaft (ST19w)</li> <li>10. Mangelnde Kommunikationsbereitschaft (ST11w)</li> <li>11. Mangelnde Kommunikationsbereitschaft (ST15w)</li> <li>• Ignoranz von möglichen Konflikten (ST15w)</li> <li>• Desinteresse/Nichtbeachtung von konkreten Problemsituationen (ST15w)</li> <li>12. Mangelnde Kommunikationsbereitschaft (ST16w)</li> <li>13. Mangelndes 'Sich-Öffnen' (ST20w)</li> <li>14. Herumreiten' auf geklärten Sachverhalten (ST5w)</li> </ol>

<b>2.</b> N= 21 (29)	<b>Individuelle Eigenheiten/ Persönlichkeitseigenschaften/Divergenz inhaltlicher Bedürfnisse</b>  <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Irrationales Handeln der Partnerin (ST4m)</li> <li>2. Unverhältnismäßige Reaktionen auf eigenes Verhalten (ST8m)</li> <li>3. Mangelnde Einsicht in Fehlverhalten (ST14m)</li> <li>4. Rechthaberei/'Schablonen'-Denken (ST17m)</li> <li>• Besserwisserei (ST17m)</li> <li>5. Persönliche Eigenheiten (ST3m) z.B. Übertriebene Vorsicht (ST3m)</li> </ol>	<b>Individuelle Eigenheiten/ Persönlichkeitseigenschaften/Divergenz inhaltlicher Bedürfnisse</b>  <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Willkür/Launenhaftigkeit (ST1w)</li> <li>2. Keine Übernahme von Heimwerkertätigkeiten (ST12w)</li> <li>3. 'Unbelehrbarkeit' (ST14w)</li> <li>• 'Besserwisserei' (ST14w)</li> <li>4. Umständlichkeit beim Reden (ST19w)</li> <li>• Hektik des Partners (ST19w)</li> <li>5. Uneinigkeit bei finanziellen Ausgaben (ST3w)</li> <li>• Meinungsverschiedenheiten z.B. Uneinigkeit bei Zeiteinteilung oder Freizeitgestaltung (ST3w)</li> <li>6. Mangelndes Eingestehen von Fehlern des</li> </ol>
-------------------------------	---	--

	<ol style="list-style-type: none"> <li>6. Persönliche Eigenheiten (ST6m) z.B. Sammeltrieb der Partnerin (ST6m) <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mangelnder Mut für Neues (der Partnerin) (ST6m)</li> </ul> </li> <li>7. Persönliche Eigenheiten (ST7m) z.B. Trinkgewohnheiten („Glucksen“) (ST7m)</li> <li>8. Mangelndes Selbstvertrauen der Partnerin (ST11m) <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mangelndes Ausleben eigener Möglichkeiten (der Partnerin) (ST11m)</li> </ul> </li> <li>9. Unlogisches/Unverständliches Verhalten (ST13m)</li> <li>10. Unlogisches Verhalten (ST15m) z.B. Unsinnige überflüssige Tätigkeiten (ST15m) oder Inkonsequenz (ST15m)</li> </ol>	<p>Partners (ST5w)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>7. Persönliche Eigenheiten (ST7w) z.B. 'Abschalten können' (trotz anstehender Arbeit) (ST7w) <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ungleiche Zeitplanung (z.B. Urlaubsplanungen) (ST7w)</li> </ul> </li> <li>8. Verschiedene Vorstellungen bzgl. Kleinigkeiten Z.B. Art des Wäscheaufhängens (ST10w) <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wenig Akzeptanz persönlicher Grenzen z.B. Erschöpftheit bei Diskussionen (ST10w)</li> </ul> </li> <li>9. Uneinigkeit über körperliche Nähe (ST11w)</li> <li>10. Persönliche Eigenheiten z.B. Geiz oder Vernachlässigung der äußeren Erscheinung (ST13w)</li> <li>11. Mangelndes gezeigte Mitempfinden (ST15w)</li> </ol>
--	--	---

<p><b>3.</b> N= 19 (19)</p>	<p style="text-align: center;"><b>Ungerechte Vorwürfe</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ungerechte Vorwürfe (ST1m)</li> <li>2. Ungerechte Vorwürfe (ST5m)</li> <li>3. Ungerechte Vorwürfe (ST12m)</li> <li>4. Ungerechte Vorwürfe (ST14m)</li> <li>5. Ungerechte Vorwürfe/Schuldzuweisungen (ST17m)</li> <li>6. Ungerechte Vorwürfe (ST19m)</li> <li>7. Ungerechte Vorwürfe (ST20m)</li> <li>8. Ungerechte Vorwürfe (ST2m)</li> <li>9. Ungerechte Vorwürfe (ST11m)</li> <li>10. Ungerechte Vorwürfe (ST13m)</li> <li>11. Ungerechte Vorwürfe (ST15m)</li> <li>12. Ungerechte Vorwürfe (ST18m)</li> </ol>	<p style="text-align: center;"><b>Ungerechte Vorwürfe</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ungerechte Vorwürfe (ST1w)</li> <li>2. Ungerechte Vorwürfe (ST4w)</li> <li>3. Ungerechte Vorwürfe (ST14w)</li> <li>4. Ungerechte Vorwürfe (ST2w)</li> <li>5. Ungerechte Vorwürfe/Vorhaltungen (ST6w)</li> <li>6. Ungerechte Vorwürfe (ST11w)</li> <li>7. Versteckte/ungerechte Vorwürfe (ST20w)</li> </ol>
---	--	--

<p><b>4.</b> N= 16 (18)</p>	<p style="text-align: center;"><b>Unzuverlässigkeiten</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Nichteinhalten von Absprachen/ Unzuverlässigkeit (ST5m)</li> <li>2. Nichteinhalten von Absprachen/Unzuverlässigkeit (ST10m)</li> <li>3. Unpünktlichkeit (ST13m)</li> <li>4. Unordentlichkeit/Schlampigkeit (ST15m) <ul style="list-style-type: none"> <li>• Nichteinhalten von Absprachen (ST15m)</li> </ul> </li> <li>5. Nichteinhalten von Absprachen/Unzuverlässigkeit (ST18m)</li> </ol>	<p style="text-align: center;"><b>Unzuverlässigkeiten</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Nichteinhalten von Absprachen/Unzuverlässigkeit (ST2w)</li> <li>2. Nichteinhalten von Absprachen/Unzuverlässigkeit (ST4w)</li> <li>3. Nichteinhalten von Absprachen/Unzuverlässigkeit (ST8w)</li> <li>4. Nichteinhalten von Absprachen/Unzuverlässigkeit (ST9w) <ul style="list-style-type: none"> <li>• Schludrigkeit/Mangelnde Sorgfalt (ST9w)</li> </ul> </li> <li>5. Nichteinhalten von Absprachen (ST12w)</li> <li>6. Nichteinhalten von Absprachen/Unzuverlässigkeit (ST14w)</li> <li>7. Nichteinhalten von Absprachen/Unzuverlässigkeit (ST17w)</li> <li>8. Nichteinhalten von Absprachen/Unzuverlässigkeit (ST18w)</li> <li>9. Nichteinhalten von Absprachen/Unzuverlässigkeit (ST10w)</li> <li>10. Uneinigkeit/Mißverständnisse bei Absprachen (ST11w)</li> <li>11. Gedankenlosigkeit bzgl. sozialen Verpflichtungen (ST20w)</li> </ol>
---	--	--

<b>5.</b> N= 15 (15)	<p style="text-align: center;"><b><u>Undankbarkeit</u></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mangelnde Beachtung der eigenen Leistung (Undankbarkeit) (ST4m)</li> <li>2. Mangelnde Beachtung der eigenen Leistung (ST5m)</li> <li>3. Mangelnde Beachtung der eigenen Leistung (ST9m)</li> <li>4. Mangelnde Beachtung der eigenen Leistung (ST12m)</li> <li>5. Mangelnde Beachtung der eigenen Leistung (Undankbarkeit) (ST19m)</li> <li>6. Mangelnde Beachtung der eigenen Leistung (ST2m)</li> <li>7. Mangelnde Beachtung der eigenen Leistung (Undankbarkeit) (ST10m)</li> <li>8. Mangelnde Beachtung der eigenen Leistung (Undankbarkeit) (ST18m)</li> </ol>	<p style="text-align: center;"><b><u>Undankbarkeit</u></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mangelnde Beachtung der eigenen Leistung (Undankbarkeit) (ST1w)</li> <li>2. Mangelnde Beachtung der eigenen Leistung (Undankbarkeit) (ST2w)</li> <li>3. Mangelnde Beachtung der eigenen Leistung (ST4w)</li> <li>4. Mangelnde Beachtung der eigenen Leistung (Undankbarkeit) (ST9w)</li> <li>5. Mangelnde Beachtung der eigenen Leistung /Undankbarkeit (ST17w)</li> <li>6. Mangelnde gezeigte Beachtung der eigenen Leistung (Lob) (ST15w)</li> <li>7. Mangelnde Beachtung der eigenen Leistung (ST16w)</li> </ol>
<b>6.</b> N= 14 (18)	<p style="text-align: center;"><b>Frustrationen/ Zurückweisungen/ Mangelndes Ernstnehmen eigener Bedürfnisse</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Keine Akzeptanz eigener Bedürfnisse (ST1m)</li> <li>2. Nichterfüllung von Erwartungen (ST4m)</li> <li>3. Mangelnde gezeigte Solidarität (ST5m) <ul style="list-style-type: none"> <li>• Zurückweisung sexueller Wünsche/Bedürfnisse (ST5m)</li> </ul> </li> <li>4. Mangelnde Toleranz bzgl. eigener Eigenheiten (ST8m) <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einschränkung eigener Entfaltungsmöglichkeiten (ST8m) z.B. Zeitbeschränkung (ST8m) oder Einschränkung von Hobbys (ST8m)</li> </ul> </li> <li>5. Mangelndes Zeigen von Zuneigung (ST12m)</li> <li>6. Mangelndes Erkennen von Bedürftigkeit (ST14m)</li> <li>7. Nicht ernst genommen werden mit eigenen Bedürfnissen (ST20m)</li> <li>8. Nicht ernst genommen werden (ST2m)</li> </ol>	<p style="text-align: center;"><b>Frustrationen / Zurückweisungen/ Mangelndes Ernstnehmen eigener Bedürfnisse/</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Nicht ernst genommen werden bei Konflikten (ST8w)</li> <li>2. Nicht ernst genommen werden mit eigenen Bedürfnissen (ST12w) Z.B. Nicht richtig zuhören (ST12w)</li> <li>3. Eindruck, falsch wahrgenommen zu werden (ST14w) <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gefühl, für Erfüllung eigener Bedürfnisse immer kämpfen zu müssen (ST14w)</li> </ul> </li> <li>4. Nicht Ernstnehmen der persönlichen Eigenheiten (ST18w)</li> <li>5. In Bedürftigkeit nicht wahrgenommen werden (ST5w) <ul style="list-style-type: none"> <li>• Nicht Ernstgenommen werden (z.B. Bagatellisierung wichtiger Lebensthemen) (ST5w)</li> </ul> </li> <li>6. Nicht ernst genommen werden (ST13w)</li> </ol>
<b>7.</b> N= 14 (16)	<p style="text-align: center;"><b>Bevormundungen/Keine Gleichberechtigung</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Bevormundungen bei Alltagsplanungen (ST1m)</li> <li>2. Bevormundungen (ST4m)</li> <li>3. Keine Gleichberechtigung/Bevormundungen (ST8m)</li> <li>4. Bevormundungen (ST9m)</li> <li>5. Keine Gleichberechtigung/Bevormundungen (ST17m)</li> <li>6. Bevormundungen/Keine Gleichberechtigung (ST20m) <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einmischung/Bewertung des eigenen Verhaltens /"Belehrungen" (ST20m)</li> </ul> </li> <li>8. Bevormundungen (ST2m) <ul style="list-style-type: none"> <li>• Übertriebene Fürsorge (ST2m)</li> </ul> </li> </ol>	<p style="text-align: center;"><b>Bevormundungen/Keine Gleichberechtigung</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Unterdrückung/negative Bevormundung (ST1m)</li> <li>2. Keine Gleichberechtigung/Bevormundungen (ST4w)</li> <li>3. Keine Gleichberechtigung/Bevormundungen (ST14w)</li> <li>4. Bevormundungen (ST11w)</li> </ol>

	9. Bevormundungen (ST3m) 10. Keine Gleichberechtigung/Bevormundungen (ST 10m)	
<b>8.</b> N= 13 (14)	<b>Mangelnde Fürsorglichkeit/Verantwortung</b>  1. <u>Mangelnde Fürsorglichkeit (ST9m)</u>	<b>Mangelnde Fürsorglichkeit/Verantwortung</b> 1. <b>Mangelnde Fürsorglichkeit(ST2w)</b> 2. <b>Mangelnde Fürsorglichkeit(ST4w)</b> 3. <b>Mangelnde Fürsorglichkeit (ST12w) z.B. zu wenig gemeinsam Zeit (ST12w)</b> 4. <b>Mangelnde Fürsorglichkeit (ST17w)</b> • <b>Mangelnde Übernahme von Verantwortung des Partners (ST17w)</b> 5. <b>Mangelnde Verantwortung bei Entscheidung bzgl. Kinder (ST18w)</b> 6. <b>Mangelnde Fürsorglichkeit (ST5w)</b> 7. <b>Mangelnde Fürsorglichkeit (ST7w)</b> 8. <b>Mangelnde Fürsorglichkeit z.B. bei Krankheit (ST10w)</b> 9. <b>Unterschiedliche Auffassungen von Fürsorglichkeit z.B. bei sozialen Kontakten, bei Krankheit (ST16w)</b> 10. <b>Mangelnde Verantwortungsübernahme bzgl. Kind und Haushalt (ST20w)</b>
<b>9.</b> N= 12 (15)	<b>Personenbezogene Abwertungen</b> 1. <b>Abwertungen der eigenen Person durch Partnerin (ST5m)</b> • <b>Anzweifeln der eigenen Urteilsfähigkeit (ST5m)</b> 2. <b>Abwertungen (ST9m)</b> 3. <b>Anmaßende Beurteilung der eigenen Person (ST14m)</b> 4. <b>Rücksichtslosigkeit (ST8m) z.B. Eigenmächtiges Setzen von Prioritäten (ST8m)</b> 5. <b>Mangelnde Akzeptanz der eigenen Person (ST19m)</b>	<b>Personenbezogene Abwertungen</b> 1. <b>Mißachtung der eigenen Person (ST4w)</b> • <b>Despotismus(ST4w)</b> 2. <b>Mangelnde Beachtung der eigenen Person/Interessenlosigkeit (ST8w)</b> 3. <b>Unsachliche Abwertungen (Beleidigungen) (ST14w)</b> 4. <b>‘Herumreiten’ auf persönlichen Eigenheiten (ST18w)</b> 5. <b>Ausreden` eigener Bedürfnisse (ST19w)</b> • <b>Partner setzt seine Bedürfnisse durch (ST19w)</b> 6. <b>Witze auf Kosten der eigenen Person (ST7w)</b> 7. <b>Zynismus/Sarkasmus (ST13w)</b>
<b>10.</b> N= 9 (12)	<b>Ungerechte Arbeitsaufteilung</b>  1. <b>Mangelnde Arbeitsteilung (ST18m)</b>	<b>Ungerechte Arbeitsaufteilung</b> 1. <b>Ungerechte Arbeitsaufteilung(ST2w)</b> • <b>Ungleiche Gewichtung wichtiger Themen (ST2w)</b> 2. <b>Ausgenutzt werden(ST4w)</b> • <b>Übervorteilung(ST4w)</b> • <b>Ungerechte Arbeitsaufteilung(ST4w)</b> 3. <b>Ungerechte Arbeitsaufteilung (ST18w)</b> 4. <b>Mangelnde Unterstützung (ST19w)</b> 5. <b>Ungerechtigkeit z.B. ungerechte Arbeitsaufteilung (ST5w)</b> 6. <b>Mangelnde Arbeitsentlastung (ST7w)</b> 7. <b>Ungerechte Arbeitsaufteilung (ST13w)</b> 8. <b>Ungerechte Arbeitsaufteilung (ST16w)</b>

**B3.1: Konzeptkategorien zu Umgang/Bewältigung des Zorns (Frauen)**  
**Antezedente Bedingungen für Umgang/Bewältigung des Zorns: Zeigen des Zorns (Bewältigungs“stil“ 14 Frauen)**

Konzepte	ST 1w	ST 2w	ST 3w	ST 4w	ST 5w	ST 6w	ST 7w	ST 8w	ST 9w	ST 10w	ST 11w	ST 12w	ST 13w	ST 14w	ST 15w	ST 16w	ST 17w	ST 18w	ST 19w	ST 20w	-	+	
Selbstsicherheit/ Selbstbewußtsein	A			A	A		A			A	A								A		1+2	4+1	
Intensität des Zorns		A			A	A	A				A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	4+1	6+2	
Vertrauen in Belastbarkeit/ Auseinandersetzungsbereitschaft des Partners; Zutrauen in gemein- sam. Zukunft					A		A		3x A				A								1 (3x)	3	
Angst vor Verhärtung d. Fronten/ Angst, Partnersch. zu gefährden			A		A																	1+1	
Hilfslosigkeit/ Hoffnungslosigkeit Gefühl des Ausgeliefertseins/Keine Handlungsalternative / keine andere Möglichkeit, sich Gehör zu ver- schaffen		2xA						2x A	A		A		A	A		A				2x A	4	3+1	
Kontrollverlust								A		A	A										2	2+1	
Wichtigkeit des Anliegens Über- zeugung, im Recht zu sein	A		A											A	A	A	A				2+1	1+1	
Allgemeine Unzufriedenheit/ Anspanntheit in der Partner- schaft/Ansammlung verschiedener Belastungen/Häufigkeit des Fehl- verhaltens			A			A						2xA									+1	2+1	
Bewußter Entschluß, Ärger zu zeigen/Vornahme																A						+1	
Erfahrungen in der Kindheit Harmoniebedürfnis		AA																			1		
Anzahl der Konzepte	2	4	3	1	4	2	4	3	4	4	2	5	3	4	4	2	4	1	1	2	4	19	23
																					+6	+10	

Anmerkung: A = Antezedente Bedingung; AA = Antezedente Bedingung 2. Ordnung; Große Schrift (Arial 12): Vorrangig gezeigter Bewältigungsstil; Kleine Schrift ( Arial 8): Seltener gezeigter Bewältigungsstil; schattiert/grau unterlegt: partnerschaftsunzufriedene Personen

### Sukzidente Konsequenzen des Zeigens von Zorns bei Partnerin/Verhaltensreaktionen der Partnerin (14 Frauen)

Nummerierung nur bei Verhaltenskonsequenzen, wenn durch oder-Relation eine Gewichtung verdeutlicht wird

Konzepte	ST 1w	ST 2w	ST 3w	ST 4w	ST 5w	ST 6w	ST 7w	ST 8w	ST 9w	ST 10w	ST 11w	ST 12w	ST 13w	ST 14w	ST 15w	ST 16w	ST 17w	ST 18w	ST 19w	ST 20w	-	+
Gegenwürfe/ Beschimpfungen	K1	K1		K1	K2			2x K2 + MV	K3					K4			K2	K1	K1		6+2 +1 mit MV	1
Bagatellisierung des Sachverhaltes		K3			K1			K1	K1		K6			K3			K2	K2	K2		7	2+1
Ärger/Wut bei Partnerin	K1			K1	K2		K2	K2 + MV	K3	K1	K7			K2	K1	K1	K1	K1	K1	K1	5+2 +1 MV	5+2
Einsicht in Fehlverhalten/ Veränderung des Partn./mehr Rücksichtnahme/Offenes Eingestehen des Fehlers/sich entschuldigen/Offenes Nachfragen /Zeigen von Interesse durch Partner / Ernsthaftes Suchen nach Lösungen			2xK 1 & K2		2x K3	2x K1	2x K1		K4	2x K1	K1 K2 & K4	K1 K2	K2	K5	K2 2x K3	2x K2	2x K3	2x K1			4+1	6+3
Rückzug/Abbruch der Kommunikation	K2				K4		K2	K1	K2 + KP 1	K1			K1		K1	K1	K1				3 +1	5 +1
Zeigen von Gekränktheit/ Verletztheit/Partner fühlt sich zurückgewiesen/ angegriffen/ ungerecht behandelt/provoziert/ ist frustriert/ eingeschüchtert		K2		K1	K4	K1	K2	K1	K2	3x K1	K8						K1		K2 K5	2x K1	5 +1	5 +1
Ablehnung/Verachtung Abwertung/Unverständnis des Verhaltens/Zorns/Überflüssig				K1	K2			K2 + MV	K1	K1	K5			K1						K1	2+1 +1 MV	3+1

Konzepte	ST 1w	ST 2w	ST 3w	ST 4w	ST 5w	ST 6w	ST 7w	ST 8w	ST 9w	ST 10w	ST 11w	ST 12w	ST 13w	ST 14w	ST 15w	ST 16w	ST 17w	ST 18w	ST 19w	ST 20w	-	+	
Scham/Schuldgefühle		K2			K3						K3					K2				K1	1	3+1	
Überraschung/Erschrecken			K3			K1	K1										K1				1	2+1	
Angst bei Partner		K1																			1		
Partner setzt sich still mit Vorwurf auseinander/Stille versteckte Zu- stimmung (ST9)									K4						K1						2	+1	
Körperliches Mißbehagen Kopf- schmerzen bei Partner		2x K1																			1		
Übergehen/ignorieren des Ärgers Keine Verhaltensänderung/ <b>keine Lösung der Probleme</b>												K2	K1	KP 1							1+1	1	
Anerkennung/Bewunderung												K2										+1	
Humorvolles Auffangen des Zorns							K1															1	
Zeit über Problem nachzudenken										K1												1	
Anzahl der Konzepte	3	7	4	6	9	4	7	6	9	10	8	4	4	5	6	5	8	6	5	5	41	44	
																					+13	+18	

### Nur wenn auch (Moderatorvariable für negative Konsequenzen s.o. +MV)

Fortgesetzte Vorwürfe																						

Anmerkung: K = Konsequenzen bei PartnerIn; KP = Konsequenzen auf Partnerschaft; KKP = Konsequenzen auf Partnerschaft 2. Ordnung; MV = Moderatorvariable; Große Schrift (Arial 12): Vorrangig gezeigter Bewältigungsstil; Kleine Schrift (Arial 8): Seltener gezeigter Bewältigungsstil; schattiert/grau unterlegt: partnerschaftsunzufriedene Personen

### Sukzedente Konsequenzen des Zeigens von Zorn auf Partnerschaft (14 Frauen)

Konzepte	ST 1w	ST 2w	ST 3w	ST 4w	ST 5w	ST 6w	ST 7w	ST 8w	ST 9w	ST 10	ST 11w	ST 12w	ST 13	ST 14	ST 15w	ST 16	ST 17	ST 18	ST 19	ST 20	-	+
Verbesserung der Partnerschaft Ermöglichung von "Verträgen"	KP5		KKK P3		KK P1	KP 1	KK P1	KK P1	KK P1	KK P1	KKK P1	KKK P1	KK P1	KK P1	KK P1	KK P1	KK P1	KK P1	KK P1	KK P3	2 +2	7 +2
Klärung von Wünschen und Bedürfnissen/Abstecken von Fronten	KP1		KP2		2x KP 1	2x KP 1	KP 1	KK P1	KK P1			KKP 1	KP 1	KK P1	KKP 1	2x KP 2	KP 2	KK P2	KK P1	KK P1	4 +2	6 +2
Erhöhung von Intimität und Nähe/Stärkung partnerschaftli- chen Vertrauens/ Kennenlernen von versteckten Eigenheiten des Partners/Offenlegung wichtiger Entwicklungsschritte/	KP3 KP4		KKP 1 KKP 2		KP 1	KP 1	2x KP 1	2x KP 2	2x KP P1	KKP 1	KKP 1		KP 1K P2	KK P1	KKK P1 KKP 2 KKK P2	KK P1	KK P3	KK P3	KK P2	KK P2	2 +1	6 +3
Konstruktive Auseinandersetzung über Bedürfnisse			KP3				KP 1			KP1	KP1	KP1			KP1	KP 2	KK P1	KK P1	KP 3	1 +1	4 +3	
Positive Veränderung von Machtverhältnissen	KP2										KKP 3										+1	+1
Verschlechterung der Partner- schaft		KP 1		KP1		KP 4 + MV		KK P2		KK KP 2/ MV				KK KP 1		KK P1	KK P1	KK KP 1	KK KP 1		5+1	0 +2 mit MV
Streit/Eskalation		KP 2		KP1		KP 2+ MV		KP 1	KP 1	KK P2/ MV		KP2		KP 1	KP1		KP 1	KP 1	KP 2	KP 2	7+2	1+1 +2 MV
Zerstörung von Intimität und Nähe/Schwächung von vertrauen/ des Zusammengehörigkeitsgefühls/ Auseinanderleben Gegenseitige Distanzierung		KP 3				KP 3+ MV		KP 2		2x K1 2x KK P1/ MV		KKP 1		KK P1 KK P2				KK KP 2 +3 KK P1	KK KP 2 +3 KK P1		4+2	0 +2 MV



Konzepte	ST 1w	ST 2w	ST 3w	ST 4w	ST 5w	ST 6w	ST 7w	ST 8w	ST 9w	ST 10w	ST 11w	ST 12w	ST 13w	ST 14w	ST 15w	ST 16w	ST 17w	ST 18w	ST 19w	ST 20w	-	+
Negative Stabilisierung von Machtverhältnissen				KP1															KK P1		1+1	
Durchsetzung eigener Interessen						KP 1					KKP 2											1 +1
Erschwerung sachlicher Auseinandersetzung																				KP 1		1
Aufrüttelung des Partners					KP 1																	1
Ermöglichung des Vergeben und Vergessens			KP1																			+1
Anzahl von Konzepten	5	3	6	3	4	8	5	4	7	8	5	5	4	5	5	5	3	5	5	6	32 +13	40 +16

### Nur wenn auch (Moderatorvariable für negative Konsequenzen für Partnerschaft)

Konzepte	ST 1w	ST 2w	ST 3w	ST 4w	ST 5w	ST 6w	ST 7w	ST 8w	ST 9w	ST 10w	ST 11w	ST 12w	ST 13w	ST 14w	ST 15w	ST 16w	ST 17w	ST 18w	ST 19w	ST 20w	-	+
Massive Verletzung des Partners						MV																
Keine Akzeptanz der Eigenheiten des anderen									MV													
Den anderen nicht so lassen können										MV												
Keine Zeit für Konfliktlösungen											MV											

Anmerkung: K = Konsequenzen bei PartnerIn; KP = Konsequenzen auf Partnerschaft; KKP = Konsequenzen auf Partnerschaft 2. Ordnung; KKKP = Konsequenzen auf Partnerschaft 3. Ordnung; MV = Moderatorvariable; Zahlen: Hierarchisierung innerhalb Merkmalsbereich; Große Schrift (Arial 12): Vorrangig gezeigter Bewältigungsstil; Kleine Schrift (Arial 8): Seltener gezeigter Bewältigungsstil; schattiert/grau unterlegt: partnerschaftsunzufriedene Personen



### Antezedente Bedingungen für Umgang/Bewältigung des Zorns: Unterdrücken des Zorns(Bewältigungs“stil“: 6 Frauen)

Konzepte	ST 1w	ST 2w	ST 3w	ST 4w	ST 5w	ST 6w	ST 7w	ST 8w	ST 9w	ST 10w	ST 11w	ST 12w	ST 13w	ST 14w	ST 15w	ST 16w	ST 17w	ST 18w	ST 19w	ST 20w	-	+		
Hilflosigkeit/ Hoffnungslosigkeit	2X A		A	AA + A	A			A	A	A		A	A	A	W	A	2xA		2xA		A	3+7	3+7	
Bequemlichkeit									A			A				A		A			A	1+3	+2	
Intensität des Zorns																						0	0	
Angst vor Abwertung/Ablehnung/Verachtung/Repressalien/ neg. Konseq./ Trennung/ Unberechenbarkeit	2X A	A	A	AA	A		2xA		2xA	2xA	A		2xA		A							2+2	3+4	
Negative Erfahrungen in der Kindheit (neg. Erfahrungen mit Zeigen des Zorns Erfahrung, ausgegrenzt zu werden)				AA							A+	3xA bsp									1	1		
Unsicherheit bzgl. Angemessenheit/Berechtigung des Ärgers/ der Ärgerreakt.									A					A	A							+2	1	
Unerwartetheit/Überraschung				A																			1	
Unangemessenheit des Zeitpunktes/Äußere Situation/ Anwesenheit anderer Personen														A		A		2xA	A			+3	+1	
Bereitschaft zur Toleranz; Zurückzustecken/Bemühung um Sachlichkeit / logisches Denken						A		A					A								A	+1	+3	
Angst vor eigenen Gefühlen		A																				+1		
Hoffnung in Abbau des Zorns								A														+1		
Selbstmitleid																					A		+1	
Belastetheit der Partnerschaft					A																		+1	
Allgemeine Zufriedenheit						A																	+1	
Anzahl der Konzepte	4	2	3	4	3	2	2	2	6	3	5	2	4	4	2	3	2	3	3	4	4	10+	7	
																						22	+21	

Anmerkung: A = Antezedente Bedingung; AA = Antezedente Bedingung 2. Ordnung; Große Schrift (Arial 12): Vorrangig gezeigter Bewältigungsstil; Kleine Schrift (Arial 8): Seltener gezeigter Bewältigungsstil; schattiert/grau unterlegt: partnerschaftsunzufriedene Personen

### Sukzidente Konsequenzen der Unterdrückung des Zorns bei Partnerin/Verhaltensreaktionen der Partnerin (6 Frauen)

Konzepte	ST 1w	ST 2w	ST 3w	ST 4w	ST 5w	ST 6w	ST 7w	ST 8w	ST 9w	ST 10w	ST 11	ST 12	ST 13w	ST 14w	ST 15	ST 16w	ST 17w	ST 18w	ST 19w	ST 20w	-	+	
Übergehen/Ignorieren des Ä./Z Partner bemerkt nichts/ Keine Vorstellung der Reaktion	K2	K1	K2		K1		K1 +K3	K1	K1		K4	K1 K3	2x K1	K1 K2	K1	K1			K1			3/+ 7	3/+ 7
Vorwurf/Beschimpfungen Spitze Bewerkungen	K3			K1																		2	0
Offenes Nachfragen/Einsicht in Fehlverhalten/Erklären des eig. Standpunktes; Partner entschuldigt sich			2x K1			K1		K3	K1	K1	K1			K4			K3	K1			4x K2	+4	2+3
Einklagen von Kommunikation			K1				K2			K1	K2										0	2+2	
Anerkennung/Bewunderung Positive Bewertung					K2	K1		K1				K2			K3			K1			1+2	1+2	
Genervtheit/ Resignation/ Rück- zug des Partners	K1						K4	K4			K2			K5							1+2	1+1	
Ärger/Wut bei Partnerin				K1							K2			K3						K1	1+1	1+1	
Abwertung/Verachtung				K1						K2										K1	1	+2	
Zeigen von Gekränktheit/ Partner fühlt sich angegriffen							K4	K2	K2	K2	K3									K1 K2	+1	1+3	
Partner setzt Interessen durch															K2							1	
Scham/Schuldgefühle																	K2			K1	+1	+1	
Überraschung/Erschrecken					K2												K2				+1	+1	
Angst bei Partner										K2							K2				+1	+1	
Anzahl der Konzepte	3	1	4	3	3	2	5	1	5	5	6	3	2	5	3	1	5	2	1	9	9	13	
Beharrliches Unterdrücken des Zorns										MV											+20	+27	

Anmerkung: A = Antezedente Bedingung; AA = Antezedente Bedingung 2. Ordnung; K = Konsequenzen bei PartnerIn; KP = Konsequenzen auf Partnerschaft; KKP = Konsequenzen auf Partnerschaft 2. Ordnung; MV = Moderatorvariable; Z = Ziele/Intentionen; Zahlen: Hierarchisierung innerhalb Merkmalsbereich; Große Schrift (12): Vorrangig gezeigter Bewältigungsstil; Kleine Schrift (8): Seltener gezeigter Bewältigungsstil; schattiert/grau unterlegt: partnerschaftsunzufriedene Personen

### Sukzidente Konsequenzen der Unterdrückung des Zorns auf Partnerschaft (6 Frauen) Numerierung bei Verbindung mit und-Relationen

Konzepte	ST 1W	ST 2W	ST 3W	ST 4W	ST 5W	ST 6W	ST 7W	ST 8W	ST 9W	ST 10W	ST 11W	ST 12W	ST 13W	ST 14W	ST 15W	ST 16W	ST 17W	ST 18W	ST 19W	ST 20W	-	+
Verschlechterung der Partnerschaft (auch unter Berücksichtigung von 'soll nicht sein' und MVs)	Sn s	Sns	KK P3 + MV	KK P2	KKK P1		KKP 3	KKK P1	KKK P1	KK P1 + MV	KK P1 + 1	KKK P1	KKP 1	KKP 1	Sn s	KKP 1	KKP P1	KKK P1	KP1		3 +7	1 +5 +2 MV
Zunahme der eigenen Unzufriedenheit /Zunahme der Unzufriedenheit mit Partnerschaft	KP 2 KP 3	KP1 KP2	KP 3 + MV		KP1		KP1	KP1	KP 1	KP 2 + MV	KP 2 P1 + KK P2	KK 2 KKP 3	KP2 KP1	KP2 KP1	KP 1	KP2 KP1	KP1	KKP 3KK P2	KKP 1 KKK P1		2 +6	1 +5 +2 MV
Vermeidung von notwendigen Auseinandersetzungen/ Erschwerung sachlicher Auseinandersetzung	KP 1	KP3	KP 3 + MV				KP1	KP1		KP 1	KP 1		KP1		KP 1		KP1			KP1	2 +3	1 +4 +1 MV
Beeinträchtigung partnersch. Vertrauens/Zerstörung von Intimität und Nähe/ Abwendung/Ausgrenzung von Partner/ Gegenseitige Distanzierung/ Mißverständnisse			2x KP + MV	KP 2 KK P1	KP1		KP1	KP1	KKP 1 KKP 2	KP1	2x KP + MV	KKP 1	2x KP1	2x KP1/ 2	KK P1. KK P2						1 +3	1 +4 +2 MV
Gedankliche Weiterbeschäftigung/Anstauen des Zorns	KP 2	KP4			KP1		KP1		KP1		KP 2 + MV			KP1	KK P1		KKP 1	KKK P2			1 +5	1 +2 +1 MV
Verbesserung der Partnerschaft			KK KP 1			KP1	KP2	KKP 2												KKP 3	0 +2	1 +3
Vermeidung von (destruk.) Auseinandersetzungen/Keine Abwertung durch Partner				KP 1			KP1	KP2													1 +1	+1

Konzepte	ST 1w	ST 2w	ST 3w	ST 4w	ST 5w	ST 6w	ST 7w	ST 8w	ST 9w	ST 10w	ST 11w	ST 12w	ST 13w	ST 14w	ST 15w	ST 16w	ST 17w	ST 18w	ST 19w	ST 20w	3/+	3/+	
<b>Unkontrollierter Wutausbruch/Jähzorn</b>	<b>KK P1</b>				<b>KKP 1</b>		<b>KPP 1</b>		<b>KKK P1</b>	<b>KKP 1</b>												<b>1+1</b>	<b>+3</b>
<b>Abbau des Ärgers/Zorns</b> Ärger verblasst/verraucht						<b>KP1</b>	<b>KP1</b>					<b>KP 1</b>										<b>1</b>	<b>+2</b>
Gewinnen von Zeit, über Anlaß des Zorns/Lösungen nachzudenken/Ärger mit sich alleine ausmachen zu können			<b>2x KP 2</b>																			<b>1</b>	<b>1</b>
Festigung der Macht des Partners				<b>KP 2</b>																		<b>1</b>	
Möglichkeit der offenen Aussprache/konstruktiven Auseinandersetzung/klärenden Krise			<b>KK P1</b>						<b>KKK P2</b>												<b>KP3</b>	<b>+1</b>	<b>1+1</b>
Mühsame und aufreibende Konflikte/Streit/Eskalation											<b>KP 2 + MV</b>										<b>KP2</b>		<b>0+1</b>
Ignorieren der Bedürfnisse des Partners/Stille Rache					<b>2x KP1</b>								<b>KKP 2</b>										<b>+2</b>
<b>Keine Überbewertung des Zornsanlasses</b>						<b>KP1</b>																	<b>+1</b>
<b>Erhöhung von Intimität und Nähe</b>																					<b>KKP 2</b>		<b>+1</b>
Klärung von Wünschen und Bedürfnissen																					<b>KKP 1</b>		<b>+1</b>
Trauer/Enttäuschung/Gefühl des Alleingelassen seins							<b>KKP 2</b>																<b>+1</b>
<b>Anzahl der Konzepte</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>8</b>	<b>4</b>	<b>7</b>	<b>3</b>	<b>9</b>	<b>5</b>	<b>7</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>2</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>14+</b>	<b>19+</b>	

### Strang, verbunden mit Moderatorvariable für negative Konsequenzen für Partnerschaft

Lange Dauer der Ärgerunterdrückung	<b>MV</b>																						
Keine Veränderung des eigenen Verhaltens											<b>MV</b>												
Keine Hilfe/Unterstützung durch den Partner											<b>MV</b>												

Anmerkung: K = Konsequenzen bei PartnerIn; KP = Konsequenzen auf Partnerschaft; KKP = Konsequenzen auf Partnerschaft 2. Ordnung; KKKP = Konsequenzen auf Partnerschaft 3. Ordnung; MV = Moderatorvariable; Zahlen: Hierarchisierung innerhalb Merkmalsbereich; Große Schrift (Arial 12): Vorrangig gezeigter Bewältigungsstil; Kleine Schrift (Arial 8): Seltener gezeigter Bewältigungsstil; schattiert/grau unterlegt: partnerschaftsunzufriedene Personen

**Ziele/Intentionen der Unterdrückung des Zorns auf Partnerin (6 Frauen) Reihenfolge/Nummerierung auch bei und-Relation**

Konzepte	ST 1W	ST 2W	ST 3W	ST 4W	ST 5W	ST 6W	ST 7W	ST 8W	ST 9W	ST 10W	ST 11W	ST 12W	ST 13W	ST 14W	ST 15W	ST 16W	ST 17W	ST 18W	ST 19W	ST 20W	-	+
<b>Vermeidung fruchtloser Auseinandersetzungen/</b> Ermöglichung sachlicher Auseinandersetzung//Stabilisierung der Partnerschaft/Keine Beeinträchtigung von Harmonie	<b>2X</b> <b>Z1</b>	<b>Z1</b>	<b>Z1</b>	<b>Z1</b>	<b>Z3</b>	<b>Z1</b>	<b>Z1</b>	<b>Z1</b>	<b>Z2</b>	<b>Z1</b>	<b>W</b>	<b>Z1</b>	<b>Z2</b>	<b>Z1</b>	<b>W</b>	<b>Z1</b> <b>Z2</b>				<b>Z1</b>	<b>3/+</b> <b>7</b>	<b>7</b>
<b>Selbstschutz/</b> Keine weiteren Kränkungen/Verletzungen Verbergen der eigenen Verletztheit/ Bewahrung der Haltung	<b>2X</b> <b>Z2</b>		<b>Z1</b>				<b>Z2</b> <b>Z5</b>	<b>Z2</b>	<b>Z3</b>	<b>Z3</b> <b>Z4</b>	<b>2X</b> <b>Z3</b>	<b>Z1</b> <b>Z2</b>	<b>Z3</b> <b>Z4</b>	<b>Z2</b>		<b>Z3</b>					<b>3+3</b>	<b>1+4</b>
<b>Abbau des Zorns</b>							<b>Z4</b>					<b>Z4</b>									<b>1</b>	<b>+1</b>
<b>Keine Unterdrückung/ Kränkung/ Bloßstellung des Partners;</b> Schutz/Entlastung des Partners/Schutz des Partners vor eigenem Wutausbruch					<b>Z1</b> <b>Z2</b>	<b>Z2</b>					<b>Z3</b>							<b>Z1</b>			<b>1+1</b>	<b>+2</b>
<b>Überbrückung ungünstiger Zeitpunkte/</b> Anpassung eines günstigen Zeitpunktes/ Zeit zum 'Sortieren' Analysierender Situation/Überblick gewinnen									<b>Z1</b>				<b>Z1</b>		<b>2X</b> <b>Z1</b>						<b>+1</b>	<b>1+1</b>
<b>Partner soll sich um mich kümmern/</b> auf mich zukommen/ Reue zeigen/Verdeutlichung der Ernsthaftigkeit; Verletztheit											<b>Z1</b> <b>Z2</b>					<b>Z1</b>	<b>Z1</b>	<b>Z1</b>		<b>Z1</b>	<b>+2</b>	<b>1+1</b>
<b>Zeigen von Toleranz und Selbstsicherheit</b>									<b>Z4</b>						<b>Z2</b>						<b>+1</b>	<b>1</b>
<b>Partner soll bestraft werden</b>										<b>Z4</b>										<b>Z2</b>		<b>1+1</b>
<b>Partnerin soll mich in Ruhe lassen</b>					<b>Z4</b>					<b>Z2</b>												<b>+2</b>
Sich selbst beweisen, souverän sein zu können							<b>Z3</b>															<b>+1</b>
<b>Zeigen von Widerstand/ Selbstbehauptung/</b> Autonomie										<b>Z5</b> <b>Z6</b>												<b>+1</b>
Vermeidung der Auseinandersetzung mit Sachverhalt																<b>Z4</b>						<b>+1</b>
<b>Anzahl von Konzepten</b>	<b>4</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>5</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	<b>11</b>	<b>8</b>
																					<b>+12</b>	<b>+28</b>

Anmerkung: Z = Ziele/Intentionen; Zahlen: Hierarchisierung innerhalb Intensionsbereich; schattiert/grau unterlegt: partnerschaftsunzufriedene Personen

### B3.2 Konzeptkategorien zu Umgang/Bewältigung des Zorns (Männer) Antezedente Bedingungen für Umgang/Bewältigung des Zorns (8 Männer): Zeigen des Zorns

Konzepte	ST 1m	ST 2m	ST 3m	ST 4m	ST 5m	ST 6m	ST 7m	ST 8m	ST 9m	ST 10m	ST 11m	ST 12m	ST 13m	ST 14m	ST 15m	ST 16m	ST 17m	ST 18m	ST 19m	ST 20m	-	+
Selbstsicherheit/Selbstbewußtsein		A	A	A	A	A				A	A	A	A		A		A				1+3	4+3
Intensität des Zorns	A								A			A		AA	A	A		A			1+3	2+1
Vertrauen in Partnerin/ Gegenseitige Achtung/Wertschätzung/Gefühl des Angenommenseins/Wissen um Akzeptanz der Partnerin/Ermunterung durch Partnerin	A					2x A	A + AA										A				1+3	2
Ruhe und Zeit zur Auseinandersetzung/Richtiger Rahmen/ Privatheit/Verminderte Beziehungsforderungen/Regeneration								A					A				A				1+2	1
Hilflosigkeit					A				A		A							A			+2	1+1
Kontrollverlust											A										1	+1
Allgemeine Unzufriedenheit/Gefühl der Überforderung/Überlastung/Unaussgeglichenheit														2x A							1	
Offensichtlichkeit des Fehlverhaltens/Sicherheit in Legitimität; Wichtigkeit des Anliegens			A							A		A								A	+2	+2
Fähigkeit, Gefühle zu verbalisieren/Fähigkeit, kongruent in Übereinstimmung mit Bedürfnissen und Zielen zu handeln							A	2x A													+1	1
Notwendigkeit externer Veränderung durch Partnerin																A						+1
Angst vor schlechterer Ver schlechterung d. Partnerschaft							A															1
Angst vor gesteigerter Verletzung									A												+1	
Anzahl der Konzepte	2	1	2	1	1	3	4	3	3	1	3	3	2	4	2	2	3	2	2	3	7	14
																					+19	+8

Anmerkung: A = Antezedente Bedingung; AA = Antezedente Bedingung 2. Ordnung; Große Schrift (Arial 12): Vorrangig gezeigter Bewältigungsstil; Kleine Schrift (Arial 8): Seltener gezeigter Bewältigungsstil; schattiert/grau unterlegt: partnerschaftsunzufriedene Personen



### Sukzidente Konsequenzen der Zeigens von Zorns bei Partnerin/Verhaltensreaktionen der Partnerin (8 Männer)

Nummerierung nur bei Verhaltenskonsequenzen, wenn durch **oder-Relation** eine Gewichtung verdeutlicht wird

Konzepte	ST 1m	ST 2m	ST 3m	ST 4m	ST 5m	ST 6m	ST 7m	ST 8m	ST 9m	ST 10m	ST 11m	ST 12m	ST 13m	ST 14m	ST 15m	ST 16m	ST 17m	ST 18m	ST 19m	ST 20m	-	+
Einsicht in Fehlverhalten/ Veränderung der Partnerin/ Offenes Eingestehen des Fehlers/Erklärung/Rechtfertigung/ sich entschuldigen/mehr Rücksichtnahme Partnerin versucht, Anlaß des Ärgers zu verstehen, Partnerin nimmt Anliegen ernst; zeigt (empathisches) Verständnis	K1	3x K2	K2 K3 K4		K1	K1 K2 & 2x K3	K1 K2 K3	K2	K5	K1 K2 K3	3 x K3		2x K1 2x K2		2x K2	2xK 1	K3	3 x K3		2x K2	1+5	6+4
Ärger/Wut bei Partnerin	K1								K3	K4			K2	K2	K1 mit MV	K3	K1	K1	K1	K2	1+3	3+1 +1 mit MV
Gegenwürfe/ Beschimpfungen/Spitze Bemerkungen Impulsives Vortreten des eigenen Standpunktes	K1			K2					K3	K6		K2		K2			K1	K1	K1	K3	2	2 +7
Zeigen von Gekränktheit/Verletztheit Für Partnerin bricht Welt zusammen/ Erschütterung/Hilflosigkeit der P. / Partnerin fühlt sich massiv zurückgewiesen/verprellt/ Verletztheit der Partnerin/ Trauer									K1	K5	K1	K4		4x K1	K2 mit MV	K3	K2	K1	K1 KP3		2+3	2+3 +1 mit MV
Rückzug/Resignation/Abbruch der Kommunikation (Mit Trennung drohen)	K2	KP6	K5	K3 KP4					K3 KP2 K4		K1	K3	K2	K1	K2 mit MV		K2	K2	K2	K2	1+6	2+3 +1 mit MV

<b>Konzepte</b>	ST 1m	ST 2m	ST 3m	ST 4m	ST 5m	ST 6m	ST 7m	ST 8m	ST 9m	ST 10m	ST 11m	ST 12m	ST 13m	ST 14m	ST 15m	ST 16m	ST 17m	ST 18m	ST 19m	ST 20m	-	+
Scham/Schuldgefühle	K1						K2				K3				K1					K3	+2	2+1
Anerkennung/Bewunderung Akzeptanz des Ärgerzeigens					K1		K4					K5	K2							K2	+3	2
Überraschung/Erschrecken			K1						K2			K1				K1				K1	+3	+2
Bagatellisierung des Sachverhaltes	K1				K1							K1						K2			+3	1
Partnerin hat Zeit für Reflexion											K2											+1
Ablehnung/Verachtung																				K1	+2	
Angst bei Partnerin, (Fehler eingestehen zu müssen, sich verändern zu müssen/vor verbaler Entgleisung/vor weiterer Entfremdung)	2 x K1								K2											2xK 1	+3	
Wenig Veränderung /Keine Veränderung von Gewohnheiten und Routinen	K2 KKP 1																				+1	
<b>Anzahl von Konzepten</b>	9	3	6	4	3	4	5	2	8	6	7	6	7	8	7	5	3	7	6	9	11	36
																					+47	+21

### Moderatorvariable: Nur wenn auch

<b>Konzepte</b>	ST 1m	ST 2m	ST 3m	ST 4m	ST 5m	ST 6m	ST 7m	ST 8m	ST 9m	ST 10m	ST 11m	ST 12m	ST 13m	ST 14m	ST 15m	ST 16m	ST 17m	ST 18m	ST 19m	ST 20m	-	+	
Keine Akzeptanz des Ärgeranlasses															MV							2	6

Anmerkung: A = Antezedente Bedingung; AA = Antezedente Bedingung 2. Ordnung; K = Konsequenzen bei PartnerIn; KP = Konsequenzen auf Partnerschaft; KKP = Konsequenzen auf Partnerschaft 2. Ordnung; MV = Moderatorvariable; Z = Ziele/Intentionen; Zahlen: Hierarchisierung innerhalb Merkmalsbereich; Große Schrift (12): Vorrangig gezeigter Bewältigungsstil; Kleine Schrift (8): Seltener gezeigter Bewältigungsstil; schattiert/grau unterlegt: partnerschaftsunzufriedene Personen

### Sukzedente Konsequenzen des Zeigens von Zorn auf Partnerschaft (8 Männer)

Konzepte	ST 1m	ST 2m	ST 3m	ST 4m	ST 5m	ST 6m	ST 7m	ST 8m	ST 9m	ST 10m	ST 11m	ST 12m	ST 13m	ST 14m	ST 15m	ST 16m	ST 17m	ST 18m	ST 19m	ST 20m	-	+
Verbesserung der Partnerschaft	KKP 1	KP4	KKP 1			KK KP 1	KK P2	KKK P1		KK KP 1	KKK KKP 1	KKK P1	KK KP 3		KK KP 1	KKP 1	KK KP 1	KK KP 1	KKK P1	KKK P1	1	6
Klärung von Wünschen und Bedürfnissen	KP1		KP1			KP 2	KP 2			KP 1	KKK KP1	KKP 1	KP 1		KK P1	KP1	KP 2	KK P1	KKP 1	KKP 1	1	6
Konstruktive Auseinandersetzung über Bedürfnisse		KP1			KP1	KP 1	KP 2					KP1			KP 1			KP 1	KP1	KP1	0	4
Stärkung partnerschaftlichen Vertrauens/Erhöhung von Intimität und Nähe		KP2 KP5	KP2		KP2	KK P1	2X KP 1	KP1		2X KK P1	KKK P1 KKK KP1	KKP 2 KKP 3	2X KK P		KK P2		2X KK P	KK P1	KKP 1 KKP 2	KKP 2 KKP 3	1	6
Positive Veränderung von Machtverhältnissen		KP3															KK P3		KKP 4		1+1	+1
Möglichkeit des Vergebens							KP 1															1
Vermeidung somatischer Beschwerden				KP1																	+1	
Verschlechterung/Gefährdung der Partnerschaft	KKK P1			KP2					KP1					KK P1							1	+3
Streit/Eskalation	KP1	KP6		KP1						KP1		KP1					KP 1	KP 1			1	1
Getrübe Stimmung (kurzfristig)															KP 1							+2
Zerstörung von Intimität und Nähe/Zerstörung von Vertrauen														3X KP							1	
Negative Stabilisierung von Machtverhältnissen				KP3																	+1	
Anzahl von Konzepten	5	7	3	4	3	5	4	3	4	4	5	6	4	4	5	3	6	5	5	6	10	27+
																					+36	18

### Ziele/Intentionen des Zeigens von Zorn auf Partnerin (8 Männer)

Konzepte	ST 1m	ST 2m	ST 3m	ST 4m	ST 5m	ST 6m	ST 7m	ST 8m	ST 9m	ST 10m	ST 11m	ST 12m	ST 13m	ST 14m	ST 15m	ST 16m	ST 17m	ST 18m	ST 19m	ST 20m	-	+
Partnerin soll Fehler einsehen Partnerin soll Verhalten in Zukunft ändern	Z4 Z2	Z3 Z5	Z1 Z4	Z2 Z4			Z2 Z3	Z1	Z2	Z2 Z2	Z1 Z2	Z4 Z5 Z3	Z2 Z3	2x Z2	Z3		Z4 Z5	Z2 Z3	Z4 Z5		2	6
Durchsetzung eigener Interessen	Z4	Z3	Z1	Z2			Z2	Z1			Z2	Z5		Z2	Z3		Z5			Z4	2+5	2+3
Zeigen der eigenen Verletzlichkeit/Mit Bedürfnissen/Gefühlen verstanden werden/Verdeutlichung verletzter Grenzen	Z1		Z2	Z3		Z2			Z1 Z3	Z2	Z3	Z2					Z1	Z5	Z1	2xZ2	1	3+2
Abbau des Ärgers/Zorns Herstellung des inneren Gleichgewichts		Z4	Z3		Z1	Z4	2x Z1			Z1	Z5			Z1	Z4		Z6	Z4		Z3	2	5
Ermöglichung einer Problemlösung/Klärung von Standpunkten/der Situation/Wahrheit kommt auf den Tisch/Stellung beziehen/Schaffen von Klarheit/ Wiederherstellung von Harmonie Suche um Unterstützung			Z3	Z1		Z1				Z2		Z1	Z1		Z2	Z1		Z1	Z4		+3	5+2
Zeigen von Widerstand/Selbstbehauptung		Z2	Z2						Z3					Z3	Z4		Z3				2+1	1+2
Selbstschutz/ Aufrechterhaltung eigener Selbstachtung	Z3	Z1	Z5			Z3	Z1		Z3		Z4						Z2		Z3		1+3	2+3
Spüren der eigenen Stärke									Z4												+1	
Ausübung von Macht/Partnerin soll bestraft werden					Z1									Z2							1+1	
Anzahl von Konzepten	4	5	7	4	2	4	5	1	6	4	5	5	3	5	4	2	5	5	4	5	10	25

Anmerkung: A = Antezedente Bedingung; AA = Antezedente Bedingung 2. Ordnung; K = Konsequenzen bei PartnerIn; KP = Konsequenzen auf Partnerschaft; KKP = Konsequenzen auf Partnerschaft 2. Ordnung; MV = Moderatorvariable; Z = Ziele/Intentionen; Zahlen: Hierarchisierung innerhalb Merkmalsbereich; Große Schrift (12): Vorrangig gezeigter Bewältigungsstil; Kleine Schrift (8): Seltener gezeigter Bewältigungsstil; schattiert/grau unterlegt: partnerschaftsunzufriedene Personen

### Antezedente Bedingungen für Umgang/Bewältigung des Zorns (12 Männer) Unterdrücken des Zorns

Konzepte	ST 1m	ST 2m	ST 3m	ST 4m	ST 5m	ST 6m	ST 7m	ST 8m	ST 9m	ST 10m	ST 11	ST 12	ST 13m	ST 14m	ST 15m	ST 16	ST 17m	ST 18m	ST 19	ST 20	-	+	
Hilflosigkeit/ Hoffnungslosigkeit/ Abgeklärtheit/ Resignation	A	2x	A	2x	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	2x	A	8	6	4
Bequemlichkeit			A								A	A	A	A	A	A	A	2x	A	A	2+1	3+3	
Intensität des Zorns/ Intensität der Verletzung		A			A			A					A				A	A		A	3+1	1+1	
Angst vor negativen Konsequenzen (z.B. für Partnerschaft/ Eskalation, unfruchtbaren Auseinandersetzungen/ partnerschaftliche Harmonie zu zerstören/ Mißverständnisse/ Partnerin zu kränken)	A	A	A	2x	A	A	A				A	A			A				A	A	5	3+3	
Erziehungsstil/ Keine positiven Erfahrungen mit Zeigen des Z.	AA	AA	AA	AA	AA														AA	A	3	1	
Konfliktscheuheit/ Unerfahrenheit im Zeigen von Gefühlen	A																		A	A	3		
Unsicherheit bzgl. Wichtigkeit/ Unwichtigkeit des Anlasses								A					A		A						1	+2	
Selbstsicherheit/ Selbstbewußtsein/ Ausgeglichenheit														A		A					+1	1	
Öffentlichkeit												A									1		
Unverständnis, Drängen der Partnerin						A													A		1	+1	
Eigenes neg. Befinden																	A				+1		
Anzahl der Konzepte	4	4	4	2	3	3	2	2	1	3	2	4	3	1	4	2	4	2	2	6	28	12	
																					+5	+17	

Anmerkung: A = Antezedente Bedingung; AA = Antezedente Bedingung 2. Ordnung; K = Konsequenzen bei PartnerIn; KP = Konsequenzen auf Partnerschaft; KKP = Konsequenzen auf Partnerschaft 2. Ordnung; MV = Moderatorvariable; Z = Ziele/Intentionen; Zahlen: Hierarchisierung innerhalb Merkmalsbereich; Große Schrift (12): Vorrangig gezeigter Bewältigungsstil; Kleine Schrift (8): Seltener gezeigter Bewältigungsstil; schattiert/grau unterlegt: partnerschaftsunzufriedene Personen

### Sukzidente Wirkungen der Unterdrückung des Zorns auf Partnerin (12 Männer)

Nummerierung bei Verhaltenskonsequenzen, wenn durch **oder-Relation** Gewichtung verdeutlicht wird. Wenn 2 Stränge zunächst der obere S.

Konzepte	ST 1m	ST 2m	ST 3m	ST 4m	ST 5m	ST 6m	ST 7m	ST 8m	ST 9m	ST 10m	ST 11	ST 12	ST 13m	ST 14m	ST 15m	ST 16	ST 17m	ST 18m	ST 19	ST 20	-	+	
Einklagen von Kommunikation	K6			K4	K1	K2	K2	K2	K5	K2	K2				K2			K2		K3	K1	7+1	1+4
Zeigen von Gekränktheit/Zermürbung/Verunsicherung/Hilflosigkeit/Partnerin fühlt sich abgewertet/Enttäuschung/Unverständnis/Verletztheit/Trauer/Weinen/	K3	K1	K2	K1		K4 K5	KK1	K1	K2	K1	K1	K1K 3		K2	K1 K2	K2	2x K1		2x K1	K2	K2	7+2	4+4
Ärger/Wut bei Partnerin	K1	K2		K5	K3		KK3		K3		K2		K1		K1	K2	K1		K2	K1	6+1	3+3	
Vorwurf/Beschimpfungen Spitze Bewerkungen	K5	K3			K4			KK 2											K4	K2	5	1	
Resignation/Rückzug/Zeigen von Distanziertheit	K3	K4 K4	K3 K4	K2			KK1		K1	K3		K2		K2						K3	5+1	2+2	
Übergehen/Ignorieren des Ärgers		K2		K3	K2				K4			K1 K4	K1	K1		K1		K1			4+2	2+2	
Angst bei Partnerin (z.B. vor drohendem Wutausbruch)	K4	K3				K3	K3		K2				K2				K1		K2	K3	4+2	1+2	
Abwertung/Verachtung des unklaren Zeigens des Zorns	K2	K1							K1										K5	K3	4	1	
Scham/Schuldgefühle	K1						K3			KK5		K5			K1					K2	3	+3	
Offenes Nachfragen Erkennen/ Einsicht in Fehlverhalten Partnerin wartet ab/denkt nach/ Partnerin ergreift Initiative	K6		2x K1			K1	K1 K3			K1	K1 K3		K2	K2	K2	K2		K2		K1	2+1	3+6	
Bewunderung der Selbstkontrolle durch Partnerin Gewährung von Freiraum									K2 K6												1		
Anzahl der Konzepte	9	8	6	5	5	5	8	4	9	5	6	6	3	5	6	4	6	2	5	10	53	24	
																					+11	+29	

Anmerkung: K = Konsequenzen bei Partnerin; KP = Konsequenzen auf Partnerschaft; KKP = Konsequenzen auf Partnerschaft 2. Ordnung; MV = Moderator-variable; Z = Ziele/Intentionen; Zahlen: Hierarchisierung innerhalb Merkmalsbereich; Große Schrift (12): Vorrangig gezeigter Bewältigungsstil; Kleine Schrift (8): Seltener gezeigter Bewältigungsstil; schattiert/grau unterlegt: partnerschaftsunzufriedene Personen

### Sukzidente Konsequenzen der Unterdrückung des Zorns auf Partnerschaft (12 Männer) Nummerierung auch bei Verbindung mit und-Relationen

Konzepte	ST 1m	ST 2m	ST 3m	ST 4m	ST 5m	ST 6m	ST 7m	ST 8m	ST 9m	ST 10m	ST 11m	ST 12m	ST 13m	ST 14m	ST 15m	ST 16m	ST 17m	ST 18m	ST 19m	ST 20m	-	+
Verschlechterung der Partnerschaft	KP 1	KP 4		KP 4	sn s	KKK p1	sns	KK P2			KK P mit MV	KK P3	KKK KP1	KKK P3	KKK P1		2xK KKP 1 mit MV	KKK KP1	KK KP 1	KK KP 1	7+1 +1 mit MV	1+5 +1 mit MV
Zunahme der eigenen Unzufriedenheit/Zunahme der Unzufriedenheit mit Partnerschaft	KP 1	KP 1		KP 2	KP 4		KP2 KP3	KP 2 KP 3		KKK P1 KKK P2		KK P1 KK P2	KKK 2 KKP 2		KKK P2		KKP 2	KKK P1 KKK P2	KK P1 3	KK 3	7 +1	1 +5
Vermeidung von notwendigen Auseinandersetzungen	KP 1	KP 2		KP 1			KP1			KP1		KP 1	KP1	KP1	KP1		KP1	KP1	KP 1		4 +2	1+5
Zerstörung von Intimität und Nähe/Beeinträchtigung partnersch. Vertrauens/Kein Austausch über zentrale Lebensthemen/Entfremdung/ Gleichgültigkeit/Schwächung der partnerschaftlichen Bindung / Abwertung der Partnerschaft					KP 1 KP 3	KKP 1 KKK P1			KP 2 KP 3	KKP 1	3 KP mit MV		2x KKK P1	2x KKP 1	3x KKP 2		2xK P1		KK P2 KK P3		3+3	0+4 +1 mit MV
Gedankliche Weiterbeschäftigung/ Anstauen des Zorns	KP 1						KP1	KP 1					KKP 1					KKP 1	KP 2		3	0+3
Unkontrollierter Wutausbruch/Jähzorn	KK 1						KP2	KK P2									KKP 2				2 +1	+1
Negative Stabilisierung von Machtverhältnissen																			KK P4		1	
Mühsame aufreibende Konflikte/Eskalation/Streit									KP 2											KK P1	2	
Möglichkeit von Missverständnissen steigt/ Fehlinterpretationen Fehleinschätzung des Gefühls der Partnerin/ Mangeldes Verständnis des A.								KP 4		2x KKP 2				KP2						KKP 1	2+1	0+1





### Ziele/Intentionen der Unterdrückung des Zorns auf Partnerin (12 Männer) Reihenfolge/Nummerierung auch bei und-Relation

Konzepte	ST 1m	ST 2m	ST 3m	ST 4m	ST 5m	ST 6m	ST 7m	ST 8m	ST 9m	ST 10m	ST 11m	ST 12m	ST 13m	ST 14m	ST 15m	ST 16m	ST 17m	ST 18m	ST 19m	ST 20m	-	+
Selbstschutz/Keine weiteren Kränkungen/Verletzungen/ Aufrechterhaltung der Selbstachtung/ Verbergen der eigenen Verletztheit	2x Z3	2x Z2		Z1 ZZ 2	Z3				Z3 Z5	Z1	Z3 Z4	Z4	Z3				2x Z3	Z1	Z1 Z1	Z1 2x Z2	7+1	2+3
Vermeidung fruchtloser Auseinandersetzung/Streit/ Eskalation Belastung der P./ Wahrung von Harmonie	2x Z2	Z1	Z2	Z1		Z1	Z1		2x Z1 Z4		Z1	Z1		2x Z1		Z1 ZZ 1	Z1	Z1	Z4		5 +2	4 +3
Zeigen von Selbstsicherheit und Toleranz („Selbstdisziplin und Charakterstärke“)	Z1				Z3							Z5							Z3		4	0
In Ruhe gelassen werden							Z1	Z1				Z3	Z2		Z1			Z1		Z5	3	0+4
Zeit für Analyse und Überblick/Klarheit, Kontrolle über Situation /Regeneration								Z2				Z2	Z1		Z2	Z1			Z2		3	1+2
Vermeidung von (unbeabsichtigter) Kränkung der Partnerin			Z1								Z2											2
Möglichkeit des Abbaus von Zorns																	Z4		Z4		1+1	
Partnerin soll Fehler einsehen/eingestehen/Reue zeigen/ soll ersten Schritt machen					3x Z1																1	
Schutz vor Auseinandersetzung mit eigener Unzufriedenheit/ vor eigenen Emotionen									Z6 Z7												1	
Verbesserung der eigenen Lebensqualität																	Z5				+1	
Anzahl von Konzepten	5	3	2	3	5	1	2	2	7	1	3	5	3	2	2	3	5	3	4	5	36+	11+
																					7	12

Anmerkung: Z = Ziele/Intentionen; Zahlen: Hierarchisierung innerhalb Merkmalsbereich; Große Schrift (12): Vorrangig gezeigter Bewältigungsstil; schattiert/grau unterlegt: partnerschaftsunzufriedene Personen

### Anhang B3.3: Überblick über Häufigkeit der Konzeptkategoriebelegungen der einzelnen Substichproben

#### Antezedente Bedingungen für Umgang/Bewältigung des Zorns: Zeigen des Zorns

	Konzepte	Frauen		Männer		Zsfg zu-frie-den/unzu-frieden		Zsfg Männer Frauen		Zfsfg Zeigen/ U.-drücken	
		-	+	-	+			F	M	Z	U
	<b>Personen</b>	7/3	7/3	2/8	6/4	9/11	13/7	14/6	8/12	22	18
1. N=20	<b>Intensität des Zorns</b>	4+1	6+2	1+3	2+1	5+4	8+3	10+3	3+4	13	7
2. N=19	<b>Selbstsicherheit/ Selbstbewußtsein</b>	1+2	4+1	1+3	4+3	2+5	8+4	5+3	5+6	10	9
3. N=12	<b>Hilflosigkeit/ Hoffnungslosigkeit</b> Gefühl des Ausgeliefertseins/Keine Handlungsalternative / keine andere Möglichkeit, sich Gehör zu verschaffen	4	3+1	+2	1+1	4+2	4+2	7+1	1+3	8	4
4. N=10	<b>Vertrauen</b> in Belastbarkeit/ Auseinandersetzungsbereitschaft des Partners; Zutrauen in gemeinsam. Zukunft Vertrauen in bislang Erreichtes	1	3	1+3	2	2+3	5	4	3+3	7	3
5. N=9	<b>Wichtigkeit</b> des Anliegens Überzeugung, im Recht zu sein	2+1	1+1	+2	+2	2+3	1+3	3+2	+4	3	6
6. N=7	<b>Kontrollverlust</b>	2	2+1	1	+1	3	2+2	4+1	1+1	5	2
7. N=5	<b>Allgemeine Unzufriedenheit/</b> Angespanntheit in der Partn/Gefühl der Überforderung	+1	2+1	1	0	1+1	2+1	2+2	1	3	2
8. N=4	<b>Ruhe/Zeit/ Richtiger Rahmen/</b> Privatheit/Regeneration/ Verminderte Beziehungsanforderungen	0	0	1+2	1	1+2	1	0	2+2	2	2
	<b>Angst vor Verhärtung</b> der Fronten/schleichender Verschlechterung der Partnerschaft	0	1+1	0	1	0	2+1	1+1	1	2	1
	Fähigkeit, Gefühle zu verbalisieren/kongruent zu handeln, in Übereinstimmung mit Bedürfnissen und Zielen zu handeln			+1	1	+1	1		1+1	1	
	Erfahrungen in der Kindheit	1				1		1		1	
	Bewußter Entschluß, Ärger zu zeigen/Vornahme		+1				+1	+1			
	Harmoniebedürfnis		+1				+1	+1			
	Notwendigkeit externer Veränderung durch Partnerin				+1		+1		+1		
	<b>Anzahl der Konzepte insgesamt (nicht identisch mit Anzahl der Kategorienbelegung durch Personen!)</b>	19+6	23+10	8+19	15+8	27+25	38+18	44+16	21+33		

Anmerkung: Große Zahlen (Arial 12) = vorrangig gezeigter Bewältigungsstil. Kleine Zahlen: (Arial 8) = seltener genutzter Bewältigungsstil; dunkel unterlegt: partnerschaftsunzufriedene Personen

### Sukzudente Konsequenzen des Zeigens von Zorns: Reaktionen der Partnerin

N ohne MV !!!	Konzepte  Personen	Frauen		Männer		zufrieden/unzufrieden		Männer Frauen		Zeigen/ U.-drücken	
		- 7/+ 3	+ 7/+ 3	- 2+8	+ 6+4	9 +11	13 +7	F 14+ 6	M 8 +12	Z 22	U 18
1. N=30	Einsicht in Fehlverhalten/ Veränderung des Partn./mehr Rücksichtnahme/Offenes Eingestehen des Fehlers/sich entschuldigen/Nachfragen / Zeigen von Interesse durch Partner / Suchen nach Lösungen	4+1	6+3	1+5	6+4	5+6	12+ 7	10 +4	7+9	17	13
2. N=22	Ärger/Wut bei Partnerin	5+2 +1 MV	5+2	1+3	3+1 +1 MV	6+5 +1 MV	8+3 +1 MV	10+ 4+1 MV	4+4 +1 MV	14 +2 MV	8
3. N=22	Rückzug/Abbruch der Kommunikation	3 +1	5 +1	1+6	2+3 +1 MV	4+7	7+4 +1 MV	8+2	3+9 +1 MV	11 +1 MV	11
4. N=22	Zeigen von Gekränktheit/ Verletztheit/PartnerIn fühlt sich zurückgewiesen/ angegriffen/ ungleich behandelt/provoziert/ ist frustriert/eingeschüchtert	5 +1	5 +1	2+3	2+3 +1 MV	7+4	7+4 +1 MV	10+ 2	4+6 +1 MV	14 +1 MV	8
5. N=19	Gegenvorwürfe/ Beschimpfungen	6+2 +1 MV	1	2+7	2	8+9 +1 MV	3	7+2 +1 MV	4+7	11 +1 MV	9
6. N=14	Bagatellisierung des Sachverhaltes	7	2+1	+3	1	7+3	3+1	9+1	1+3	10	4
7. N=10	Scham/Schuldgefühle	1	3+1	+2	2+1	1+2	5+2	4+1	2+3	6	4
8. N=9	Ablehnung/Verachtung Abwertung/Unverständnis des Verhaltens/Zorns/Überflüssig	2+1 +1 MV	3+1	+2		2+3 +1 MV	3+1	5+2 +1 MV	+2	5 +1 MV	4
9. N=9	Überraschung/Erschrecken	1	2+1	+3	+2	1+3	2+3	3	+6	3	6
10. N=6	Anerkennung/Bewunderung	+1		+3	2	+4	2	+1	2+3	2	4
11. N=4	Angst bei PartnerIn	1		+3		1+3		1	+3	1	3
12. N=4	Partner setzt sich still mit Vorwurf auseinander/versteckte Zustimmung/Zeit für Reflexion	2	+1		+1	2	+2	2+1	+1	2	2
13. N=4	Keine/wenig Veränderung/Übergehen des Zorns	1+1	1	+1		1+1	1	2+1	+1	1	3
	Körperliches Mißbehagen Kopfschmerzen bei Partner	1				1		1		1	
	Humorvolles Auffangen des Z.		1				1	1		1	
	Zeit über Problem nachzudenken		1				1	1		1	
	<b>Anzahl der Konzepte insgesamt (nicht identisch mit Anzahl der Kategorien-belegung durch Personen!)</b>	<b>41 +13</b>	<b>44 +18</b>	<b>11 +47</b>	<b>36 +21</b>	<b>52 +60</b>	<b>80 +39</b>	<b>85 +31</b>	<b>47+ 68</b>		

## Sukzedente Konsequenzen des Zeigens von Zorn auf Partnerschaft

N = ohne MV !!!	Konzepte	Frauen		Männer		ZSFG zufrie- den/unzu- frieden		ZSFG Männer Frauen		ZFSG Zeigen/ U- drücken	
		- 7/+ 3	+ 7/+ 3	- 2+8	+ 6+4	9 +11	13 +7	F 14+ 6	M 8 +12	Z 22	U 18
1. N=29	Verbesserung der Partnerschaft	2 +2	7 +2	1 +5	6 +4	3+7	13+ 6	9+4	7+9	16	13
2. N=28	Klärung von Wünschen und Bedürfnissen/Abstecken von Fronten	4 +2	6 +2	1 +4	6 +3	5+6	12+ 5	10+ 4	7 +7	17	11
3. N=27	Stärkung partnerschaftlichen Vertrauens/Erhöhung von Intimi- tät und Nähe/Erhöhung des Zu- sammengehörigkeitsgefühls	2 +1	6 +3	1 +5	6 +3	3+6	12+ 6	8+4	7+8	15	12
4. N=19	Konstruktive Auseinandersetzung über Bedürfnisse	1+1	4+3	0+4	4+2	1+4	8+5	5+4	4+6	9	10
5. N=18	Streit/Eskalation	7 +2	1+1 + 2 MV	1 +3	1 +2	8+5	2+3 +2 MV	8+3 +2 MV	2+5	10 +2 MV	8
6. N=10	Verschlechterung der Partner- schaft	5 +1	0 + 2 MV	1 +3	0	6+4	0 2x MV	5+1 2x MV	1+3	6 +2 MV	4
7. N=7	Zerstörung von Intimität und Nähe/Zerstörung von Vertrau- en/Schwächung des Zusamme- hörigkeitsgefühls	4+2	0 +2 MV	1	0	5+2	0 2x MV	4+2 2 MV	1	5 +2 MV	+2
8. N=4	Positive Veränderung von Machtverhältnissen	+1	+1	1+1	+1	1+2	+2	+2	1+1	1	3
	Negative Stabilisierung von Machtverhältnissen	1+1	0	+1		1+2	0	1+1	+1	1	2
	Durchsetzung eigener Interessen		1 +1				1+1	1+1		1	1
	Erschwerung sachlicher Ausein- andersetzung		1				1	1		1	
	Aufrüttelung des Partners		1				1	1		1	
	Ermöglichung des Vergeben und Vergessens		+1		1		1+1	+1	1	1	1
	Kurzfristig getrübe Stimmung				1		1		1	1	
	Vermeidung somatischer Be- schwerden			+1		+1			+1		1
	<b>Anzahl der Konzepte insgesamt (nicht identisch mit Anzahl der Kategorienbelegung durch Perso- nen!)</b>	<b>32 +13</b>	<b>40 +16</b>	<b>10 +36</b>	<b>27 +18</b>	<b>41 +49</b>	<b>67 +65</b>	<b>72+ 29</b>	<b>37+ 54</b>		

Anmerkung: Große Zahlen (Arial 12) = vorrangig gezeigter Bewältigungsstil. Kleine Zahlen: (Arial 8) = seltener genutzter Bewältigungsstil; dunkel unterlegt: partnerschaftsunzufriedene Personen

## Ziele/Intentionen des Zeigens von Zorn auf PartnerIn

	Konzepte	Frauen		Männer		Zsfg zu- frie- den/unzu- frieden		Zsfg. Männer Frauen		ZfsG Zeigen/ U- drücken	
		-	+	-	+			F	M	Z	U
	<b>Personen</b>	7/+ 3	7/+ 3	2+8	6+4	9 +11	13 +7	14+ 6	8 +12	22	18
1. N=34	Partnerin soll Fehler einsehen Partnerin soll in Zukunft Verhalten ändern	6+3	5+3	2+7	5+3	8 +10	10+ 6	11+ 6	7 +10	18	16
2. N=24	Durchsetzung eigener Interessen	5+1	4+2	2+5	2+3	7+6	6+5	9+3	4+8	13	11
3. N=22	Ermöglichung einer Problemlösung/Klärung von Wünschen und Bedürfnissen // Problemen Auseinandersetzung über Fehlverhalten/Problemlösung	3+2	4+3	+3	5+2	3+5	9+5	7+5	5+5	12	10
4. N=22	Zeigen der eigenen Verletztheit/Verletzlichkeit	5+1	3+1	1+6	3+2	6+7	6+3	8+2	4+8	12	10
5. N=20	Abbau des Ärgers/Zorns / Herstellung des inneren Gleichgewichts	4	3+1	2+2	5+3	6+2	8+4	7+1	7+5	14	6
6. N=18	Selbstschutz/ Aufrechterhaltung der eigenen Selbstachtung/ Aufrechterhaltung der eigenen Gesundheit	4+2	2+1	1+3	2+3	5+5	4+4	6+3	3+6	9	9
7. N=15	Zeigen von Widerstand/Selbstbehauptung Partner soll mich Annehmen und Zuhören/Anerkennung/Respekt durch Partner/Zeigen der eigenen Autonomie	3+3	3	2+1	1+2	5+4	4+2	6+3	3+3	9	6
8. N=4	Auskosten des Zorns/der eigenen Stärke/Aktivieren der eigenen Stärke	1	2	+1		1+1	2	3	+1	3	1
9. N=4	Partnerin soll bestraft werden/Ausübung von Macht		2	1+1		1+1	2	2	1+1	3	1
	<b>Anzahl der Konzepte insgesamt (nicht identisch mit Anzahl der Kategorienbelegung durch Personen!)</b>	<b>37 +16</b>	<b>33 +14</b>	<b>10 +31</b>	<b>25 +19</b>	<b>47 +47</b>	<b>58 +33</b>	<b>70 +30</b>	<b>35 +50</b>		

Anmerkung: Große Zahlen (Arial 12) = vorrangig gezeigter Bewältigungsstil. Kleine Zahlen: (Arial 8) = seltener genutzter Bewältigungsstil; dunkel unterlegt: partnerschaftsunzufriedene Personen

## Antezedente Bedingungen für Umgang/Bewältigung des Zorns Unterdrücken des Zorns

	Konzepte	Frauen		Männer		ZSFG zufrieden/ Unzufrieden		Männer/ Frauen		Zeigen/ U- drücken	
		-	+	-	+	11+	7+	F	M	U	Z
		3+7	3+7	8+2	4+6	9	13	6 +14	12+ 8	18	22
1. N=26	Hilflosigkeit/ Hoffnungslosigkeit	3+5	1+5	6+1	1+4	9+6	2+9	4 +10	7+5	11	15
2. N=22	Angst vor Abwertung/Ablehnung/ Auseinandersetzung/Verachtung/ Repressalien/ neg. Konsequenzen/ Trennung Unberechenbarkeit der Situation/Kontrollverlust	2+2	3+4	5	3+3	7+2	6+7	5+6	8+3	13	9
3. N=15	Bequemlichkeit/Verfolgen eigener Interessen	1+3	+2	2+1	3+3	3+4	3+5	1+5	5+4	6	9
4. N=6	Intensität des Zorns	0	0	3+1	1+1	3+1	1+1	0	4+2	4	2
5. N=6	Unsicherheit bzgl. Angemessen- heit/Berechtigung des Ärgers/ der Ärgerreakt./Unwichtigkeit des Anlasses	+2	1	1	+2	1+2	1+2	1+2	1+2	2	4
6. N=6	Negative Erfahrungen/ Erzie- hungsstile in Kindheit (neg. Erfah- rungen mit Zeigen des Zorns/ Erfahrung, ausgegrenzt zu werden	1	1	3	1	4	2	2	4	6	
7. N=5	Unangemessenheit des Zeitpunk- tes/Äußere Situation/ Anwesenheit anderer Personen	+3	+1	1		1+3	+1	+4	1	1	4
8. N=4	Konfliktscheuheit/Angst vor eigenen Gefühlen/ Unerfahrenheit im Zeigen von Gefühlen/ Zorn	+1		3		3+1	0	+1	3	3	1
9. N=4	Bereitschaft zur Tole- ranz/Bereitschaft zurückzustecken/ Bemühung um Sachlichkeit / logi- sches Denken	+1	+3			+1	+3	+4	0		4
	Selbstsicherheit/ Selbst- bewußtsein/ Ausgeglichenheit			+1	1	+1	1		1+1	1	1
	Unerwartetheit/Überraschung		1			0	1	1		1	
	Hoffnung in Abbau des Zorns	+1				+1	0	+1			1
	Selbstmitleid		+1			0	+1	+1			1
	Belastetheit der Partnerschaft		+1				+1	+1			1
	Allgemeine Zufriedenheit		+1				+1	+1			1
	Drängen der Partne- rin/Unverständnis der Partnerin			1	+1	1	+1		1+1	1	1
	Eigenes neg. Befinden			+1		+1	0		+1		1
	Anzahl der Konzepte insgesamt (nicht identisch mit Anzahl der Kategorienbelegung durch Perso- nen!)	10 +22	7 +21	28+ 5	12+ 17	30+ 27	19+ 18	17+ 43	40+ 22		

Anmerkung: Große Zahlen (Arial 12) = vorrangig gezeigter Bewältigungsstil. Kleine Zahlen: (Arial 8) = seltener genutzter Bewältigungsstil; dunkel unterlegt: partnerschaftsunzufriedene Personen

### Sukzidente Konsequenzen der Unterdrückung des Zorns: Reaktionen der PartnerIn

N ohne MV !!!	Konzepte	Frauen		Männer		zufrieden/unzufrieden		Männer Frauen		Zeigen/ U.-drücken	
		-	+	-	+	11+	7	F	M	U	Z
	<b>Personen</b>	<b>3+7</b>	<b>3+7</b>	<b>8+2</b>	<b>4+6</b>	<b>9</b>	<b>+13</b>	<b>6</b>	<b>12</b>	<b>18</b>	<b>22</b>
1. N=25	Übergehen/Ignorieren des Ä./Z Partner bemerkt nichts/ Keine Vorstellung der Reaktion	2+6	3+4	4+2	2+2	6+8	5+6	5 +10	6+4	11	14
2. N=22	Zeigen von Gekränktheit/ Partner fühlt sich angegriffen	+1	1+3	7+2	4+4	7+3	5+7	1+4	11 +6	12	7
3. N=21	Offenes Nachfragen/Erklären des eig. Standpunktes; Partner entschul- digt sich	+4	2+3	2+1	3+6	2+5	5+9	2+7	5+7	7	14
4. N=17	Ärger/Wut bei Partnerin	1+1	1+1	6+1	3+3	7+2	4+4	2+2	9+4	11	6
5. N=17	Einklagen von Kommunikation	0	2+2	7+1	1+4	7+1	3+6	2+2	8+5	10	7
6. N=15	Resignation/ Rückzug der Part- nerIn/ Genervtheit/	1+2	1+1	5+1	2+2	6+3	3+3	2+3	7+3	9	6
7. N=9	Angst bei Partner	+1	+1	4+2	1+2	4+3	1+3	+2	5+4	5	6
8. N=9	Scham/Schuldgefühle	+1	+1	3	+3	3+1	+4	+2	3+4	3	6
9. N=8	Vorwurf/Beschimpfungen Spitze Bewerkungen	2	0	5	1	7	1	2	6	8	
10. N=8	Abwertung/Verachtung	1	+2	4	1	5	1+2	1+2	5	6	2
11. N=7	Anerkennung/Bewunderung Positive Bewertung	1+2	1+2	1		2+2	1+2	2+4	1	3	4
	Partner setzt Interessen durch		1				1	1		1	
	Überraschung/Erschrecken	+1	+1			+1	+1	+2			
	<b>Anzahl der Konzepte insgesamt (nicht identisch mit Anzahl der Kategorienbelegung durch Perso- nen!)</b>	<b>9</b> <b>+20</b>	<b>13</b> <b>+27</b>	<b>53</b> <b>+11</b>	<b>24+</b> <b>29</b>	<b>62</b> <b>+31</b>	<b>37</b> <b>+56</b>	<b>22</b> <b>+47</b>	<b>77+</b> <b>40</b>		

Anmerkung: Große Zahlen (Arial 12) = vorrangig gezeigter Bewältigungsstil. Kleine Zahlen: (Arial 8) = seltener genutzter Bewältigungsstil; dunkel unterlegt: partnerschaftsunzufriedene Personen

## Sukzudente Konsequenzen der Unterdrückung des Zorns auf Partnerschaft

N ohne MV !!!	Konzepte	Frauen		Männer		zufrieden/unzufrieden		Männer Frauen		Zeigen/ U- drücken	
		- 3+7	+ 3+7	- 8+2	+ 4+6	11+ 9	7 +13	F 6 +14	M 12 +8	U 18	Z 22
1. N=30	Verschlechterung der Partnerschaft (unter Berücksichtigung von 'soll nicht sein')	3 +7	1+5 +2 MV	7+1 +1 MV	1+5 +1 MV	10 +8 +1 MV	2 +10 +3 MV	4 +12 +2 MV	8+6 +2 MV	12 +3 MV	18 +1 MV
2. N=28	Zunahme der eigenen Unzufriedenheit (mit Partnerschaft)	2 +6	1+5 +2 MV	7+1	1+5	9+7	2 +10 +2 MV	3 +11 +2 MV	8+6	11	17
3. N=22	Vermeidung von notwendigen Auseinandersetzungen	2+3	1+4 +1 MV	4+2	1+5	6+5	2+9 +1 MV	3+7 +1 MV	5+7	8	14
4. N=19	Zerstörung von Intimität und Nähe/Beeinträchtigung partnersch. Vertrauens/ Schwächung partnerschaftlicher Bindung/Abwendung/Ausgrenzung von Partner/ Distanzierung	1+3	1+4 +2 MV	3+3	0+4 +1 MV	4+6	1+8 +3 MV	2+7 +2 MV	3+7 +1 MV	5 +3 MV	14
5. N=15	Gedankliche Weiterbeschäftigung/ Anstauen des Zorns	1+5	1+2 +1 MV	3	+3	4+5	1+5 +1 MV	2+7 +1 MV	3+3	5 +1 MV	10
6. N=9	Unkontrollierter Wutausbruch/Jähzorn	1+1	+3	2+1	+1	3+2	+4	1+4	2+2	3	6
7. N=8	Verbesserung der Partnerschaft	0+1	1+3	1	2	1+1	3+3	1+4	3	4	4
8. N=5	Abbau des Ärgers/Zorns /Ärger verblasst/verraucht; Gewinnen von Zeit /Ärger mit sich alleine ausmachen zu können	1	+2		2	1	2+2	1+2	2	3	2
9. N=5	Mißverständnisse in Partnerschaft		+1	2+1	+1	2+1	+2	+1	2+2	2	3
10. N=5	Vermeidung von (destruk.) Auseinandersetzungen	1+1	+1	2		3+1	+1	1+2	2	3	2
11. N=4	Keine Überbewertung des Zornsanlasses		1	1	2	1	3+1	1	3	4	
12. N=4	Mühsame und aufreibende Konflikte/Streit/Eskalation		+1 1x MV	2		2	+1 1x MV	+1 1x MV	2	2	2
	Stille Rache/Trügerische Ruhe/ Ignorieren der Bedürfnisse des Partners		+2				+2	+2			
	Trauer/Enttäuschung/'Gefühl des Alleingelassen seins'		+1				+1	+1			
	Möglichkeit der offenen Aussprache/konstruktiven Auseinandersetzung/klärenden Krise	+1	1+1			+1	1+1	1+2			
	Erhöhung von Intimität und Nähe/Klärung von Wünschen und Bedürfnissen		+1				+1	+1			
	<b>Anzahl der Konzepte insgesamt (nicht identisch mit Anzahl der Personen!)</b>	<b>14 +33</b>	<b>19 +41</b>	<b>41 +12</b>	<b>17 +34</b>	<b>55 +37</b>	<b>36 +75</b>	<b>33 +74</b>	<b>58 +46</b>		



## Ziele/Intentionen der Unterdrückung des Zorns auf PartnerIn

	Konzepte	Frauen		Männer		ZSFG zufrieden/unzufrieden		ZSFG Männer Frauen		ZFSG Zeigen/ U.-drücken	
		-	+	-	+	11+	7	F	M	U	Z
	Personen	3+7	3+7	8+2	4+6	9	+13	+14	+8	18	22
1. N=29	<b>Vermeidung fruchtloser Auseinandersetzungen/</b> Keine Bedrohung/Stabilisierung/ Verbesserung der Partnerschaft Aufrechterhaltung/Keine Beeinträchtigung von Harmonie	3+4	1+7	5+2	4+3	8+6	5 +10	4 +11	9+5	13	16
2. N=24	<b>Selbstschutz/Keine weiteren Kränkungen/Verletzungen</b> Vermeidung von Frustration und Enttäuschung/Mehr Achtung durch Partner	3+3	1+4	7+1	2+3	10+ 4	3+7	4+7	9+4	13	11
3. N=9	<b>Überbrückung ungünstiger Zeitpunkte/</b> Abpassung eines günstigen Zeitpunktes/ Zeit zum 'Sortieren' Analysierender Situation/Überblick,Kontrolle gewinnen	+1	1+1	3	1+2	3+1	2+3	1+2	4+2	5	4
4. N=9	<b>Partnerin soll mich in Ruhe lassen</b>		+2	3	0+4	3	+6	+2	3+4	3	6
5. N=6	<b>Schutz des Partners</b> vor eigenem Wutausbruch/Keine Unterdrückung/Kränkung/ Bloßstellung des Partners Schutz/Entlastung des Partners	1+1	+2		2	1+1	2+2	1+3	2	3	3
6. N=6	<b>Zeigen von Toleranz und Selbstsicherheit</b>	+1	1	4		4+1	1	1+1	4	5	1
7. N=5	<b>Partner soll sich um mich kümmern/auf mich zukommen/ersten Schritt machen/Reue zeigen</b>	+2	1+1	1		1+2	1+1	1+3	1	2	3
8. N=4	<b>Abbau des Zorns</b>	1	+1	1+1		2+1	+1	1+1	1+1	2	2
	<b>Partner soll bestraft werden</b>		1+1				1+1	1+1		1	+1
	Vermeidung der Auseinandersetzung mit Sachverhalt/mit eigener Unzufriedenheit/Emotionen		+1	1			+1	+1	1		
	Sich selbst beweisen, souverän sein zu können		+1				+1	+1			
	<b>Zeigen von Widerstand/ Selbstbehauptung/</b> der eigenen Autonomie		+1				+1	+1			
	Verbesserung der eigenen Lebensqualität			+1		+1			+1		
	<b>Anzahl der Konzepte insgesamt (nicht identisch mit Anzahl der Kategorienbelegung durch Personen!)</b>	<b>11</b> <b>+12</b>	<b>8</b> <b>+28</b>	<b>36</b> <b>+7</b>	<b>11</b> <b>+12</b>	<b>47</b> <b>+19</b>	<b>19</b> <b>+40</b>	<b>19</b> <b>+40</b>	<b>47</b> <b>+19</b>		

Anmerkung: Große Zahlen (Arial 12) = vorrangig gezeigter Bewältigungsstil. Kleine Zahlen: (Arial 8) = seltener genutzter Bewältigungsstil; dunkel unterlegt: partnerschaftsunzufriedene Personen

## Anhang B4.: Prototypische Verhaltensreaktionen im Umgang mit Zorn

### Prototypischer Umgang/Bewältigung des Zorns (Frauen)

Konzepte	ST 1w	ST 2w	ST 3w	ST 4w	ST 5w	ST 6w	ST 7w	ST 8w	ST 9w	ST 10 w	ST 11 w	ST 12 w	ST 13 w	ST 14 w	ST 15 w	ST 16 w	ST 17 w	ST 18 w	ST 19 w	ST 20 w	-	+
Zufriedenheit	-	-	+	-	+	+	+	-	-	+	+	-	+	-	+	+	-	-	-	+		
P-Qualität/ Terman	7	4	1	7	2	1	2	5	4	2	1	4	1	6	3	2	4	4	6	3		
DAS	57	98	117	39	112	137	112	81	97	99	114	101	120	76	110	104	94	100	67	105		
Zeigen des Zorns	2	1	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	2	1	1	1	1	1	7	7
Unterdrücken des Z.	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	1	2	2	2	2	2	3	3
Impulsiver Vorwurf/ Schimpfen/Schreien	4	6			6	6	5	6	6	6			4	5	3		5	6	6	6	4,5	3,6
Ruhiges Ansprechen des Fehlverhaltens		3	4	5	5	4	3	4	2	3	3	4	5	6	4		4	4	4	4	3,7	3,5
Indirektes Abreagieren (z.B. auf Tisch hauen)		5							4	4						6		5	5	6	1,9	1,6
Grollen/Stilles vor sich hin schimpfen	5		5			3	6		5	5	4	5	3			5	3				1,8	3,1
Ruhiges Nachdenken über Situation	3	2	6	6		5					5	6	6		5		5	3	2		2,7	2,9
Sich gekränkt, verletzt zurückziehen	6	4		4	4		4	5	3		6			4	6	4			3	5	2,9	2,9

Anmerkung: Zahlen bei Bewältigungsstil (Zeigen/Unterdrücken): 1 = vorrangig gezeigter Bewältigungsstil  
Zahlen bei Verhaltensweisen entsprechen Gewichtungsebene: 6 = max. Gewichtung; 1 = minimale Gewichtung

### Prototypischer Umgang/Bewältigung des Zorns (Männer)

Konzepte	ST 1m	ST 2m	ST 3m	ST 4m	ST 5m	ST 6m	ST 7m	ST 8m	ST 9m	ST 10 m	ST 11 m	ST 12 m	ST 13 m	ST 14 m	ST 15 m	ST 16 m	ST 17 m	ST 18 m	ST 19 m	ST 20 m	-	+
Zufriedenheit	-	+	+	-	-	+	+	-	-	+	+	-	+	-	+	+	-	+	-	-		
P-Qualität/Terman	4	3	2	7	4	1	2	6	4	2	1	4	1	7	1	1	4	3	5	4		
DAS	82	112	122	52	103	132	120	74	90	109	106	102	115	95	116	121	89	95	83	107		
Zeigen des Zorns	2	2	2	2	2	1	1	2	2	1	2	2	1	1	1	2	1	1	2	2	2	6
Unterdrücken des Z.	1	1	1	1	1	2	2	1	1	2	1	1	2	2	2	1	2	2	1	1	6	4
Impulsiver Vorwurf/ Schimpfen/Schreien	4							4	3	3	5	2	4	6	4		6	6	5		3,0	2,2
Ruhiges Ansprechen des Fehlverhaltens		3	3		4	6	6	2		5	3	3	5	4	6	5		4	2	4	1,9	4,6
Indirektes Abreagieren (z.B. auf Tisch hauen)		4						3	4	2	3						5				1,2	0,9
Grollen/Stilles vor sich hin schimpfen		6	5	5		4	4	5		1		5	3	5	3				4	3	2,7	2,6
Ruhiges Nachdenken über Situation	5		4		5	5	5		5	6	4	4	6	3	5	6		5	3	5	3,0	4,6
Sich gekränkt, verletzt zurückziehen	6	5	6	6	6	3		6	6	4	6	6					4		6	6	5,2	2,4

Anmerkung: Zahlen bei Bewältigungsstil (Zeigen/Unterdrücken): 1 = vorrangig gezeigter Bewältigungsstil  
Zahlen bei Verhaltensweisen entsprechen Gewichtungsebene: 6 = max. Gewichtung; 1 = minimale Gewichtung

## Anhang B5: Rückmeldungen zum Kurz-Fragebogen zur Bewertung des Struktur-lege-Interviews zu „Zorn in Partnerschaften“

### 1. Wie schätzen Sie rückblickend das Struktur-lege-Interview zu „Zorn in Partnerschaften“ ein? Als:

	←—————→						Mittel- werte/ (SD)	
	Sehr langweilig - 3	- 2	-1	0	+1	+2		Sehr inter- essant +3
<b>20 Frauen</b>	0	0	1	0	1	5	13	2,45 (1,0)
<b>20 Männer</b>	0	0	0	0	2	9	9	2,35 (0,67)

#### Begründungen Frauen:

- (-1): „Zu theoretisch, abstrakt“
- (+1): „Die eigenen Positionen und die Einschätzung der Position des anderen konnte man recht übersichtlich sehen“
- (+2): „Sie ist individuell adaptiv und für die Probanden deutlich. Falls der Proband noch eine diffuse Vorstellung seiner (nicht) Wut oder Zorn hat, zeigt das Struktur-lege-Interview deutlich eine Struktur und er hat die Möglichkeit, seinen eigenen ‚Zornbild‘ auf einen Blick zu erkennen.“
- (+2): „Es war eine Anregung, sich das eigene Verhalten klar zu machen, zu ordnen und zu strukturieren; greifbares Ergebnis“
- (+2): „Man konnte seine eigenen Ansichten zu diesem Thema kennenlernen“
- (+3): „Bewußtmachung eigener Verhaltensweisen, da es „mein“ Bild war, das entstanden ist, und ich nicht ein Schema, in das ich mehr oder weniger hineinpasse“.
- (+3): „Da anregend für weitere Überlegungen, Gespräche mit Partner und Freunden. Das Verständnis über mich wurde verbessert. Ebenso Einblicke in das ganz andere Verhalten bei meinem Partner. (Bei einem meiner Verhaltensmuster ‚verschobene Auseinandersetzung mit Freunden‘ wurde dank des Bogens das ‚Lästern‘ ersetzt durch ‚selbstkritische Neubewertung‘; als Folge konnte der Auslöser des Ärgernisses umbewertet werden; Folge: Reduktion des Ärgers“.
- (+3): „Die lege-Technik ist leicht zu variieren, wenn man merkt, daß die Aussagen nicht stimmen, bzw. anders verlaufen, sind sie leicht zu korrigieren.“
- (+3): „Durch das Legen der Kärtchen baute man sich selbst sein eigenes Bild auf und die anschauliche Darstellung konnte ich mehr verinnerlichen als ein „pures“ Gespräch“
- (+3): „Es ging nur um mich und nur dies war von Interesse: und das tat gut“
- (+3): „Reflexion des eigenen Verhaltens, Bewußteres Beobachten des eigenen Verhaltens; nach Besprechung mit dem Partner ist ein Eingehen auf dessen Gefühle leichter, da man dessen Theorie nun im Überblick gesehen/gehört hat.“
- (+3): „Ich war gezwungen, ohne Unterbrechung mich gedanklich mit diesem Thema auseinanderzusetzen. Außerdem war mir Ihre Kompetenz sehr hilfreich.“
- (+3): „Durch die Plättchen und das Gespräch kann wirklich jedes Gefühl zu Tage gefördert und benannt werden!“

#### Begründung Männer:

- (+1): „Es wurde keine grundlegend neue Einsichten zu Tage gefördert, aber das Nachdenken über das Thema war interessant“.
- (+1): „Angenehmes und anregendes Programm ohne Nachhaltigkeit“
- (+2): „Zum 1. Mal gemacht; ganz interessant.“
- (+2): „Gedankengänge werden übersichtlich unterstützt“
- (+2): „Analyse brachte Problematik auf den Punkt“
- (+2): „neuartig, diente zur Klärung der eigenen Definition“
- (+2): „Sich überhaupt gedanklich mit dem „Zorn“ zu beschäftigen.“
- (+2): „Die Technik war spannend und zielführend zugleich“
- (+3): „Strukturiert und logisch aufgebaut“
- (+3): „Positiv liegt auch am Aufbau des Interviews: Von allgemeinen Fragen zum persönlichen. Auch wenn der Interviewte das natürlich merkt (‘langsam Vertrauen gewinnen‘, ist es sicher der richtige Aufbau“
- (+3): „Diese meist nur wenig differenzierte Zusammenhänge auf diese Art systematisch zu sortieren ist interessant.“
- (+3): „Da ungewöhnlich und vom Ergebnis vorher offen und unbewußt“
- (+3): „Es hat Spaß gemacht, strukturiert und konzentriert das Thema zu erarbeiten. Zusätzlich war das Verfahren geeignet, die Abhängigkeiten und Strukturen abzubilden.“
- (+3): „Habe es mir langweilig vorgestellt, doch es regte zum Denken an“

**2. Wie gut konnten durch das Struktur-lege-Interview Ihre Ansichten und Vorstellungen zu „Zorn in Partnerschaften“ erfasst bzw. abgebildet werden?**

	Sehr schlecht ←————→ Sehr gut							Mittelwerte/ (SD)
	- 3	- 2	-1	0	+1	+2	+3	
<b>20 Frauen</b>	0	0	0	0	2	13	5	<b>2,15 (0,59)</b>
<b>20 Männer</b>	0	0	0	1	4	12	3	<b>1,85 (0,75)</b>

**Anmerkungen Frauen:**

- (+1): „Im Nachhinein arbeitet das Modell noch weiter in mir. Vielleicht würde ich nicht etwas hinzuzufügen haben bzw. ändern“
- (+1): „Tendenziell fand ich, daß durch die Plättchen eine zu starke Vorgabe da war.“
- (+2): „Durch gezielte Fragen des Interviewers und Vergewissern per Rückmeldung des Gesagten fühlte ich mich sehr gut verstanden. Da ich allerdings ein ewiger Grübler bin, habe ich zuhause weiter „geforscht“ und hätte einiges optimieren können. Aber: der KVP (Kontinuierlicher Verbesserungs-Prozess ist müßig, da nie beendet.“
- (+2): „Ich glaube, ich hätte alles noch einmal bearbeiten sollen, aber nicht sofort, sondern nach einer Pause von einigen Tagen. Auch im Gespräch mit meinem Mann nach seiner Befragung ist mir einiges im nachhinein klarer geworden.“
- (+2): „Im Nachhinein und bei Besprechung mit Partner wurde einiges noch klarer, aber am Bild änderte sich fast nichts“
- (+2): „Nachteil natürlich der vorgegebene Rahmen“
- (+2): „Manchmal war es durch die Fülle der Kärtchen schwer, das Richtige zu finden.“
- (+2): „Da es ein Schema ist, konnte nicht alles genau berücksichtigt werden“.
- (+2): „a) Das Ergebnis ist ein Abbild der Tagesform (teilweise), manches würde ich vielleicht kurz nach einem Streit anders ausdrücken oder gewichten.  
b) Beim Vergleich mit dem Partner fielen einige Begriffe auf, die mir nicht eingefallen sind oder vorgeschlagen wurden, die aber durchaus passend gewesen wären.  
c) Ich bin mir nicht sicher, ob man so eine komplexe subjektive Sicht in ein Schema pressen kann, aber als Vergleichsgrundlage für wissenschaftliche Untersuchungen erscheint es sinnvoll.“
- (+2): „Sie konnten so gut abgebildet werden, wie sie mir selbst bewußt waren und sie äußern konnte; gute Genauigkeit“
- (+2): „Da man nicht beeinflusst wurde, konnte man seine eigene Meinung dazu gut bildlich wiedergeben“
- (+3): „Zu Frage 2/3: „Meine Ansichten und Vorstellungen wurden sehr gut abgebildet und was für mich wichtig war, diese Ansichten wurden weiter differenziert. Meine Rolle in der Partnerschaft wurde mir für mich ganz deutlich und bewußt“
- (+3): „Es waren genügend verschiedene mögliche Meinungskärtchen vorhanden sowie alle neuen Meinungen auf Blankokärtchen möglich. Durch genügend Zeitvorgabe und genügenden Möglichkeiten zum teilweise ausführlichen berichten meinerseits, konnte ich mir sehr gut eine Meinung bilden.“

**Anmerkungen Männer:**

- (0): „Alle weiterführenden Gedanken können auf Kärtchen nicht abgebildet werden“.
- (+1): „Es fehlt ein Vergleichsverfahren zur Beurteilung“
- (+1): „Es war für mich schwierig, meine Ansicht in Worte zu fassen, aber das Struktur-lege-Interview hat mich darin sehr unterstützt.“
- (+2): „Zu Fragen 2/3/4: Jede Diagnose hat nur Sinn bei einer anschließenden Therapie“
- (+2): „Besser als in dem von mir erwarteten 'Nur Gespräch“
- (+2): „Soweit bewußt konnte alles umgesetzt und dargestellt werden.“
- (+2): „Vielleicht auch sehr gut, da die eigene Definition gesucht wurde mit Denkanstößen.“
- (+2): „Bewußtmachung“
- (+3): „Durch die graphische Struktur konnte die Übersicht bewahrt und damit klar gegliedert werden“
- (+3): „In Zusammenhang mit den Erläuterungen im Gespräch wurde das Schema meinen Vorstellungen gut gerecht“



- (+2): „Für mich persönlich ja, für die Beziehung „noch“ nicht; liegt aber an der derzeitigen besonderen Situation. Für mich selbst muß ich nochmals die Ergebnisse vergegenwärtigen.“
- (+2): „Es hat zu einem interessanten Gespräch geführt mit der Partnerin“
- (+2): „Ich bin mir über die Entstehung und Wirkung meines Zornes jetzt deutlicher bewußt“

#### 4. Hatte Ihre Teilnahme an dem Struktur-Ge-Interview irgendwelche (positiven oder negativen) Auswirkungen auf Ihre Partnerschaft? Inwiefern?

	Negative Auswirkungen				Positive Auswirkungen				Mittelwerte/ (SD)
	-3	-2	-1	0	+1	+2	+3		
20 Frauen	0	0	0	7	6	4	3	1,15 (1,09)	
20 Männer	0	0	0	7	9	3	1	0,90 (0,85)	

##### Auswirkungen Frauen:

- (0): „Sowohl als auch: Positiv: Habe vieles besser verstanden und dadurch neu bewertet, so wird aus einem Ärgerauslöser nunmehr eine verstärkende Reaktion des Kontrollversuchs. Mein Partner erhält nicht mehr die Alleinschuld!“ Negativ: Mehr Wissen bedeutet oftmals kompliziertere Kommunikation, da ich viele Faktoren berücksichtigen möchte.“
- (0): „Die Partnerschaft blieb schlecht aufgrund dessen, daß mir im Interview vieles deutlicher wurde. Ich konnte nicht mehr in der gleichen Art mit meinem Partner umgehen wie vorher.“
- (+1): „Anregungen zum Vergleich der Modelle, Gespräch. Keine große Veränderung“
- (+1): „Wir haben uns unser Zornverhalten vor Augen geführt“.
- (+1): „Anlaß sich auszutauschen“
- (+1): „das Reden darüber und die Sichtweise des anderen zu sehen und zu verstehen, hat wieder ein Stück Nähe und Austausch gebracht.“
- (+1): „Wir wissen, daß wir uns darüber austauschen wollen, sind bisher aber noch nicht dazu gekommen“
- (+1): „Wir hatten nochmals Möglichkeit, anhand des Schemas nun über unseren jeweilige „Zornstruktur“ uns zu unterhalten; und nach Möglichkeiten schauen, wie wir diese oder jedem besser in den Griff bekommen könnten.“
- (+2): „Gespräche folgen immer wieder über Verhalten“
- (+2): „Wir haben an dem Abend die Kopien verglichen und den Verlauf verfolgt, ein paar Reibungspunkte gab es, im großen und ganzen aber haben wir stark übereingestimmt. Möglicherweise kann dadurch aber auch eine Unstimmigkeit, bzw. ein Streit provoziert werden.“
- (+2): „Gemeinsamer Gesprächsstoff (ohne Streit)“
- (+2): „Gespräche + Bemühung (Verhalten und Verständnis)“
- (+3): „Keine. Da bisher kein Gespräch darüber stattfand“
- (+3): „Vielleicht hat allein schon die Absicht, mein Verhalten zu ändern, eine ausgeglichene Partnerschaft bewirkt.“
- (+3): „Mir war eigentlich nicht klar, daß mein Partner und ich uns eigentlich so gut verstehen, und daß es, im Grund genommen, nur Nichtigkeiten sind, über die ich oder er sich ärgern.“

##### Auswirkungen Männer:

- (0): „Mein Partner hat nun einen erweiterten Einblick in meine Gefühlswelt.“
- (+1): „Gutes Gefühl, auf dem richtigen Weg zu sein.“
- (+1): „Ein Stück Kennenlernen der Partnerin“
- (+1): „Es (Gespräch mit Partnerin, s. Frage 3) hat die meisten Einschätzungen bestätigt“
- (+1): „Ein Abendgespräch“
- (+1): „Obwohl Umsetzung schwierig, dennoch neue Gesprächsgrundlage“
- (+2): „Positives und gutes Gespräch über männliche und weibliche Zornaspekte.“
- (+2): „Interessant war die Feststellung vieler Übereinstimmungen“
- (+3): „Große Zufriedenheit ob der Übereinstimmung; Freude über neue Erkenntnisse“
- (+3): „Zorn, Ärger, Wut, Kampf, Konkurrenz sind zentrale Themen in der Partnerschaft. Darüber hinaus empfinde ich die Art der Arbeit mit den Kärtchen und den Interessen, gemeinsame Strukturen zu erkennen und offenzulegen, als eine Möglichkeit, die Bewußtheit, Verbundenheit mit dem Erkennen der eigenen Situation, der eigenen Befindlichkeit herzustellen.“
- (+2): „Da mir jetzt Ursachen klarer sind, kann ich manchmal gegensteuern. Es gelingt mir nicht immer.“

5. Sind Sie der Ansicht, daß im Rahmen von Paartherapien ein Struktur-lege-Interview zum Thema „Zorn in Partnerschaften“ sinnvoll eingesetzt werden kann?

	Nein, gar nicht						Ja, sehr gut		Mittelwerte/ (SD)
	- 3	- 2	-1	0	+1	+2	+3		
20 Frauen	0	0	0	2	2	8	8	2,10 (0,97)	
20 Männer	0	0	0	3	0	12	5	1,95 (0,95)	

**Begründung Frauen:**

- (0): „Keine Ahnung, welche Anforderungen in Therapie zu erfüllen sind“  
 (0): „Ich denke, es kommt auf die einzelnen Personengruppen an. Bei einigen konnte es helfen, bei anderen wiederum nicht.“  
 (+1): „Ist nur sinnvoll, wenn dann damit intensiv gearbeitet wird.“  
 (+1): „Je nach dem, wie bereit das Paar ist zur Änderung von Verhaltensweisen.“  
 (+1): „Sich selbst Zorn-Verhaltensmuster vor Augen führen bedeutet den 1. Schritt zu Veränderung“  
 (+2): „Wenn beide Partner Interesse an einer Paartherapie haben, sie beide bereit sind auch introspektiv zu sein und an der Beziehung arbeiten möchten, halte ich diese Technik für gut möglich. Wobei in diesem Kontext vielleicht eher ein Konzeptverständnis von Partner zu Partner bewirkt werden könnte.“  
 (+2): „Vielleicht zu komplex. In vereinfachter Form“  
 (+2): „Als Analyse mittel sich sinnvoll, muß aber von Gesprächen begleitet werden (logisch?).“  
 (+2): „Ja, falls man gut abstrakt und logisch denken kann“  
 (+2): „Wenn die Paare sich über die Struktur noch nicht im klaren sind, wie der Zorn entsteht und was abläuft. Weiß man das schon, bringt es nicht mehr viel“  
 (+2): „Streitvermeidung“  
 (+3): „Strukturiert die Problematik, macht mir selbst, macht es mir selbst klarer und übersichtlicher; bei Austausch Verbesserung gegenseitigen Verständnisses möglich. Brachte mit selbst Dinge klarer zu Tage.“  
 (+3): „Für mich. Kann allerdings je nach Paar die Dinge eskalieren lassen. Bsp: Bei einem sehr ungleichen Paar, indem einer sehr viel mehr analysiert als der andere verstärkt die Struktur-lege-Technik die Diskrepanz. Aber: vielleicht macht es die Diskrepanz auch nur deutlicher; weiß ich nicht?“  
 (+3): „Es regt zum Nachdenken an, sowohl über das eigene Verhalten, wie auch das des Partners und es fördert auch die Kommunikation zwischen dem Paar, außerdem kann man auf spielerische Art einen Ablauf mit den Ursachen gut verdeutlichen.“  
 (+3): „Weil jedem die Schwächen bzw. die Dinge, Punkte des anderen und einem selbst erkennen lassen kann und jeder dann daraus in der Konfliktsituation lernen kann, z.B. den anderen besser zu verstehen usw.“  
 (+3): „Ich kann mir keine andere Methode vorstellen, die so genau hinterfragt.“  
 (+3): „Verhaltensmuster von Mann und Frau werden dadurch strukturiert und vergleichbar. Das Muster hinter den konkreten Beispielen wird sichtbar“  
 (+3): „Genau mit so einem Struktur-lege-Interview plus Ihrer Fähigkeit als einfühlsamer Dipl.-Psych, sowie in angenehmer Atmosphäre und einer Einzelsitzung

**Begründung Männer:**

- (0): „Als ein Element unverbindlicher Annäherung“  
 (0): „Kommt auf die weitere Ausarbeitung an, kommt auf den Konflikt bzw. die Partnerschaft an.“  
 (+2): „Sollte unbedingt in den Paargesprächen dazu genutzt werden, daß die Partner Denkschemata erkennen und sich verstehen lernen.“  
 (+2): „Durchaus, einzelne Kärtchen können Gespräche anregen und weiterführen.“  
 (+2): „Für besonders wichtig halte ich die persönliche Selbsteinschätzung zu vergleichen mit den Aussagen des Partners zu gleichen Sache“  
 (+2): „Ja, in Verbindung mit weiteren Gesprächen“  
 (+2): „Als Klärungs- und Orientierungshilfe für die eigene Position ist es sicher sehr hilfreich. Wahrscheinlich müßten man noch folgende Schritte wie: „Ursachen des Zornverhaltens“ oder „Problemlösestrategien“ das Struktur-lege-Interview ergänzen.“  
 (+2): „Sehr neutrale Art, auf das Problem zuzugehen.“  
 (+2): „Weil das erarbeitete Diagramm wiederholt betrachtet und ggf. auch korrigiert werden kann“  
 (+2): „Weil damit unbewußte Dinge sichtbar gemacht werden können.“  
 (+3): „Als Ausgangs- bzw. Orientierungspunkt über prinzipielle Gemeinsamkeiten/Unterschiede in der Partnerschaft“  
 (+3): „Es ist ein wichtiges Thema in der Beziehung und dieses System hilft bei den Auseinandersetzungen mit diesem Thema“  
 (+3): „Das bessere Verständnis von Zusammenhängen Zorn/Auseinandersetzung/Konfliktbewältigung ⇔ Zufriedenheit in der Partnerschaft verbessert die Therapiemöglichkeiten“

## 6. Weitere Anmerkungen (pos./neg. Einschätzungen, Verbesserungsvorschläge, etc.):

### Anregungen Frauen:

- (w): „Ich fand es sehr anregend und ein Impuls, über mich nachzudenken.“
- (w): „Eine weitere Sitzung mit dem Probanden, wenn sich alles „gesetzt“ hat.“
- (w): „Ich fände es sehr wichtig, daß ein gemeinsames Gespräch beider Partner mit Therapeut über das Lege-Interview im Anschluß geführt wird, da man sonst mit der Auswertung recht alleine dasteht“
- (w): „Evtl. nach Analyse beider Strukturen noch mal ein Gespräch mit beiden Partnern führen und möglicherweise Hilfen aufzeigen. Ich persönlich denke, daß nur ein „Strukturlegenspiel“ zu wenig Hilfe ist. Man wird sich nur über seine eigene Meinung über dieses Thema (Wörter) klar.“
- (w): „Solch eine Art von Paartherapie hätte meinem Partner und mir vor ca. 10 Jahren sehr viel geholfen. Sie sind geborener Psychotherapeut. Man hat zu Ihnen ein großes Vertrauen und gleichzeitig die notwendige Distanz. Das Interview fand in angenehmer Atmosphäre statt. Ich habe mich gefreut, daß sich jemand für meine Meinung interessiert. Ich bin einfach begeistert.“
- (w): „Bei der partnerunabhängigen Zorntheorie war nicht ganz klar, ob es eine objektive Erklärung für einen ‚Außerirdischen‘ sein soll, oder die Begriffe auf einen selbst zutreffen. Bsp.: Ich würde sagen, Rachegefühle können durchaus ein Zeichen von Zorn sein, treten bei mir aber nie oder selten auf.“
- (w): „Vergleich von „Zorn in Partnerschaften“ und „Zorn in sonstigen Beziehungen“ wäre interessant. Z.B. gelten die gleichen Verhaltensmuster auch in sonstigen Beziehungen oder herrschen dort andere Abläufe?. Woher kommt es, daß man in einer Partnerschaft unter Umständen ärgerlicher auf ein Verhalten des Partners reagiert, das man bei anderen Personen tolerieren würde?“
- (w): „Bei den beiden Ärgermustern (typisch/untypisch) vermisste ich Verhaltensbeispiele für die untypischen Reaktionsweisen.“  
Bei „Unterdrückung des Ärgers“ frage ich mich bei den Kärtchen, wie der Partner reagiert, wie das sein kann? Unterdrücken heißt nicht zeigen, wie also kann der Partner auf ein fehlendes Verhalten reagieren? Voraussetzung wäre doch, dass der Partner weiß, dass man sich „im Stillen“ ärgert. Ist das immer möglich? Könnte man optimalerweise davon ausgehen, dass die vermutete Reaktion des Partners auf mein „Offenes Zeigen des Ärgers“ seine eigene Ärgerreaktion beschreibt?“
- (w): „Die Möglichkeit, Beispiele aus unserer Beziehung nennen zu können, hat es für mich leichter gemacht, das Modell zu verstehen, bzw. Ihnen zu erklären, was ich meine. Sie konnten sehr gut helfen, meine Gedanken in Worte zu fassen. Wir stehen gerne für weitere oder ähnliche Interviews zur Verfügung“
- (w): „Eventuell finde ich für solche Untersuchungen auch sinnvoll., noch einen gemeinsamen Interviewtermin oder einen weiteren Einzeltermin, da man nach ein paar Tagen noch mehr zu sagen gewesen wäre.“

### Anregungen Männer:

- (m): „Sicher eine sinnvolle Erkenntnisteknik, die sich im Rahmen der Therapie zu allen Fragebereichen – nicht nur dem Zorn – einsetzen lässt.“
- (m): „Vorgehen war neu und aufschlußreich für mich, insofern kann ich zum jetzigen Zeitpunkt noch keine Ergänzungen vorschlagen“
- (m): „Angenehme Atmosphäre, verbale Verständigung sehr gut“
- (m): „Besonders gut gefiel mir die Atmosphäre und dass die Zeit keine Rolle spielte. Es war eine sehr schöne Erfahrung.“
- (m): „Hätte noch mehr in die Tiefe gehen können, konkrete Beispiele des Beziehungszorns“
- (m): „Für eine spätere Wiederbeurteilung des Organigramms wäre es hilfreich, wenn die „Äste“ mit einer Bezeichnung (z.B. Eigenbeurteilung/Beurteilung des Partners oder Eigene Einschätzung vs. Partnereinschätzung) versehen werden würden). Hier ist natürlich nur das Organigramm über Umgang und Wirkung des „Zornes“ gemeint. um Diagramm „Zorn“, ‚was bedeutet das‘, könnte man Richtungs- und Ursprungspfeile zusätzlich einbringen, evtl. mit einer Matrix-Nr.“