Inhaltsverzeichnis

Vorbemerkungen des Instituts (Abteilung Z – Zuneigung & Zweisamkeit) 12

Zur Notwendigkeit einer Untersuchung terminierter Zuneigung ... 12

Der Valentinstag als normierte Ausnahme vom Alltag 14

Symbolische Handlungen als kommunikative Ersatzsysteme 16

Zuneigung als gesellschaftlich regulierte Erwartung 18

Abgrenzung dieses Leitfadens 20

Zur Verwendung dieses Leitfadens 22

Institutsschlussbemerkung 24

Teil I – Der Valentinstag als gesellschaftliches Ritual 26

1. Der 14. Februar als terminierte Zuneigungsform 26

2. Historische Verschiebung und funktionale Umdeutung 29

3. Ritualisierung als soziale Vereinfachungsstrategie 31

4. Kommerz, Medien und Vergleichsdynamiken 33

5. Abweichung, Nicht-Teilnahme und stille Sanktionen 36

6. Einordnung in die Systematik der bewussten Einfalt 38

Teil II – Beziehung als Einfaltssystem 42

1. Beziehung als Arrangement 42

2. Nähe ohne Wahrnehmung 46

3. Kommunikation als Schonform 49

4. Konfliktvermeidung als Stabilitätsstrategie 52

5. Der Valentinstag als kompensatorischer Ausnahmezustand 55

6. Rollenerwartungen und Selbstvereinfachung 58

7. Einordnung in die Logik der bewussten Einfalt 61

Teil III: Die empfohlenen Praktiken der V.F.E.G. 64
1. Zur Auswahl geeigneter Gesten 66
2. Geschenke als kommunikative Abkürzung 71
3. Die Valentinskarte als Textminimalform 76
4. Überraschung ohne Überraschung 81
5. Gemeinsame Zeit als Programmpunkt 86
Teil IV – „Die Doppelseiten der Einfalt“ 92
1. So bleiben Sie gefühlsstabil und konfliktfrei 94
2. So vermeiden Sie jedes klärende Gespräch 96
3. So erfüllen Sie implizite Erwartungen zuverlässig 98
4. So vermeiden Sie Konfliktthemen 100
5. So setzen Sie auf eine symbolische Geste 102
6. So organisieren Sie eine gemeinsame Aktivität 104
7. So beenden Sie den Abend zufrieden 106
8. So wahren Sie jederzeit Haltung 108
9. So stellen Sie eigene Wünsche zurück 110
Teil V – Sonderfälle, Randgruppen und der 15. Februar 112
1. Singles und die simulierte Gelassenheit 112
2. Langjährige Beziehungen und ritualisierte Routine 116
3. Frisch Verliebte und Übererfüllung 121
4. Der 15. Februar: Das Ende des Ausnahmezustands 125
Schlussbemerkung des Instituts 128
Anhang 129
Glossar der beziehungsrelevanten Einfaltbegriffe 130
Institutsinterne Empfehlungen für den restlichen Jahresverlauf 136
Haftungshinweis und Abschlussvermerk 138