

Versteh mich doch!

Warum Partner so oft aneinander vorbei reden.



Zeit zum Reden.



” Aus den Erzählungen eines/r Beraters/in:

„Es scheint so, als ob Mann und Frau zwei Wesen von verschiedenen Sternen sind.“

„Du kannst mich einfach nicht verstehen“, so heißt der Titel eines Buches von Deborah Tannen. Die amerikanische Autorin beschreibt ein Phänomen, das fast jedes Paar kennt und dem wir in der Beratung häufig begegnen. Vor allem die Frauen fühlen sich von ihren Männern missverstanden und sie bestehen beharrlich darauf, dass ihr Mann sich so in sie einfühlen möge, wie sie das im Gespräch mit Frauen gewohnt sind. Es scheint so, als ob Mann und Frau zwei Wesen von verschiedenen Sternen sind, die die Sprache und Kultur des anderen nicht kennen. Wie Hund und Katze, die ihre jeweiligen Signale missverstehen: wenn der Hund mit dem Schwanz wedelt, ist er freudig erregt; tut es die Katze, ist sie gereizt.

Zur Zeit unserer Großeltern wurde diese Unterschiedlichkeit als selbstverständlich angesehen und sie wurde durch die strenge Rollenaufteilung noch betont. Es gab weibliche und männliche Bereiche, von denen der jeweils andere meist nichts verstand und die er – im Idealfall – respektierte. Im Zuge der gesellschaftlichen Veränderungen der letzten Jahrzehnte wandelte sich diese strenge Rollenverteilung zum partnerschaftlichen Miteinander. Zumindest ist das Idealbild das partnerschaftliche Miteinander. Durch diesen Wandel entstand vor allem bei den Frauen der Wunsch und die Vorstellung, dass Männer und Frauen ähnlich empfinden und denken mögen. Die Enttäuschung und die Wut, wenn das nicht so ist, sind groß. Das Verhalten und die Art des anderen werden abgewertet. Dadurch werden auch die Vorteile, die dieses Verhalten bietet, nicht genutzt und nicht gewürdigt. In der Paarberatung ist es notwendig, nicht nur die persönliche

psychische Dynamik des Einzelnen im Blick zu haben, sondern auch die gesellschaftlichen gruppenspezifischen Entwicklungen und Bedingungen. Trotz aller Gleichberechtigung ist der Unterschied zwischen dem weiblichen und männlichen Verhalten und der zugrundeliegenden Motivation immer noch gravierend. Im Folgenden wird diese Unterschiedlichkeit beschrieben als männliches und weibliches System. Um Missverständnissen vorzubeugen: dem männlichen System gemäß verhalten sich nicht nur Männer, sondern auch – wenn auch nicht so häufig – Frauen, ebenso gibt es Männer, die sich überwiegend dem weiblichen System gemäß verhalten.

Die Systeme zu bewerten ist gefährlich, keines ist nur gut oder nur schlecht. Beide haben Vorzüge und Nachteile. In der Beratung besteht die Chance, beide Systeme und das Verhalten beider Partner zu würdigen. An die Stelle von Streit und Mißverständnissen kann ein besseres Verstehen des Partners treten, wenn deutlich wird, welche Motivation dem Verhalten des anderen zugrunde liegt. Es wird dann leichter möglich, sich auch einmal den Wünschen des Partners entsprechend zu verhalten. Denn solange die eigene Art vom anderen nur abgewertet wird, ist es schwierig, etwas von ihm/ihr zu übernehmen.

„Gesellschaftlich und vor allem im beruflichen Bereich hat das männliche System Vorrang.“

Der Konflikt zwischen beiden Partnern wird dadurch verschärft, dass gesellschaftlich und vor allem im beruflichen Bereich das männliche System Vorrang hat. Um erfolgreich zu sein, ist es im öffentlichen Bereich nötig, sich gemäß dem männlichen System zu verhalten. Im privaten Bereich ist eher das weibliche System wirksam. Beide Systeme werden am Beispiel eines Ehepaares deutlich. In diesem fiktiven Fall

verhält sich die Frau gemäß dem weiblichen und der Mann gemäß dem männlichen System. Es könnte genauso gut umgekehrt sein. Frauen, die sich eher am Vater orientiert haben, übernehmen oft die Werte des männlichen Systems, und Männer, denen der Vater zur Identifikation fehlte, die des weiblichen Systems.

Der größte Unterschied zwischen beiden Systemen ist, dass im weiblichen System die Beziehung Vorrang hat. Die Beziehung zwischen den Menschen ist hier das Wesentliche, die Sache, die Aufgabe ist nachrangig. Im männlichen System hat die Sache, die Aufgabe, Vorrang; dann erst kommen die persönlichen Beziehungen. Der Einfachheit halber wird im folgenden das Synonym „Frauen“ für das weibliche System und „Männer“ für das männliche System verwendet, obwohl sich beide Geschlechter den beiden Systemen gemäß verhalten können und das auch tun. Zum Beispiel im Beruf männlich orientiert und zuhause weiblich. Dennoch beruht der „Kampf der Geschlechter“ auf der Verhaltensebene – nicht was die innere Dynamik angeht – im wesentlichen auf diesen unterschiedlichen Systemen. Durch die Schlagworte „Männer“ und „Frauen“ wird dies verdeutlicht und überspitzt.

Die übergeordnete Moral im weiblichen System heißt also: Erhaltung harmonischer Beziehungen. Anteilnahme und Fürsorge sind ein hoher Wert, niemand soll Schaden leiden. Im männlichen System steht das Prinzip der Gerechtigkeit und Fairness an erster Stelle. Unabhängigkeit ist wichtiger als persönliche Bezogenheit, nach dem Motto: Männer müssen bereit sein, für ihre Sache auch alleine zu kämpfen. Das Bild des „lonesome Cowboy“ in „High Noon“ drängt sich hier auf. Kaum jemand erwartet ein solches Verhalten von einer Frau. Kämpft eine Frau in der Literatur oder im Film, dann kämpft sie meist für eine ihr nahestehende Person, ihr Kind, ihren Mann, etc., selten um eine übergeordnete Idee wie Gerechtigkeit oder Freiheit. Tut sie es doch, dann häufig

deshalb, weil eine persönliche Beziehung zu einem Mann besteht, der diese Idee vertritt, oder ein ihr nahestehender Mensch unter einem ungerechten System leidet.

„Ihr Mann fühlt sich durch die ständige Nachfrage, was er denkt, fühlt, meint, eher genervt.“

Sprache

Ein zweiter, wesentlicher Unterschied zwischen den beiden Systemen ist die Sprache. Männliche und weibliche Sprache unterscheiden sich sehr stark. Deborah Tannen hat diesen Unterschied in ihren Büchern „Du kannst mich einfach nicht verstehen“ und „Job-Talk“ beschrieben. Die Sprache der Frauen ist eher beziehungsbezogen und die der Männer positions- und sachbezogen. In Kurzform: Beziehungs- oder Berichtssprache.

Für die meisten Frauen ist die Sprache in erster Linie eine Möglichkeit, Beziehungen zu knüpfen und Gemeinschaft herzustellen. Mädchen lernen von klein auf, im Gespräch Verbindungen zwischen den Gesprächsteilnehmern zu schaffen, ein Klima zu erreichen, in dem sich alle wohlfühlen, möglichst keiner zu kurz kommt. Frauen fühlen sich wohl bei privaten Gesprächen und sie gehen auch oft an öffentliche Situationen heran, als handele es sich um ein privates Gespräch.

Für die meisten Männer sind Gespräche in erster Linie ein Mittel zur Bewahrung von Unabhängigkeit und zur Statusaushandlung in einer hierarchischen sozialen Ordnung. Zu diesem Zweck ist es wichtig, Wissen und Fähigkeiten zur Schau zu stellen, sachbezogen zu argumentieren und Lösungen anzubieten. Männer behandeln häufig auch private Situationen wie ein öffentliches Gespräch, so als ginge es eher um Bericht-

erstattung als um die Festigung von Beziehungen. Das führt dann im privaten Bereich zum Klischee von der gesprächigen Frau, die ihren Mann tot redet, und vom schweigsamen Mann, der zuhause den Mund nicht aufbekommt.

Im öffentlichen Bereich ist es oft umgekehrt, in Gremien und Sitzungen brilliert der wortreiche Mann und die Frau wird schweigsam. In der Ehe führt dieser unterschiedliche Sprachstil häufig zu Missverständnissen und gegenseitigen Verletzungen. Frauen sind eher gewohnt – wenn sie mit jemandem vertraut sind –, alles was ihnen in den Sinn kommt, auszusprechen, ihre Gedanken mitzuteilen und auch über ihre Gefühle zu sprechen. Sie erwarten von ihrem Partner ein ähnliches Verhalten, fragen häufig: „was denkst Du“, „wie gehts Dir“, „wie war Dein Tag“. Die Antwort, die sie erhalten ist knapp: „nichts Besonderes“, „gut gehts mir“, „der Tag lief normal“.

Der Ehemann brütet eher vor sich hin, sucht sich eine Arbeit, liest Zeitung, schaltet den Fernseher ein. Die Sehnsucht seiner Frau, mal nett zusammensitzen, vielleicht bei einem Glas Wein und zu reden über sich oder über alles mögliche, wird wieder einmal enttäuscht.

Da Frauen über das Gespräch Beziehungen knüpfen und erhalten, fühlen sie sich durch knappe Antworten sehr verunsichert. Sie schließen daraus, dass sie dem Partner nicht wichtig sind. Oder sie erzählen ihm von ihren Problemen, Ängsten, Schwierigkeiten, nur um es loszuwerden und vielleicht eine mitfühlende Antwort zu hören. Stattdessen fühlt sich ihr Mann aufgerufen, das Problem zu lösen, Vorschläge zu machen oder die Sache gleich selbst in die Hand zunehmen. Auf ihren Hinweis hin, dass sie das gar nicht will, reagiert er gekränkt, weil sie seinen Rat und seine Hilfe so gering schätzt. „Warum erzählst Du mir das dann überhaupt?“ Der Mann fühlt sich durch die ständige Nachfrage, was er denkt, fühlt, meint, eher genervt. Für ihn sind diese flüchtigen Gedanken

und Gefühle nicht der Rede wert, wesentlich sind die sachlichen Themen, die objektiv betrachtet werden können und als richtig oder falsch befunden werden. Für ihn leidet die Zuneigung nicht im geringsten, wenn das Gespräch nicht ständig in Gang ist. Hauptsache, sie sind zusammen, tun etwas gemeinsam und sei es fernsehen, das reicht völlig aus. Durch diese unterschiedlichen Gesprächsstile und Bewertungen der Situation kommt es in langjährigen Beziehungen dazu, dass sich die Frau immer mehr zurückzieht, das beziehungsstiftende Gespräch einstellt, nur noch sachlich redet und das als schwere Störung ihrer Ehe erlebt, was bis zum Gedanken an Trennung führen kann. Der Mann ist dann häufig wie vor den Kopf geschlagen, denn er dachte, es lief doch alles gut zwischen ihnen.

„Hilfreich ist es, über diese Unterschiedlichkeit gegenseitig Bescheid zu wissen.“

Da es nicht leicht ist, einen gewohnten Gesprächsstil zu verändern, ist es in der Partnerschaft hilfreich, über diese Unterschiedlichkeit gegenseitig Bescheid zu wissen. Sie nicht als gut oder schlecht zu bewerten und sich zu bemühen, die Sicht und Erlebensweise des anderen zu verstehen. Die Behauptung, nur Männer seien objektiv, könnten sachlich denken und argumentieren, Frauen seien unsachlich und zu emotional, bekommt auf diesem Hintergrund eine andere Bedeutung. Der Schwerpunkt bei der weiblichen Sprache ist die Pflege der Beziehung, bei der männlichen die Sachbezogenheit.

„Bei Frauen ist es eher üblich, dass sie mehrere Aktivitäten zur gleichen Zeit in Angriff nehmen.“

Zeitstruktur

Ein weiterer Auslöser für Missverständnisse ist neben der unterschiedlichen Sprache die unterschiedliche Zeitstrukturierung im weiblichen und im männlichen System. Für den Mann gibt es eine Aktivität zu einer Zeit, erst wenn die erledigt ist, folgt die nächste. Er ist stark konzentriert auf diese eine Sache. Störungen oder andere Anforderungen zur gleichen Zeit bringen ihn leicht aus dem Konzept, er wird ärgerlich. Bei Frauen ist es eher üblich, dass sie mehrere Aktivitäten zur gleichen Zeit in Angriff nehmen.

Teils auch deshalb, weil ihnen die Arbeit im Haushalt und mit den Kindern diese Fähigkeit in hohem Maße abverlangt. Sie haben es gelernt, zu kochen und gleichzeitig die Kinder im Auge zu haben. Sind die Mütter einmal nicht da und der Vater versorgt die Kinder, wächst ihm diese Aufgabe oft wegen der Gleichzeitigkeit mehrerer Tätigkeiten über den Kopf.

Für Frauen ist Zeit flexibler, sie sind auch leichter ablenkbar. Das was im Moment wichtiger ist – und das sind häufig Kontakte, z. B. der Schwatz mit der Nachbarin – hat Vorrang. Auch Verabredungen müssen daher nicht zwingend eingehalten werden, es ist kein großes Problem einen vorgefassten Plan zu verändern. Und fast immer hat der Aufbau von sozialen Beziehungen Vorrang vor strikten Terminplanungen. Details und Pläne können leicht verändert werden und den neuen Gegebenheiten angepasst werden.

„Für viele Männer ist diese Flexibilität der Frauen ein Graus.“

Für viele Männer ist diese Flexibilität der Frauen ein Graus. Sie wissen nicht, woran sie sich halten können. Für sie sind einmal aufgestellte Pläne verbindlich. Vorgaben und Verabredungen müssen möglichst eingehalten werden. Im Beruf wird diese Art der Zeitstrukturierung und die Präferenz für Aufgaben und Pläne gefordert. Die berufliche Ausrichtung des männlichen Systems wird auch darin deutlich, dass für Männer die Orientierung am Sozialstatus wesentlich ist. Ziel ist ein möglichst hoher Sozialstatus. Das hierarchische Prinzip dominiert, es gibt ein klares Oben und Unten, aber auch ein Aufstieg ist möglich. Führung und Struktur sind klar, was auch in der Sitzordnung deutlich wird. Der Kampf um höhere Ränge beeinflusst die sozialen Kontakte, die Solidarität leidet. Darum gibt es manchmal wenig enge persönliche Kontakte, denn der andere könnte ja zum Konkurrenten werden. Konfliktbereitschaft gilt als erwünscht. Es wird hart um eine Sache gerungen oder um sportlichen Erfolg. Priorität hat die Sache und nicht die Beziehung. Es ist dann aber auch möglich, nach harten Auseinandersetzungen, wenn die Rangfolge klar ist, „miteinander einen trinken zu gehen“.



„Frauen haben oft eine ausgeprägte Angst vor Erfolg.“

Frauen erleben sich eher auf der gleichen Ebene. Rangunterschiede werden möglichst eingeebnet, oder wenn sie vorhanden sind, nicht betont. In einer Gruppe wird der Aufstieg von Einzelnen eher verhindert, die bevorzugte Sitzordnung ist der Kreis. Die Führung ist unklar, es wird darüber gewacht, dass sich keine zu sehr in den Mittelpunkt rückt. Die Kämpfe um Rang und vor allem um Beliebtheit finden eher heimlich statt. Offene Konflikte werden vermieden, weil sonst die Beziehung gefährdet wird. Unmut, Kritik wird verdeckt, hinterherum geäußert. Frauen haben oft eine ausgeprägte Angst vor Erfolg, weil sie befürchten und zum Teil zu Recht, dass sie dann alleine stehen und weniger beliebt sind.

Gesellschaftlich wird auch eine Frau in Führungsposition immer noch als unweiblich angesehen, da sie nicht die Beziehungspflege als ihr vorrangiges Ziel ansieht. Dies ist trotz Gleichberechtigung und Feminismus häufig immer noch so. Egal ob die Ursachen hierfür nun entwicklungsgehistorisch, sozial oder genetisch bedingt sind, Frauen und Männer müssen sich im Kontakt miteinander darauf einstellen. Wenn eines dieser beiden Systeme – früher das weibliche, heute zunehmend das männliche – pauschal als negativ eingestuft wird, führt das zu extremen Belastungen der Beziehung zwischen Mann und Frau. Die Abgrenzung zwischen Frauen und Männern und auch die gegenseitige Abwertung nimmt zu. Ein Zusammenleben scheint oft nicht mehr möglich. Sucht ein Paar einen Weg aus seinen Schwierigkeiten und kommt zur Beratung, haben beide Partner die Chance, die Stärken, aber auch die Gefahren beider Systeme zu sehen und voneinander zu lernen.

Weitere Themen:

Impulse zu weiteren Themen aus der Beratungsarbeit sind zu finden unter: www.efl-beratung.de sowie unter www.zeit-zum-reden.com

Anmeldung zum Beratungsgespräch:

Sie möchten bei einer unserer 12 Beratungsstellen einen Termin vereinbaren? Unsere Kontaktinformationen finden Sie online unter: koeln.efl-beratung.de/ueber-uns/anmeldung

Onlineberatung:

Für ein anonymes Beratungsgespräch können Sie sich per E-Mail oder Chat an uns wenden. Sie haben die Möglichkeit der Einzelberatung und Paarberatung. Ortsunabhängig, flexibel und persönlich.

Impressum:

Text mit freundlicher Genehmigung von Jutta Renk-Lendle, Ehe-Familien-Lebensberatung im Bistum Münster.

Herausgeberin:

Konferenz der Leiterinnen und Leiter der Katholischen Beratungsstellen für Ehe-, Familien- und Lebensfragen im Erzbistum Köln

Kontaktadresse:

Der Diözesanbeauftragte für Ehe-, Familien- und Lebensberatung im Erzbistum Köln: Dr. Hannspeter Schmidt, Erzbistum Köln, Hauptabteilung Seelsorge, Abteilung Erwachsenenseelsorge, Referat Ehe- und Familienpastoral, Marzellenstr. 32, 50668 Köln

Redaktion:

Gabi Hähner, Claudia Richter, Georg Riesenbeck



Die 12 Kath. Beratungsstellen für Ehe-, Familien- und Lebensfragen im Erzbistum Köln finden Sie in folgenden Städten:

- Bergisch-Gladbach
- Bonn
- Düsseldorf
- Euskirchen
- Gummersbach
- Köln
- Köln-Porz
- Neuss
- Ratingen
- Rhein-Erft-Kreis
- Siegburg
- Wuppertal

Auch online sind Sie mit uns gut beraten.
Und das ganz anonym. Sie erreichen uns
unter www.onlineberatung-efl.de



**Kath. Ehe-, Familien-
und Lebensberatung**

 ERZBISTUM KÖLN

Scannen und
mehr erfahren:

