EMERSON EGGERICHS

Die Nähe,
nach der sie sich sehnt

LIEBE & RESPEKT

Die Anerkennung,
die er sich wünscht

GerthMedien

einen Kaffee vorbei."

So viel zu dem romantischen Abend, den unser Ritter der Geschäftswelt sich ausgemalt hatte. Stattdessen spielt er die zweite Geige – nach den Kindern, der Reinigung und der Schwägerin. Während er zur Tür hinaustrottet, ruft er noch über die Schulter: „Schön, dich nach einer Woche wiederzusehen!"

Seine Frau wundert sich zwar über seinen sarkastischen Tonfall, doch in dem Moment klingelt das Telefon, und sie kommt nicht dazu, ihm nachzulaufen und zu fragen, was er damit meint. Später, während des Elternabends, spürt sie, dass er immer noch ärgerlich ist, doch auf dem Heimweg sagt sie nichts. Sie ist vom Trubel der vergangenen Woche erschöpft. Außerdem ist sie ärgerlich darüber, dass er überhaupt nicht fragt, wie es ihr ergangen ist. Sie fragt sich, welches Recht er hat, sauer zu sein, wenn er es doch ist, der sich wie ein Kind aufführt.

Als sie später zu Bett gehen, beschließt der Ehemann alles „wiedergutzumachen" – und zwar auf die für ihn naheliegendste und natürlichste Art. Doch als er sich zu ihr hinüberbeugt, um ihr den Rücken zu streicheln – normalerweise ein guter Einstieg –, sagt sie nur: „Lass das! Ich bin müde."

Wütend und ohne ein weiteres Wort dreht er sich auf die andere Seite, worauf sie, von seinem Ärger verletzt, meint: „Du bist so was von unsensibel!"

Ungläubig gibt er zurück: „Das ist ja wohl nicht zu glauben. Ich bin eine Woche weg, dann komme ich heim, und statt mich zu begrüßen, redest du nur von den Kindern und deiner Schwester – und du nennst *mich* unsensibel? Ich bin wohl nur dein Brötchenverdiener?"

Inzwischen ist die Ehefrau zutiefst verletzt und antwortet: „Du hast nicht einmal danach gefragt, wie es mir gegangen ist. Du interessierst dich doch nur für Sex!"

„Ich war eine Woche weg! Wenn ich früher auf Geschäftsreisen war, konntest du es gar nicht erwarten, dass ich nach Hause kam. Da hast du mich an der Tür mit einem Lächeln und einem Kuss begrüßt. Jetzt schaust du kaum auf und sagst nur: ‚Du bist früh dran.' Vielen Dank. Ich hab die Schnauze voll."

Der blanke Wahnsinn

Geschichten wie diese sind keine Ausnahme. Jedes Ehepaar kennt seine eigene Version dieser Geschichten. Das ist es, was ich den Teufelskreis des Ehewahnsinns nenne. Und er dreht sich immer und immer weiter. Es ist, als käme jemand in einen Raum und entdeckte, dass das Licht nicht angeht, wenn man den Schalter betätigt. Wenn er den Schalter ein-

oder zweimal betätigt, ohne dass sich etwas tut, können wir das ja noch verstehen. Er wird irgendwann herausfinden, dass etwas nicht stimmt – dass es einen Kurzschluss gab oder dass die Birne kaputt ist. Aber wenn er eine geschlagene halbe Stunde dasteht und ein ums andere Mal den Schalter drückt, dann fragen wir uns allmählich, ob der Typ noch ganz dicht ist.

Was ich damit sagen will, ist: *Verrückt wird es dann, wenn wir immer wieder dasselbe tun, obwohl es zu nichts führt*. Die Ehe scheint ein fruchtbarer Boden für solche Verrücktheiten zu sein. Ironischerweise werden heute mehr Bücher zum Thema „Ehe" veröffentlicht als jemals zuvor. Doch trotz all unserer Erkenntnisse geht der Wahnsinn weiter. Und es scheint keinen Unterschied zu machen, ob die Paare an Christus glauben oder nicht. Warum? Ich bin zu dem Schluss gekommen, dass *wir*, die wir einer Kirche angehören und glauben, die Wahrheit gefunden zu haben, nicht die ganze Wahrheit nutzen. Ein wesentlicher Teil des Wortes Gottes wird völlig ignoriert oder übersehen, obwohl er direkt vor unserer Nase liegt.

Viele christliche Ehepaare kennen Epheser 5,33 und können die Bibelstelle zumindest dem Sinn nach wiedergeben. Der Apostel Paulus fordert die Männer auf, ihre Frauen zu lieben wie sich selbst, und die Frauen, ihre Männer zu respektieren. Doch hört irgendjemand darauf? Vielleicht wäre es ein erster Schritt zu einer besseren Kommunikation, wenn Männer und Frauen wirklich hören würden, was Gottes Wort so überdeutlich ausspricht.

Warum kommunizieren Ehepaare mithilfe von Codes?

Das Thema „Kommunikation in der Ehe" wurde schon in Hunderten, wenn nicht gar Tausenden von Büchern beschrieben, diskutiert und auseinandergenommen. Warum stellt die Kommunikation zwischen Mann und Frau ein derartiges Problem dar? Das lässt sich auf die Tatsache zurückführen, dass wir, ohne es zu beabsichtigen, unsere Botschaften in einem geschlechtsspezifischen „Code" senden. Was *ich* sage, ist nicht das Gleiche wie das, was *Sie* hören. Und was *Sie* zu hören glauben, entspricht nicht dem, was *ich* gemeint habe. Verdeutlichen wir uns dies an einem Beispiel:

Ein Ehepaar macht sich morgens fertig.

Sie sagt: „Ich habe nichts anzuziehen." (Sie meint damit, sie habe keine *neuen* Kleidungsstücke.)

Er sagt: „Ich habe nichts anzuziehen." (Er meint, er habe keine *sauberen* Kleidungsstücke.)

In diesem Beispiel besteht nicht die Gefahr eines ernsthaften Konflikts, doch dieses „Nichts anzuziehen“ illustriert, dass jeder die Dinge aus *seinen* Bedürfnissen und *seiner* Perspektive heraus betrachtet.

Neulich erst arbeitete ich am Computer, während Sarah im Nebenraum das Radio laufen ließ. Es war irgendeine Talkshow, gerade laut genug, um mich von meinen Gedanken abzulenken. Ich rief ihr zu: „Hörst du dir das gerade an?“ Keine Antwort. Noch einmal rief ich: „Hörst du dir das an?“ Wieder keine Antwort. Schließlich rief ich noch lauter: „Hörst du Radio?!“ Da rief sie mir zu: „Ich versuche, Radio zu hören, aber du störst mich ständig dabei!“

Der darauf folgende zweiminütige Wortwechsel wuchs sich beinahe zu einem echten Streit aus. Sarah war sauer auf mich, weil sie eigentlich mit anderen Dingen beschäftigt gewesen war und das Radio gar nicht bewusst wahrgenommen hatte. Als ich jedoch gefragt hatte, ob sie sich das anhört, dachte sie, es gäbe etwas im Radio, das sie meiner Meinung nach unbedingt hören sollte. Meine Frage hatte aber natürlich darauf abgezielt, dass sie das Radio ausschaltet, wenn sie ohnehin nicht zuhört. Und daher war ich ärgerlich, weil sie mich offensichtlich nicht verstanden hatte.

Schließlich wurde mir bewusst, dass ich meine Absicht nicht sehr klar ausgedrückt hatte und dass es nicht sehr liebevoll gewesen war, sie dreimal anzuschreien. Also entschuldigte ich mich. Ich erzähle von diesem kleinen Missverständnis, weil es zeigt, wie schnell solche Situationen eskalieren können. Ab einem gewissen Punkt geht es dann nicht mehr um das Radio oder irgendeine andere fehlgelaufene Kommunikation. Dann ist die Frau vielleicht beleidigt, weil der Mann so unsensibel ist (eine Befürchtung, die viele Frauen hegen). Und in weniger als einer Minute fühlt sie sich ungeliebt und bezichtigt ihren Mann der Lieblosigkeit. Inzwischen ist der Mann bereits verärgert darüber, dass seine Frau mit ihm redet, als wäre er ein unsensibler Holzklotz, und knallt ihr den Satz an den Kopf, der für viele Männer fast schon ein Mantra ist: „Dir kann ich es doch nie recht machen!“ Der Mann fühlt sich respektlos behandelt oder zumindest zu Unrecht kritisiert – zum hunderttausendsten Mal. So kann ein kleiner Funke schnell ein Feuer entfachen. Und wenn das Ehepaar nicht weiß, wie ein solches Feuer zu löschen ist, kann daraus eine wahre Feuersbrunst werden.

Wenn das Thema nicht das eigentliche Thema ist

Fast immer ist das Thema, das den Wahnsinn ins Rollen zu bringen scheint, nicht der eigentliche Punkt. Hatten Sie schon einmal Krach mit Ihrem Ehepartner, ohne recht zu

wissen, warum? Sie nehmen wahr, wie Ihr Ehepartner verletzt, abwehrend oder kalt reagiert, und Sie fragen sich: *Was ist denn nur los? Was ist passiert?* In der Regel werden Sie die Sache abtun und sich sagen: *Wäre sie doch nur nicht so empfindlich,* oder: *Würde er sich doch weniger kindisch benehmen.* Wenn Sie die Person sind, der Unrecht geschehen ist, sieht die Sache natürlich anders aus. Ihr Ehepartner ist Ihnen mal wieder auf die Füße getreten.

Doch nur weil Sie sich ungeliebt oder missachtet fühlen, bedeutet das noch lange nicht, dass Ihr Ehepartner Ihnen eine lieblose oder respektlose Botschaft gesendet hat. Als der Geschäftsmann von seiner Reise nach Hause kam und von einem lustvollen Abend mit seiner Frau träumte, seine Frau jedoch überhaupt nicht darauf einging, sandte sie ihm nicht die Botschaft: „Ich respektiere deine Bedürfnisse nicht." Und der Mann mag zwar anschließend beleidigt oder ärgerlich gewesen sein, doch er signalisierte ihr nicht, dass er sie nicht liebt. Oft sind wir mit unseren Bedürfnissen beschäftigt und übersehen einfach, dass der andere auch Bedürfnisse hat. Die Ehefrau braucht die Liebe ihres Mannes; sie hat nicht die Absicht, respektlos zu sein. Der Ehemann braucht die Achtung seiner Frau; er hat nicht die Absicht, lieblos zu sein. Wenn Sie diesen Grundsatz erst einmal verstanden haben – dass das „Thema", über das Sie streiten, nicht das eigentliche Thema ist –, sind Sie auf dem besten Weg, den Code zu knacken.

Wir sind so unterschiedlich wie Rosa und Blau

Wenn das Thema nicht das eigentliche Thema ist, müssen wir uns klarmachen, dass im Inneren der Frau etwas anderes vor sich geht als im Inneren des Mannes. Die einleitenden Kapitel des ersten Buchs Mose berichten davon, dass Gott die Menschen als Mann und als Frau schuf. Das ist keine große Neuigkeit. Doch das unterstreicht die Tatsache, dass Mann und Frau *grundverschieden* sind.

Ich verdeutliche den Unterschied zwischen Mann und Frau gerne mit einem Bild: Frauen schauen sich die Welt durch eine Brille an, die durch und durch rosa getönt ist. Alles, was sie sehen, ist rosa gefärbt. Männer dagegen schauen die Welt durch eine blaue Brille an, und diese Brille färbt alles blau ein. Männer und Frauen können also dieselbe Situation anschauen und doch etwas ganz anderes sehen. Ihre blaue beziehungsweise rosa Brille führt unweigerlich dazu, dass sie die Dinge zu einem gewissen Grad falsch interpretieren.

Männer und Frauen sehen die Dinge nicht nur anders, sie hören auch auf unterschiedliche Weise. Um die Analogie mit dem Rosa und Blau ein wenig weiterzutreiben, könnten wir sagen, dass Gott den Mann mit einem blauen Hörgerät

ausgestattet hat und die Frau mit einem rosafarbenen. Sie hören dieselben Sätze, doch sie empfangen unterschiedliche Botschaften (wie das Beispiel „Ich habe nichts anzuziehen" gezeigt hat). Weil die Brillen und Hörgeräte von Mann und Frau verschieden sind, senden sie sich gegenseitig Botschaften in unterschiedlichen Codes.

Wenn die gute Laune Ihrer Frau plötzlich verfliegt und Sie spüren, da taucht ein Problem auf, hat sie Ihnen eine codierte Botschaft übermittelt. Würden andere Frauen Ihrem Gespräch beiwohnen, würden sie mit ihren rosa Brillen und Hörgeräten ziemlich schnell zu dem Schluss kommen: „Ich kann gut verstehen, warum bei ihr der Rollladen runtergeht. Sie ist doch so zerbrechlich. Es ist kaum zu glauben, in was für einem Tonfall er mit ihr spricht." Für Frauen ist die codierte Nachricht kein Geheimnis, denn sie entschlüsseln sie mithilfe ihrer rosa Brillen und Hörgeräte. Da ist es auch kein Wunder, wenn Frauen häufig denken: *Männer sind ja so was von hirnlos.*

Aber betrachten Sie die Situation einmal von der anderen Seite. Wenn eine Frau mitbekommt, dass die Stimmung ihres Mannes in den Keller geht und er wütend oder verschlossen reagiert, erscheint ihr dieses Verhalten kindisch. Doch viele Männer, die dieser Szene mit ihren blauen Brillen und Hörgeräten beiwohnen, würden sagen: „Ich verstehe, warum der Kerl dichtmacht. Hört euch doch um Himmels willen mal an, wie sie mit ihm redet. Das ist unglaublich! Gebt dieser Hexe einen Besen!"

Fangen Sie an zu verstehen, warum die Kommunikation zwischen Mann und Frau manchmal so schwierig ist? Kehren wir zurück zu der Geschichte mit der Karte zum Hochzeitstag, die sich als Geburtstagskarte entpuppte. Als die Frau merkt, dass ihr Mann eine Geburtstagskarte gekauft hat, verliert sie in Sekundenbruchteilen ihre gute Laune. Er hat ihren Hochzeitstag schon so oft vergessen, aber das hier gibt ihr den Rest! Offensichtlich liebt ihr Mann sie noch nicht einmal so sehr, dass er sich die Zeit nimmt, die Karte zu lesen, bevor er sie ihr überreicht!

Und deshalb schickt sie ihm die wütende Botschaft, die natürlich codiert ist. Und er? Entschlüsselt er die Botschaft korrekt? Natürlich nicht. Er trägt ja die blaue Brille. Er sieht nur Verärgerung, Wut und Respektlosigkeit. Erst fühlt er sich schuldig, dann wird er ärgerlich. Schließlich war es nur ein Versehen …

Doch seine Frau blickt durch die rosa Brille und lässt den Einwand, es sei nur ein Versehen gewesen, nicht gelten. Sie treibt den Konflikt weiter auf die Spitze, indem sie seinen Charakter attackiert: Sie behauptet, sein Auto sei ihm wichtiger als sie!

So etwas muss er sich nicht bieten lassen. Er steigt aus. Und auf diese Weise verbringen beide den Hochzeitstag damit, sich zu fragen, wie eine kleine Karte einen derartigen Wahnsinn entfachen konnte. Aber natürlich ging es gar nicht um die Karte. Eigentlich ging es darum, dass die Frau sich ungeliebt fühlte und auf die einzige ihr bekannte Weise reagierte: indem sie ihrem Mann ins Gesicht sprang und ihn beschimpfte. (Nicht alle