

GARY SMALLEY



ENTDECKE
DEINEN
MANN

dass Ihr Mann nicht versteht, wie sehr seine spitzen Bemerkungen oder seine Gleichgültigkeit Ihre Gefühle verletzen. Er kann es lernen, aber er braucht Ihre Hilfe.

Nun wollen wir einige der Unterschiede zwischen Mann und Frau näher betrachten; nämlich die Unterschiede auf der Ebene der Psyche und der Gefühle, des Körpers, der Sexualität und der Intuition. Die einzelnen Punkte werden keinesfalls erschöpfend behandelt, sie werden Ihnen aber zumindest ein besseres Verständnis der Unterschiede vermitteln, die meistens nicht genug beachtet werden.

Unterschiede auf der Ebene der Psyche und Gefühle

Frauen neigen dazu, »persönlicher« als Männer zu sein. Sie haben ein tief gehendes Interesse an Menschen und Gefühlen, während Männer eher dazu neigen, sich mit den praktischen Gegebenheiten zu befassen, die durch logisches Denken erfasst werden können.

Dr. Cecil Osborne sagt, dass Frauen dazu neigen, »ein eng verbundener Teil« der Menschen, die sie kennen, und der Dinge, die sie umgeben, zu werden. Zwischen ihnen und ihrer Umgebung besteht eine gewisse Art des »Einsseins«. Ein Mann hat zwar eine Beziehung zu Menschen und Situationen, aber er lässt es für gewöhnlich nicht zu, dass seine Identität mit ihnen verwoben wird. Irgendwie bleibt er distanziert. Eine Frau kann deswegen so leicht verletzt werden, wenn andere ihr Heim kritisieren, weil sie es gewissermaßen als ein Stück von sich selbst ansieht. (Eine Frau Mitte fünfzig sagte, sie freue sich über eine Karte oder einen Blumenstrauß von ihrem Mann, weil sie dadurch von der Identität mit ihrem Heim und ihrer Familie gelöst werde. Das Geschenk hebe sie als Einzelperson mit persönlicher Identität und persönlichem Eigenwert heraus.)

Wegen der emotionalen Identifizierung mit Menschen und Umgebung braucht eine Frau mehr Zeit, um eine Veränderung zu verarbeiten, als ein Mann. Ein Mann kann die Vorteile einer Veränderung logisch erfassen und sich innerhalb weniger Minuten darauf einstellen. Bei einer Frau ist das anders. Sie hat sofort die unmittelbaren Folgen der Veränderung und die Schwierigkeiten, die sie für sie und ihre Familie mit sich bringen könnte, vor Augen. Sie braucht Zeit, um sich erst einmal an eine veränderte Situation zu gewöhnen; erst dann kann sie sich für die Vorteile dieser Veränderung erwärmen.

Es gelang Steve und Bonney nur schwer, ausreichend Geld für das Essen zusammenzubekommen. Er arbeitete achtzehn Stunden am Tag für sein kleines Geschäft und sie mindestens acht (dabei war sie im siebten Monat schwanger). Dann flog er an die Ostküste, um einem Multimillionär seine geschäftlichen Pläne zu unterbreiten. Der Mann war beeindruckt und machte Steve ein großzügiges Angebot. Steve konnte es kaum erwarten, Bonney anzurufen und ihr die wunderbare Neuigkeit mitzuteilen.

Steve brauchte nicht einmal fünf Minuten, um das Angebot anzunehmen. Das war eben

das einzig »Vernünftige«. Er rief Bonney an und erzählte ihr die Neuigkeit in »logischer« Reihenfolge, damit sie sich ebenso wie er dafür begeistern könnte. Er sagte: »Erstens wirst du nicht mehr arbeiten müssen. Zweitens gibt er mir 20 Prozent vom Profit (er sagt, in einem Jahr bin ich Millionär). Drittens, du glaubst gar nicht, wie schön es hier ist, und er übernimmt alle Umzugskosten.«

Steve war schockiert, als Bonney hemmungslos zu weinen begann. Zuerst dachte er, sie weine vor Freude. (Ich weiß, es ist schwer zu verstehen, dass er das wirklich glaubte. Aber vergessen Sie nicht, Männer können wie Büffel sein.)

Sobald Bonney trotz ihres Schluchzens wieder sprechen konnte, stellte sie einige Fragen, die Steve für vollkommen lächerlich hielt (tatsächlich dachte er, sie sei verrückt geworden). Sie stellte Fragen wie: »Und was ist mit unseren Eltern?« und »Und die Wohnung – ich habe gerade das Kinderzimmer eingerichtet?« Nach ihrer dritten Frage beendete Steve, mit all seiner männlichen »Vernunft«, abrupt das Gespräch. Sie wagte tatsächlich, ihn zu fragen, ob er denn vergessen habe, dass sie im siebten Monat schwanger sei!

Er ließ ihr ein bis zwei Stunden Zeit, sich wieder zu beruhigen, dann rief er zurück. Sie hatte die Fassung wiedergefunden und willigte ein, an die Ostküste zu ziehen und alles zurückzulassen: ihre Eltern, ihre Freunde, ihren Arzt, ihren Säuglingspflegekurs und das Kinderzimmer, das sie mit viel Zeitaufwand und Mühe für ihr erstes Kind hergerichtet hatte.

Bonney brauchte beinahe acht Monate, um sich an eine neue Situation zu gewöhnen, wofür Steve nur wenige Minuten gebraucht hatte. Steve ist nie zu seiner Million gekommen. Das Geschäft »platzte« acht Tage vor der Geburt ihres Babys und sie zogen wieder in eine andere Stadt, immer noch Tausende von Kilometern von ihrem Heimatort entfernt. Steve hat schließlich seine Lektion gelernt und heute trifft er keine größere Entscheidung, wenn Bonney nicht voll und ganz einverstanden ist. Sobald er eine Veränderung absehen kann, sagt er es ihr, damit sie reichlich Zeit hat, sich mit dem Gedanken vertraut zu machen. Doch Steve wird nie vergessen, dass seine Frau ihm so oft aus Liebe Opfer gebracht hat. Er sieht sogar ein, dass Fragen wie: »Und was ist mit unseren Eltern?« oder »Und was ist mit dem Kinderzimmer?« wichtiger sein können als Geld.

Physische Unterschiede

Nach Ansicht von Dr. Paul Popenoe, dem Gründer des amerikanischen Instituts für Familienfragen in Los Angeles, könnten die biologischen Unterschiede zwischen den Geschlechtern ein ganzes Buch füllen, die Unterschiede im Bereich der Fortpflanzung nicht einmal mit eingerechnet.

Dies sind einige der Unterschiede:

Männer und Frauen sind in jeder Zelle ihres Körpers verschieden. Dieser Unterschied in

der Chromosomenkombination ist überhaupt die wesentliche Ursache für die Entwicklung des Geschlechts.

Frauen haben von Natur aus eine größere Vitalität, vielleicht wegen dieses Chromosomenunterschiedes. Sie leben im Durchschnitt drei bis vier Jahre länger als Männer.

Bei Frauen ist der Stoffwechsel für gewöhnlich niedriger als bei Männern. Es gibt auch Unterschiede im Knochenbau und bei den inneren Organen.

Frauen haben einige wichtige Körperfunktionen, welche die Männer nicht haben – Menstruation, Schwangerschaft, Stillen. Frauen haben andere und mehr Hormone als Männer. Diese Hormone haben einen Einfluss auf Verhalten und Gefühle.

Die Schilddrüse funktioniert bei Mann und Frau unterschiedlich. Bei Frauen ist die Schilddrüse größer und aktiver, bei Schwangerschaft und Menstruation vergrößert sie sich. Sie ist verantwortlich für die größere Neigung zur Kropfbildung bei Frauen, die Widerstandsfähigkeit gegen Erkältungen, die glatte Haut, die geringe Körperbehaarung und die dünne subkutane Fettschicht.

Das Blut der Frau enthält mehr Wasser als das des Mannes (20 Prozent weniger rote Blutkörperchen). Da die roten Blutkörperchen die Körperzellen mit Sauerstoff versorgen, werden Frauen schneller müde und neigen eher zu Ohnmachtsanfällen. Also haben sie nur auf die Lebensdauer umgerechnet eine bessere Konstitution. Als während des Krieges die Arbeitszeit in britischen Fabriken von zehn auf zwölf Stunden erhöht wurde, nahmen die Unfälle bei Frauen um 150 Prozent zu, bei Männern dagegen überhaupt nicht.

Die reine Körperkraft kann bei Männern um 50 Prozent höher sein als bei Frauen.

Bei Frauen schlägt das Herz im Durchschnitt schneller (80 Schläge pro Minute gegenüber 72 bei Männern). Ihr Blutdruck (10 Messeinheiten niedriger als bei Männern) variiert von Minute zu Minute, doch sie neigen viel weniger zu Bluthochdruck – wenigstens bis zu den Wechseljahren.

Die Ein- bzw. Ausatemkapazität ist bei Frauen deutlich geringer als bei Männern.

Frauen können hohe Temperaturen besser verkraften, da sich bei ihnen der Stoffwechsel weniger verlangsamt als bei Männern.

Unterschiede im Bereich der Sexualität

Das sexuelle Verlangen der Frau hängt größtenteils von ihrem Monatszyklus ab; das des Mannes ist relativ konstant, es wird hauptsächlich von dem Hormon Testosteron gesteuert

Frauen reagieren viel mehr auf Berührungen und zärtliche Worte. Sie werden eher von der Persönlichkeit eines Mannes angezogen, während für Männer das Aussehen der Frau eine große Rolle spielt. Für gewöhnlich sind Männer weniger anspruchsvoll bei den Frauen, zu

denen sie sich körperlich hingezogen fühlen.

Während ein Mann wenig oder gar keine Vorbereitung für den Geschlechtsverkehr braucht, muss die Frau, oft Stunden vorher, emotional und seelisch darauf vorbereitet sein. Dabei ist eine für sie zärtliche Zuwendung nötig, während eine grobe und beleidigende Behandlung ihr sexuelles Verlangen für Tage blockieren kann. Wenn der Mann keinerlei Rücksicht auf die Gefühle seiner Frau genommen hat, kann sie sogar beinahe Widerwillen gegen seine Zärtlichkeiten empfinden. Viele Frauen sagten mir, sie seien sich wie Prostituierte vorgekommen, wenn ihr Mann sie gezwungen hat, mit ihm zu schlafen, obwohl sie ihm innerlich grollten. Ein Mann dagegen mag sich gar keine Vorstellung davon machen, was er seiner Frau damit antut.

Diese grundlegenden Unterschiede sind die Ursache für viele Konflikte in der Ehe. Und sie treten meist sehr schnell nach der Hochzeit zutage. Die Frau weiß intuitiv viel besser, wie eine liebevolle Beziehung aufgebaut wird. Aufgrund ihrer Sensibilität nimmt sie mehr Rücksicht auf die Gefühle ihres Mannes und setzt alles daran, eine sinnvolle, vielschichtige Beziehung aufzubauen – das heißt eine Beziehung mit vielen Facetten, die mehr ist als nur eine sexuelle Partnerschaft. Sie möchte für ihren Mann Geliebte und beste Freundin sein, ihn bewundern und ihm ein Zuhause geben und seine gleichwertige Partnerin sein. Der Mann hingegen weiß im Allgemeinen nicht rein intuitiv, wie die Beziehung sich gestalten soll. Er weiß nicht intuitiv, wie er seine Frau ermutigen und lieben soll, oder wie er sich ihr gegenüber verhalten soll, um ihre tiefsten Bedürfnisse zu erfüllen.

Da er kein intuitives Verständnis dieser wichtigen Dinge besitzt, muss er sich ganz auf das Wissen und die Kenntnisse stützen, die er diesbezüglich vor der Ehe erworben hat. In unserem Schulsystem gibt es leider keine angemessene Vorbereitung für einen jungen Mann in diesem Bereich. Seine Erziehung besteht also einzig und allein in dem, was er in seinem Elternhaus als Beispiel gesehen hat. Für viele von uns ist dieses Beispiel vielleicht unzureichend gewesen. Die meisten Männer wissen alles über Sex und sehr wenig über echte, selbstlose Liebe, wenn sie heiraten. Ihr Mann wird daher nur durch Ihr Vorbild und Ihre Hilfe lernen können, Ihnen und den Kindern die Liebe zu geben, die Sie brauchen.

Ich will damit nicht sagen, dass Männer egoistischer sind als Frauen. Ich meine nur, dass der Mann am Anfang einer Ehe einfach nicht dieselbe Fähigkeit wie eine Frau besitzt, selbstlose Liebe auch auszudrücken. (Sie wissen sicher ebenso gut wie ich, dass Frauen ganz genauso egozentrisch sein können wie Männer.)

Unterschiede im Bereich der Intuition

Norman wollte über 75 000 Euro in ein »bombensicheres« Geschäft investieren. Er hatte die Angelegenheit von allen Seiten beleuchtet und war zu dem logischen Schluss gekommen, dass nichts schiefgehen könnte. Nachdem er den Vertrag unterzeichnet und der

anderen Partei den Scheck ausgehändigt hatte, fand er es an der Zeit, seine Frau von der Investition in Kenntnis zu setzen.

Als sie einige der Einzelheiten über den Geschäftsabschluss gehört hatte, hatte sie dabei sogleich ein ungutes Gefühl. Als Norman dies bemerkte, wurde er wütend und fragte sie nach dem Grund dafür. Sie konnte keinen logischen Grund angeben, weil sie keinen hatte. Alles, was sie wusste, war, dass »irgendetwas nicht stimmte«. Norman hörte auf sie, ging noch einmal zu der anderen Partei und verlangte sein Geld zurück. Man sagte ihm, dass er verrückt sei, aber er bekam das Geld wieder. Kurze Zeit später wurden alle Organisatoren und Kapitalanleger des Geschäfts von der Regierung unter Anklage gestellt. Die Intuition seiner Frau hatte Norman nicht nur vor dem Verlust des Geldes, sondern auch vor dem Gefängnis bewahrt.

Was hat es nun mit dieser »weiblichen Intuition« auf sich? Es ist nichts Mystisches, sondern vielmehr die unbewusste Wahrnehmung der kleinsten Einzelheiten, die manchmal konkret fassbar, manchmal abstrakt sind. Da es sich meist um einen unbewussten Prozess handelt, ist eine Frau häufig nicht in der Lage, genau zu definieren, warum sie etwas so und nicht anders empfindet. Sie erfasst oder »fühlt« einfach etwas in Bezug auf eine Person oder eine Situation, während ein Mann eher zu einer logischen Analyse von Umständen und Personen neigt.

Wie dieses Kapitel wohl gezeigt hat, können Männer und Frauen ihre Verschiedenartigkeit nicht verstehen, wenn sie sich nicht darum bemühen. Dieses Wissen sollte Ihnen ein wenig mehr Hoffnung, Geduld und Toleranz bei Ihrem Bemühen geben, die Beziehung zu Ihrem Mann zu stärken und zu vertiefen.

Nun können wir versuchen, herauszufinden, wie Sie Ihrem Mann helfen können, sensibler zu werden.

Zum Nachdenken

Wie unterscheiden Sie sich von Ihrem Mann beim Aufbau von Beziehungen:

- zueinander?
- zu den Kindern?
- zu Verwandten?
- zu Freunden?
- zu der Gemeinde?