

# ÜBERSETZUNGSARBEIT

## ZWISCHEN MÄNNERN UND FRAUEN



*Wie unterschiedlich sind Frauen und Männer?  
Welche Auswirkungen hat das auf eine Beziehung?  
Der Berner Paartherapeut **Albert Pfister** im  
Interview.*

**Was bewährt sich aus Sicht eines Paartherapeuten eher: „Gleich und Gleich gesellt sich gern“ oder „Gegensätze ziehen sich an“?**

Es gibt beides: Beziehungen, in denen sich die Partner sehr ähnlich sind, sehr viele Interessen teilen und dies die Beziehung in ihren Augen deshalb sehr einfach macht. Andererseits kenne ich auch Beispiele von Paaren, die eine wunderbar funktionierende Beziehung haben, obwohl ihre Interessen und die Denkweisen sehr unterschiedlich sind, das Paar aber genau dies als Herausforderung annimmt und dieser Umstand für sie das Ganze erst interessant macht. Das ist je nach Temperament und je nach eigener Bewertung ganz unterschiedlich. Als Paartherapeut kann ich nicht sagen, dass die eine oder andere Form besser wäre.

**Sehr ähnliche Partner halten es in einer Beziehung also nicht länger miteinander aus?**

Nicht unbedingt. Sie haben in der Freizeitgestaltung oft einfach weniger Konflikte. Weil sie gemeinsame Hobbys teilen oder weil sie bei der Kindererziehung schnell mal dieselbe Linie haben. Das kann schon einiges einfacher machen. Nur weil vieles harmonisch läuft, bedeutet dies aber nicht, dass eine Beziehung tatsächlich befriedigender ist. Wenn das Feuer der Liebe nicht gepflegt wird, kann eine harmonische Beziehung auch langweilig werden. Zudem gibt es in jeder Beziehung Konflikte, Frust, Verletzungen und Probleme. Entscheidend ist, wie die Partner damit umgehen. Auch wenn man ganz ähnlich tickt wie das

Gegenüber, kommt es vor, dass man gerade über die wirklich wichtigen Dinge zu wenig spricht. Dass man sich über die schwierigen Themen ausschweigt und sich deshalb nicht näher kommt.

**Warum ist das so?**

Meist weil man nicht recht weiss, wie man über schwieriges sprechen soll. Beispielsweise weil man es über die Jahre verlernt hat, über wesentliche Beziehungsdinge zu sprechen. Oder weil die beiden verlernt haben, über die persönlichen Wünsche und Gefühle zu sprechen. In Beziehungen wird viel über Beruf, Familie, Kinder und Nachbarschaft gesprochen. Gerade die Organisation des Alltags nimmt oft einen grossen Teil der Gespräche ein. Viele Paare, die zu mir in die Therapie kommen, reden zwar miteinander, sagen einander aber nicht ehrlich, wie es ihnen in der Beziehung tatsächlich geht; was schön ist, was sie als mühsam empfinden, was ihnen weh tut oder sie hilflos macht.

**Wie unterschiedlich sind Mann und Frau?**

Frauen und Männer funktionieren tatsächlich unterschiedlich. Allerdings gibt es Beziehungsthemen, die unter gleichgeschlechtlichen Paaren genau dieselben sind. Dazu gehört beispielsweise das Gefühl, zu wenig Beachtung zu erhalten, Eifersucht, Wut, Respektlosigkeit...

Viele Beziehungsprobleme rühren aber tatsächlich daher, dass Männer und Frauen verschieden sind. Feuer und Wasser sind zwei extreme Gegensätze – so unterschiedlich sind Mann und Frau zwar nicht. Wir sind alle Menschen, die Anerkennung möchten, die sich nach Nähe und Zärtlichkeit sehnen.

**Aber?**

Im Denken unterscheiden sich die beiden Geschlechter: Meines Erachtens sind Männer lösungsorientierter, sie wollen Probleme möglichst schnell aus dem Weg schaffen. Aber wir Männer müssen aufpassen, dass wir in Gesprächen richtig zuhören, wirklich Interesse zeigen. Und in der Partnerschaft nicht sofort mit fixfertigen Lösungsvorschlägen kommen. Meiner Erfahrung nach wollen Frauen die Problemlösung nicht unmittelbar vorgesetzt kriegen, sondern oft einfach in einem ersten Schritt mal *gehört* werden. Im Zwischenmenschlichen stelle ich immer wieder fest, dass Frauen eher daran interessiert sind, die Zusammenhänge zu verstehen. Sie wollen begreifen,

wieso das Gegenüber genau so und nicht anders reagiert. Frauen urteilen nicht so schnell wie Männer und suchen nicht so rasch nach Schuldigen. Sie interessieren sich für das ganze soziale Phänomen, wieso es in der Beziehung nicht klappt. Frauen treffen Entscheidungen mehr aus dem Gefühl heraus und denken mehr „mit dem Herzen“. Sie können dabei (aus Sicht der Männer) zuweilen sehr inkonsequent und wechselhaft sein. Männer denken stärker in klaren Konzepten, lassen sich bei ihren Entscheidungen mehr vom Realistischen und Machbaren leiten und können problemlos „eine neue Schiene fahren“, wenn der alte Weg nicht mehr gangbar ist. Ein weiterer Unterschied ist die Art der Pflege von sozialen Kontakten. Frauen haben ein ausgebautes soziales Handeln und Denken. Männer haben oft oberflächlichere Beziehungen zu Kollegen und pflegen weniger tiefe Freundschaften. Wobei es natürlich auch hier Ausnahmen gibt. Aber generell sind Männer tatsächlich eher Einzelkämpfer.

### **Die unterschiedliche Denkweise der beiden Geschlechter kann im Alltag zu Schwierigkeiten führen...**

Ja, beispielsweise dass sich die Frau vom Mann nicht richtig verstanden fühlt. Er wiederum stört sich am „ständigen Diskutieren“ und regt sich darüber auf, dass sie in seinen Augen nie zufrieden ist. Als Paartherapeut versuche ich stets beide Seiten zu verstehen, abwechselnd ihren und seinen Blick einzunehmen, ohne zu werten. Was ich tue, ist letztlich Übersetzungsarbeit zwischen Männer- und Frauensprache.

*Interview: Lilly Toriola*

*für die Zeitschrift DIE POLITIK Juni/Juli 2012*