

Cornelia Mack

Kleiner Unterschied – große Wirkung

So verstehen sich Mann und Frau

SCM Hänssler

Inhalt

Vorwort	9
Für ein besseres Miteinander von Mann und Frau	9
Teil 1 – Beobachtungen zum Thema Mann und Frau	
Die verunsicherte Beziehung	13
Abwertungen	13
Gleichmacherei der Geschlechter	19
Ebenbild Gottes	21
Was meint Ebenbildlichkeit?	22
Die Chance der Unterschiedlichkeit	24
Teil 2 – Die Unterschiede	
Der Körper	27
Das Gehirn	27
Die Sinneswahrnehmungen	29
Berührungsempfindlichkeit	31
Räumliche Orientierung	32
Erregungsbereitschaft	35
Belastungsfähigkeit	38
Sexualität	38
Wahrnehmung der Welt	40
Innenwelt – Außenwelt	40
Personen oder Sachen	42
Komplexität oder Vereinfachung	45
Körper als Teil meiner selbst oder der Körper als Werkzeug	51
Gefühle offen oder eingesperrt	52
Gestaltung des Lebens	57
Bindung – Unabhängigkeit	57
Kleine Netzwerke – große Netzwerke	62
Beziehung und Erfolg	64
Selbstabwertung oder Selbstsicherheit	69

Nähe und Distanz	72
Gespräche	76
Beziehungspflege oder	
Informationsaustausch	77
Unterstützung – Konfrontation	81
Mehrgleisig oder eingleisig.....	82
Mittel zur Klärung oder Austausch von	
Ergebnissen	85
Private Gespräche und öffentliche Gespräche ..	86
Indirekt oder direkt.....	88
Schlussfolgerungen.....	91
 Teil 3 – Mann und Frau gemeinsam – ein starkes Team	
In der Gesellschaft.....	93
Nicht werten	93
Gemeinsam sind wir stärker	94
In der Ehe.....	95
Der Liebe Ausdruck verleihen	95
Ja zur Unvollkommenheit.....	97
Versöhnung und Vergebung	99
Die Ergänzung gestalten	100
Dankbarkeit	104
In der Erziehung	106
Die notwendige Ergänzung von Vater und	
Mutter	106
Vater und Mutter als Gottesbild	110
Bibel und Ehe.....	111
Das Eheprinzip der Bibel –	
verlassen, anhängen, eins sein	111
Die Frau – eine Gehilfin?.....	122
Das Geheimnis der Unterordnung	
(Epheser 5,21-33).....	123
Literatur	129
Anmerkungen	133

Vorwort

Für ein besseres Miteinander von Mann und Frau

Mann und Frau in unserer Welt – ein weites Thema, ein spannendes und manchmal auch ein brisantes.

Dass Mann und Frau verschieden sind, wird niemand bezweifeln. Aber die Frage, wie wir mit diesem Wissen umgehen, ist damit noch lange nicht gelöst.

Es kann sein, dass wir von der Andersartigkeit des anderen Geschlechts fasziniert sind, möglicherweise sind wir aber auch bestürzt und betroffen. Es kann sein, dass die unterschiedliche Herangehensweise an die Welt zu Unverständnis führt oder aber überraschende und positive Lerneffekte in sich birgt.

Je mehr wir voneinander wissen, desto besser. Auf diese Weise bekommen wir einen neuen Blick aufeinander und viele Missverständnisse erübrigen sich. Das Miteinander von Mann und Frau wird erst dann schwierig, wenn Misstrauen einkehrt, wenn die gegenseitige Wahrnehmung nur noch negativ gefiltert ist und daraus dann ein täglicher Kleinkrieg wird.

Die Grundidee Gottes ist eine andere: Frauen und Männer können einander auf hervorragende Weise ergänzen, nicht nur in der Ehe und in der Familie, sondern auch in allen anderen Bereichen des Lebens.

Immer neu komme ich ins Staunen darüber, wie exzellent es Gott sich ausgedacht hat, dass Frau und Mann nicht gleich sind, sondern unterschiedlich. Wie wir erleben,

fühlen, reagieren, denken, nach Lösungen suchen und die Welt wahrnehmen, hängt ganz stark davon ab, ob wir ein Mann oder eine Frau sind. Das macht das Miteinander so spannend und die Ergänzung so notwendig.

Mit diesem Buch will ich dazu verhelfen, dass wir eine neue Sichtweise aufeinander bekommen, mehr Sensibilität für die Andersartigkeit des anderen Geschlechts gewinnen und möchte dazu ermutigen voneinander zu lernen und uns ergänzen zu lassen.

Die Neuauflage dieses Buches ist eine erweiterte und überarbeitete Fassung des bereits 2002 erschienenen Buches. Die wissenschaftliche Forschung hat in der Zwischenzeit noch weitere interessante Ergebnisse zutage gefördert, die ich zum Teil mit eingearbeitet habe.

Darum hat dieses Buch drei Teile: In *Teil 1* möchte ich beleuchten, in welchem ideologischen und biblischen Themenkreis wir die Thematik ansiedeln müssen. In *Teil 2* beschreibe ich Erkenntnisse über die Unterschiede.

In *Teil 3* ziehe ich Schlussfolgerungen, vertiefe einige biblische Aussagen zum Thema Mann und Frau und gebe Hilfestellungen für den Umgang mit diesem Thema in Ehe und Familie.

Um einer flüssigen Lesbarkeit willen habe ich auf die inklusive Sprachregelung verzichtet: Ich weiß, dass es nicht nur Psychologen und Seelsorger, sondern auch Psychologinnen und Seelsorgerinnen gibt. Natürlich sind immer beide Geschlechter gemeint.

Das Inhaltsverzeichnis ist so ausführlich gehalten, dass man auch einzelne Themenbereiche überspringen kann und sich auf das konzentrieren kann, was einem persönlich gerade am wichtigsten oder interessantesten erscheint.

Teil 3 – Mann und Frau gemeinsam – ein starkes Team

In der Gesellschaft

All die genannten Unterschiede könnten Frustration und Resignation zur Folge haben. Sie können sich aber auch zum größten Abenteuer der Welt entwickeln. Spannend dabei ist ja gerade, die Chance zu entdecken, die in der Verschiedenartigkeit steckt. Gott hat Mann und Frau absichtlich so unterschiedlich geschaffen. Das ergibt für ihn Sinn. Diesen gilt es zu entdecken.

Nicht werten

Wichtig ist, dass wir an diese Unterschiedlichkeit nicht wertend herangehen und entweder das sogenannte »Weibliche« oder »Männliche« für das Bessere halten.

Die unterschiedlichen Trends in der Bewertung des Mann- und Frauseins und die daraus entstehenden Gefahren habe ich im ersten Teil ausführlich beschrieben.

Mit der jeweiligen Abwertung oder Aufwertung des Frau- oder Mannseins tun wir einander einen schlechten Dienst. Viel hilfreicher ist es, Wertschätzung füreinander zu entwickeln. Männer brauchen Frauen und Frauen brauchen Männer – im privaten wie im öffentlichen Bereich.

Wir sollten nicht in einer stolzen Haltung meinen, wir könnten am besten alles alleine auf unsere je weibliche oder je männliche Art bewältigen.

Gemeinsam sind wir stärker

Unsere jeweils männliche oder weibliche Sichtweise ist nur der eine Teil der Wirklichkeit, einseitige Wahrnehmung ist deswegen nur die halbe Wahrnehmung. Es ist gut, sich der eigenen Ergänzungsbedürftigkeit zu stellen.

Wir brauchen die männliche und weibliche Art miteinander, aber nicht gegeneinander. Dann können wir in unserer Welt Sinnvolles zustande bringen, ganz egal, wie die »weiblichen« und »männlichen« Anteile bei uns persönlich verteilt sind.

Ergänzung ist eine von Gottes Grundideen für Mann und Frau. Das Wort *Ergänzung* hat seine Wortwurzel in dem Wort »ganz«. Ergänzung bedeutet, mit dem anderen zusammen etwas Ganzes zu werden. Wir können von den Gegensätzlichkeiten profitieren und diese wie zwei Puzzleteile miteinander verbinden.

Denn wir brauchen in unserer Welt immer beides:

- Zielorientierung und Wahrnehmung der Störfaktoren.
- Durchsetzungsbereitschaft und Flexibilität.
- Den Blick auf das Ganze und die Offenheit für Details.
- Hochleistungsfähigkeit und die Bedachtsamkeit.
- Kampfbereitschaft und sensible Zuwendung.
- Auseinandersetzung und das Sich-wieder-Zusammensetzen.
- Entschlossenheit und Einfühlungsvermögen.
- Sachlichkeit und Emotionalität.
- Klare Strukturen und die Beachtung der persönlichen Konsequenzen eines Beschlusses.

Beziehungen sind wichtig, aber ebenso auch Ergebnisse.

Weibliche Sicherheitsbemühungen sind nötig, aber auch männliche Strategien und mutige Eroberungen, der Aufbruch ins Neue.

»Es ist wichtig, dass Menschen rechtzeitig begreifen, dass Männer und Frauen viel mehr für das ... Leben tun können, wenn sie nicht konkurrieren, sondern kombinieren, was jeder von beiden am besten kann. Miteinander kämpfen, statt gegeneinander, miteinander spielen, statt die Verschiedenheiten gegeneinander auszuspielen.«⁸¹

In der Ehe

Was für das öffentliche Leben gilt, gilt natürlich noch viel mehr für das private und für das Zusammenleben in der Ehe: Miteinander etwas Ganzes werden und die Ergänzung als Bereicherung erfahren.

Aber wie gestalten wir diese Unterschiede so, dass wir uns nicht ständig daran stören und ärgern, sondern sie wirklich als Bereicherung und Chance für uns entdecken können?

Der Liebe Ausdruck verleihen

Frauen sind mit ihren Männern oft nicht zufrieden. Sie wollen sie gerne anders haben. Deswegen fangen sie an, an ihnen herumzuerziehen, sie zu kritisieren und schlussendlich zu ständig nörgelnden Ehefrauen zu werden. Und die Männer leiden darunter.

Schon oft haben mir Männer erzählt, wie schwer es für sie ist, immer wieder das Gefühl zu haben, es ihren Frauen nicht recht machen zu können. Sie wollen aber so gerne einfach akzeptiert werden, wie sie sind.

Denn jeder Mensch braucht das grundlegende Ja des Sein-Dürfens (Martin Buber), den Zuspruch: Du bist geliebt, so wie du bist.

Es gibt eine gute Nachricht für alle, die mit ihrer Ehe unzufrieden sind: Veränderung ist möglich! Aber sie geschieht nicht dadurch, dass wir aneinander herumerziehen, sondern indem wir einander stehen lassen und akzeptieren, wie wir sind.

Ein Mann erzählt: Meine Freunde sagten seit Jahren zu mir, ich solle mich ändern. Meine Frau nickte dazu. Jeder sagte mir immer wieder, ich solle mich ändern. Ich pflichtete ihnen bei, denn ich wollte mich ja ändern, aber ich brachte es einfach nicht fertig, so sehr ich mich auch bemühte. Dann sagte eines Tages meine Frau zu mir: »Weißt du was? Ändere dich nicht! Bleib, wie du bist. Es ist wirklich nicht so wichtig, ob du dich änderst oder nicht. Ich liebe dich so, wie du bist. So ist es nun einmal.«

Diese Worte klangen wie Musik in meinen Ohren. »Ändere dich nicht, ändere dich nicht... ich liebe dich!« Und ich entspannte mich und wurde lebendig, und Wunder über Wunder, ich änderte mich! Jetzt weiß ich, dass ich mich nicht wirklich ändern konnte, bis ich jemanden fand, der mich liebte, ob ich mich nun änderte oder nicht. (Nach A. de Mello.)

Jeder Mensch braucht die Würde, geachtet und geliebt zu sein, um sich zu entfalten zu können. Genau dadurch geschieht Veränderung: auf dem Boden gegenseitiger Wertschätzung und Achtung. Liebe sieht den anderen, wie er ist – und nimmt ihn trotzdem an.

Unser Ja zum anderen kann von dem großen Ja Gottes über uns gespeist werden. Wir – als sein Gegenüber, als sein Ebenbild – sind von Gott angesehen. Wir dürfen alle Fassaden und Absicherung bei ihm ablegen und echt werden. Mit unserer Sehnsucht und unserer Bedürftigkeit dürfen wir vor ihm stehen und wissen: Er sagt dennoch Ja zu mir.

Und darum gilt auch: *Wie Gott mir, so ich dir.*

Von diesem Ja kann mein Ja zum Partner erneuert werden. Liebe heißt dann auch: Ich kann mich vor dem anderen sehen lassen, wie ich bin, und von ihm annehmen lassen, wie ich bin.⁸²

Ja zur Unvollkommenheit

Gottes Ja zu mir ist immer auch ein Ja zu meiner Unvollkommenheit und zu meiner Bedürftigkeit. Darum kann auch Ehe und menschliches Miteinander überhaupt nur gelingen, wenn wir uns von der Vorstellung der Perfektion verabschieden. Kein Mensch ist vollkommen, kein Mensch ist fehlerfrei, auch nicht annähernd. Weder wir selbst noch der andere kann den Maßstäben der Hundertprozentmarke genügen.

Ehe wird nie vollkommen sein. Und der Ehepartner erst recht nicht.

Gott liebt nun mal gerade die Unvollkommenen und die Unperfekten. Sowohl mich Unvollkommenen als auch