

Über Gefühle reden?!



Bild von Peter Engler.

Männer können halt nicht über Gefühle sprechen, heisst es jeweils. Als ob das a) endlose Beziehungsdebatten erklärte und b) bei Frauen anders sei. Über Gefühle sprechen – was heisst das schon? Stellt man sich vor, dass das weibliche Geschlecht seine Unterhaltungen meist beginnt mit: «Ich bin heute so traurig.» Oder: «Ach, ich fühle mich so einsam.» Auf das «Wie-geht-es-Dir?» dürfte man von einer Frau dann immer einen differenzierten Gefühlslagen-sermon aufgetischt bekommen, wohingegen ein Mann nur blöde lächelnd etwas murmeln würde.

• • •
Nein, nein, mit dieser Behauptung stimmt etwas nicht. Wir Frauen gehen nicht einfach durch die Welt und reden von Gefühlen hier, Gefühlen da oder schmücken unsere Sätze mit pathetischen Anhängseln über den tiefen inneren Schmerz, dem wir ausgesetzt sind, oder der Angst vor Verlust, die uns Tag für Tag begleitet. Auch nicht davon, dass uns der Sommer das Herz zum Zerspringen bringen lässt und es überfließt mit Freude, die wir dann ganz gefühlvoll mit anderen teilen wollen. «Über Gefühle reden» ist reiner Pathos.

• • •
Ein ganz entscheidender Punkt ist nämlich der, dass Frauen nicht explizit über ihre Gefühle reden, sondern Fakten präsentieren und Geschichten erzählen: «Ja, angefangen hat es damit, dass er so abwesend vor der Glotze sass. Im Normalfall habe ich damit kein Problem, aber gestern hat es mich einfach dermassen wütend gemacht, dass ich von der Arbeit heimkomme und er nicht einmal fragt, wie mein Tag gewesen ist.» (Im Ernst: Das hört sich in den seltensten Fällen an wie: «Ich fühle mich so ungeliebt.») Dann geht die Erzählung vielleicht mit einer Schilderung der Szene weiter, die sie ihm geliefert hat, mit seiner Reaktion darauf und wie es zu diesem ganz schlimmen Streit gekommen ist, wegen

dem sie noch heute so schlechte Laune hat. Die Gesprächspartnerin wird zuhören. Und dann wahrscheinlich versuchen, die ganze Sache zu analysieren. Sie wird Fragen stellen, um sich ein Gesamtbild der Situation machen zu können. Ihre Kollegin wird sie mit subjektiven Aussagen tatkräftig dabei unterstützen. Und vielleicht – aber bestimmt nicht in jedem Fall – wird irgendwann das «Ich-fühlte-mich-in-dem-Moment-so-ungeliebt» fallen – und wenn, dann bloss, um der Analyse dienlich zu sein.

• • •
So. Wo also bleibt das «Über-Gefühle-Reden», das den Männern angeblich verwehrt ist? Das geschilderte Gespräch ist keine blosser Fiktion. Nein, es ist ein sauberes und mehrheitsfähiges Beispiel, wie Frauen sich austauschen. Es geht nicht mit Pathos um die innere Gefühlswelt, die es verbal und explizit darzustellen gilt, nie und nimmer. Es geht darum, wer was in welchem Zusammenhang gesagt oder getan hat. Es geht darum, die einzelnen Fäden des Knäuels wieder zu finden und freizulegen, damit man sich das ganze Gewebe anschauen kann. Es geht um knallharte Analyse – und das ist wahrhaftig etwas, was sich die Männer auf ihre Fahne geschrieben haben. Weshalb also sollen sie das nicht können? Weil das Wort Gefühl eben aufgeladen ist – und das kann einen mitunter ja durchaus erschrecken.

• • •
Tatsächlich ist es zwar so, dass «Ich habe Angst» eher aus dem Munde einer Frau kommt, als dass es einem Mann über die Lippen schlüpft. Und das ist gut so, denn es lässt sich hin und wieder auch gut damit kokettieren. Dass es in diesen Fällen für Männer unmöglich ist, ins gleiche Horn zu blasen, liegt auf der Hand – diese Spielchen funktionieren nun mal nach so genannt archetypischem Schema. Oder wird sich ein Mann an eine Frau heranpirschen und auf dem gemein-

samen Heimweg gestehen, sich vor einem Überfall zu fürchten? – Dass Superman genauso eine Ausgeburt der Fantasie ist wie Barbie, hat sich halt noch nicht herumgesprochen.

• • •
Genauso, wie Frauen zwischendurch mit ihrer körperlichen Unterlegenheit kokettieren, tun es die Männer mit ihrer überlieferten Unfähigkeit, über Gefühle zu sprechen. Wie oben aufgeführt: Auch die Frauen können das nur zum Teil. Was sie aber herausgefunden haben, ist, wie man über etwas kommuniziert, das man nicht greifen kann; wie man um etwas herumredet, das zu vage ist, um es zu benennen. Sie wagen es, den Versuch zu starten, etwas zu erklären. Da darf man auch verschiedene Ansätze benutzen, man darf sich widersprechen (Gefühle haben schliesslich etwas hinterhältig Widersprüchliches an sich), man darf im Kreis herumreden und bei jeder Drehung wieder ein kleines Mosaiksteinchen dessen ins Gespräch streuen, was für einen selber und für einen Aussenstehenden ein Hinweis zur Problemlösung sein könnte.

• • •
Das Einzige, was Frauen dabei meist besser können: Sich trauen, etwas nicht beim ersten Versuch definieren zu können. Mit Gefühlen hat das nicht allzu viel zu tun. Höchstens insofern, dass man beim Erklären herausfinden wollen muss, woraus die Gefühlslandschaft im Innern besteht. Nach dem Motto: «Womit hängt es zusammen, dass irgend etwas nicht stimmt?» Das nennt man Selbstreflexion. Und vielleicht wäre die Schwellenangst für Männer kleiner, wenn man diese Kommunikationsdebatte nicht immer auf der Ebene Gefühl führen würde. Denn da wurde den Männern ja schon über lange Zeit eingetrichtert, dass sie dazu nicht fähig seien. Und den Frauen, dass sie dazu geboren sind.

• • •
Marion Eberhard.