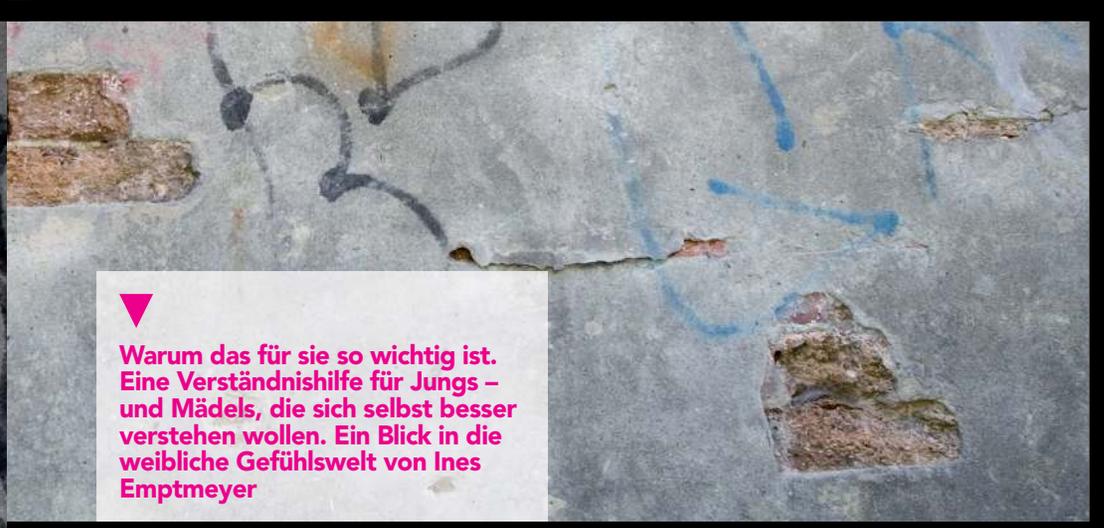




Mädels wollen Zuhörer!

Und keine schnellen Problemlösungen



▼
Warum das für sie so wichtig ist. Eine Verständnishilfe für Jungs – und Mädels, die sich selbst besser verstehen wollen. Ein Blick in die weibliche Gefühlswelt von Ines Emptmeyer

Was können Mädels super und ausgiebig? »Shopen«, denkst du jetzt vielleicht. Yep, stimmt. Können wir gut. Aber das ist ja nicht alles. Meine männlichen Freunde zum Beispiel sind bis heute immer wieder erstaunt darüber, was wir Mädels alles so denken, reden und wie wir argumentieren, dass wir hunderttausend Dinge gleichzeitig wahrnehmen, bis in die Nacht philosophieren und stundenlang über ein Thema reden können. Deswegen geht's hier um Kommunikation. Und darum, uns Mädels besser zu verstehen. Zu anstrengend, sich damit auseinanderzusetzen? Kann nicht sein, denn Gott hat es einfach mal festgelegt, dass wir uns als Ladies und Gents ergänzen und nicht gleich ticken sollen. Darum steckt was Gutes drin, so dass es sich lohnen wird ...

Die Wahnsinns-Lösung

Kleiner Test für Jungs am Anfang: Erinnerst du dich an den Moment, wo du das letzte Mal im Gespräch mit deiner Freundin gedacht hast: »Man, die hat sie wohl nicht mehr alle«? Sicher ist so etwas in der Art passiert. Sie schüttet dir so richtig ihr Herz aus. Erzählt, was sie für ein Problem hat, wie sie sich damit fühlt und welche Gedanken ihr durch den Kopf gehen. Und du denkst: »Klarer Fall, ich kann helfen!« Du hast nämlich die Wahnsinns-Lösung für ihr Problem parat, die ihr sicher helfen wird, und bist auch richtig stolz auf dich, dass du der beste Freund überhaupt bist und dich so für sie einsetzt und sie unterstützt.

Undankbar und zickig?

Und dann kommt der Hammer: Sie regt sich tatsächlich auf! Anstatt dankbar für deinen guten Vorschlag zu sein, gibst sie dir klar zu verstehen, dass du mal etwas mehr Verständnis aufbringen solltest und ihr einmal in ihrem Leben richtig zuhören solltest. Und jetzt schaukelt sich der Schlamassel auch noch hoch. Du erklärst dich. Sie fühlt sich unverstanden und versucht sich zu erklären. Hoffst, dass ihr Gesichtsausdruck genug Signale an dich sendet, die du doch nur noch kapierten musst. Und du verstehst nur Bahnhof. Sie lässt dich glauben, du seiest unfähig. Daher zweifelst du an dir und fragst

dich noch lange, was du wohl falsch gemacht haben könntest – oder wie man Mädels überhaupt jemals verstehen kann. Am Ende geht ihr beide völlig unbefriedigt und enttäuscht aus diesem Gespräch. Na, toll.

Fremdsprache lernen

Frustriert? Dann »Herzlich willkommen« beim Aufklärungsprogramm »Wie ich Mädels besser verstehen kann«. Also los: Was ist in dieser Szene eigentlich passiert? Was ist da aneinander geraten? Um das zu entknoten, müssen wir akzeptieren, dass es Bedürfnisse von Mädels gibt, die Jungs total fremd sind – und umgekehrt. Wie unterschiedliche Sprachen, die Übersetzungen brauchen. Erstens: Wenn Mädels über Probleme reden, geht es eigentlich gar nicht wirklich um das Problem an sich. Es geht um ihre Gefühle! So unsinnig das auch klingt: Sie will dir einfach nur ihre Gefühlswelt mitteilen und wünscht sich, verstanden zu werden. Das hilft ihr am meisten. Sie will überhaupt keine Problemlösung, wenn sie nicht ausdrücklich darum bittet. Denn meistens findet sie selbst eine. Jungs sind im Gegensatz dazu eher so veranlagt, dass sie sich ihre unsichtbare Handwerkermütze aufziehen, sobald sie ein Problem wittern, um diesen »Fehler« umgehend zu reparieren. Total praktisch. Aber dann kracht's natürlich, wenn er mit seiner schönen Lösung kommt, während sie sich mit ihren Gefühlen allein gelassen und unverstanden fühlt. Die sind nämlich das eigentliche Problem.

Super-Helfer werden

Helfen könnt und sollt ihr trotzdem, Jungs! Natürlich nicht so was sagen wie: »Komm mal wieder runter, du reagierst total über!« oder »Hör auf zu weinen!«. Lasst euer Gegenüber so stehen, wie es (sie!) ist. Merkt euch einfach, dass in weiblichen Wesen andere Anteile an Kommunikations-Wahnsinn liegen als in euch. Mädels sind mit Themen nicht so schnell durch, sondern bedenken alle erdenklichen Aspekte und wünschen sich vom Gegenüber, in ihrem Gedanken- und Gefühlschaos ernst genommen zu werden, und freuen sich über Rückfragen, die ehrliches Interesse an ihrem Innen-

leben klarmachen. Daher: Hört ihnen zu und lasst euch dabei von nichts anderem ablenken, auch wenn ihr gleichzeitig eine SMS schreiben und zuhören könnt. Gebt eure komplette Aufmerksamkeit. Redet ihr ihre Gefühle nicht aus, sondern bestätigt sie, versucht mitzufühlen, auch wenn ihr sie vielleicht nicht nachvollziehen könnt. Und widersteht dem Drang, eure fertige Super-Lösung zu präsentieren. Du kannst zwar ein total pffiffiger Lösungsfinder sein, indem du gute Fragen stellst oder auf ähnliche Situationen hinweist oder Parallelen zu einer Story ziehst, die andere erlebt haben, aber Vorsicht: Lieber warten, bis sie fragt, was du dazu meinst. Klingt nach wenig Unterstützung? Keine Sorge – besser könnt ihr gar nicht helfen, damit sie gefühlsmäßig wieder Land gewinnt. Ehrlich! Und liebe Damen: Wenn eure Freunde doch mal wieder in die Falle tappen und mit einer Lösung aufwarten, dann macht sie nicht runter. Das war ihre Art, helfen zu wollen, weil ihr ihnen nicht egal seid – und das sollte Anerkennung verdienen!

Besser verstehen

So verwirrend das manchmal aussieht: Gott hat etwas ganz Geniales in eine Frau gesteckt und ganz geniale Dinge in einen Mann. Das sollten wir entdecken und uns darin ergänzen. Mädels mit ihrer emotionalen, sanften, sensiblen, bauchgefühlsmäßigen Art. Jungs mit ihrer sachlichen, lösungsorientierten, männermäßigen Art. Achte doch mal in den nächsten Wochen auf Situationen, in denen du Mädels nicht kapiert oder wo du Unterschiede entdeckst und schreib die Fragen auf. Wenn du dich traust, bitte deine Mutter um Antworten. Oder die Oma. Oder eine Freundin oder jemand aus der Gemeinde. Gott hat sich etwas bei den Unterschieden gedacht. Es ist gut, dass es uns Mädels gibt. Und erst recht euch Jungs – denn ohne euch wäre unsere weibliche Welt noch emotionaler! Viel Spaß beim Entdecken und der nächsten Gelegenheit, euch besser zu verstehen.

Text_Ines Emptmeyer ist voll Lady mit Tränen bei Liebeschnulzen und nächtelangen Talks mit ihren Freundinnen.