

# EINANDER VERSTEHEN- VERSCHIEDENE KOMMUNIKATIONSMUSTER VON FRAUEN UND MÄNNERN

Liebe Leserinnen und Leser,  
Les ist nicht einfach, etwas über die unterschiedlichen Kommunikationsmuster von Mann und Frau zu schreiben, ohne sofort in die Ecken „typisch Mann“ oder „typisch Frauenverstehler“ gestellt zu werden. Die Kommunikation von beiden Geschlechtern ist grundsätzlich verschieden. Das heißt: Auch hier gibt es Ausnahmen. Frauen können selbstverständlich die Kommunikationsmuster von Männern haben, genauso wie es auch anders herum geht. Lassen Sie uns gemeinsam die Muster anschauen, die immer wieder zu den bekannten Missverständnissen führen. Wir verstehen einander nicht richtig und glauben zu wissen, was der andere wohl gemeint hat und wir kommunizieren oft auf unterschiedlichen Ebenen.

Ich möchte hier nur kurz die beiden Ebenen ansprechen, die von beiden Geschlechtern sehr gern genutzt werden: Die von den Herren angeführte Sachseite und die von den Damen häufig bediente Beziehungsseite. Männer sind oft eher der sachlichen Seite zugeneigt. Aber hören/verstehen Sie die emotionalen Mitteilungen von Frauen noch?

Die Frauen bewegen sich, aufgrund der genetisch bedingten Mutterrollen evolutionsbedingt, eher auf der Beziehungsseite. Aber können Sie die meist sachlich dominierte männliche Kommunikation nachvollziehen? Das sprachliche Miteinander, vor allem in vermeintlich schwierigen Situationen, funktioniert aber in der Regel nur, wenn sich beide Geschlechter auf einem Kommunikationsstrang bewegen. Das heißt, dass entweder beide auf der Sachseite oder beide auf der Beziehungsseite eine Betrachtungs- und Kommunikationsebene einnehmen können.

S. 1

Machen wir es an einem Beispiel deutlich, dass ich erlebt habe. Ich rief die Mutter meines Sohnes an und fragte, wann (welche Uhrzeit) unser Sohn an diesem Tag zum Sport müsse. Ich hatte eine reine Sachfrage gestellt! Die Antwort war jedoch absolutes Zeugnis davon, dass meine Sachfrage in ein „Beziehungsohr“ gekommen und dort auf der Beziehungsebene bewertet worden war. Sie lautete: „Meinst du ich wüsste nicht, wann er zum Sport muss? Willst du mich kontrollieren?“ Überlegen Sie (Mann) einmal, wie Sie geantwortet hätten. Hätten Sie sich angegriffen gefühlt? Wie hätten Sie reagiert? In den seltensten Fällen wäre diese Reaktion dann deeskalierend gewesen. Mit dem Wissen, dass es



unterschiedliche Kommunikationsebenen gibt, können Sie trainieren, dieses Wissen in einer solchen Situation abzugreifen. Sie wären in der Lage zu erkennen, dass keine böse Absicht hinter der Antwort stand, sondern dass einfach nur unterschiedliche Ebenen bedient worden sind. So können Sie ganz anders darauf reagieren. Meine Reaktion auf die oben angeführte Rückmeldung war: „Meine Nachfrage war wirklich rein sachlich und nicht böse gemeint. Ich weiß die Zeit tatsächlich nicht mehr und benötige da deine Unterstützung.“ Schon war die Kommunikation eine andere.

Mein Rat an die Männerwelt: Nehmen Sie nicht alles gleich persönlich, schauen Sie mal „von oben“ (von der sog. Metaebene) auf die Situation und was da passiert, ohne sich komplett in die Situation einzubinden. Es erleichtert vieles. Wichtig: Nehmen Sie manche Situationen auch mal mit Humor. Das entspannt und wenn man über etwas lachen kann (am besten noch gemeinsam), dann ist alles gar nicht mehr so schlimm.

Mein Rat an die Frauenwelt: Männer haben oft auf der Beziehungsseite keine so gute Wahrnehmung. Das ist nicht böse gemeint und bedarf Ihrer Unterstützung. Sagen Sie ihm ruhig, wenn Sie gefühlsmäßig betroffen sind, und hoffen Sie nicht darauf, dass ER es doch wissen und merken müsste. Denken auch Sie daran, dass seine Unfähigkeit durchaus mal mit Humor gesehen werden kann.

Vergeben Sie ihren Gesprächspartnern(innen), wenn es mit „der Kommunikation“ nicht immer sofort klappt und keine Verletzungsabsicht dahinter liegt. Dies müsste mit klaren Worten auf der Sachseite geklärt und klare Grenzen aufgezeigt werden. Achten Sie darauf, dass die eigenen Gefühle und die des anderen nicht außen vor bleiben. Missverständnisse können passieren und eine Versöhnung danach ist etwas, was die Kommunikation und die Beziehung weiter bringt, weil Sie daraus lernen damit anders umzugehen.

In den nächsten Beiträgen werde ich wieder Beispiele „aus dem

Leben“ für Sie bereithalten. Wir schauen gemeinsam, wie spannende Situationen gelöst werden können. Wenn Sie mögen, schicken Sie mir auch gern einmal eine von Ihnen erlebte Situation, die wir mit einer Lösung zu versehen versuchen und veröffentlichen können (ohne Namensnennung). Meist führen solche Schilderungen zu Äußerungen wie: Genau das habe ich auch erlebt. Ich wünsche Ihnen viel Erfolg bei der neuen Betrachtungsweise von Kommunikation.

Jürgen Künstner

[www.kk-training.de](http://www.kk-training.de)



Der Körpersprachenoptiker, sorgt für den richtigen Durchblick in allen Kommunikations- und Körpersprachenthemen. Durch seine lebhaften und an der Realität orientierten Mitmachseminare, verhilft er Ihnen zu mehr Selbstsicherheit in Ihren Gesprächen. Das gilt sowohl für berufliche Meetings, als auch für das Blinddate.

*Pumps&Schoes im Dialog* - [www.pandsid.com](http://www.pandsid.com)

