



# Wenn der einsame Wolf heiratet

Er ist gerne für sich allein, sie braucht Menschen um sich herum. Wie Paare mit Unterschieden gut leben können, erklärt Hans-Arved Willberg.



cydonia/photocase.com

**A**uch der einsame Wolf ist ein Rudeltier wie alle Wölfe. Das ist sein Problem. Sein einsames Dasein ist auf das Rudel angelegt. Er kann nicht anders. Vielleicht ist er eine graue Eminenz im Hintergrund. Von Zeit zu Zeit erscheint er und mischt sich machtvoll ein ins Rudelwesen. Alle fürchten sich vor ihm. Oder das Rudel hat ihn ausgeschlossen. Er fürchtet sich vor dem Rudel, das ihn beißt, sobald es ihn sieht, und weicht ihm aus.

Uns Menschen generell als „Rudeltiere“ zu bezeichnen, wäre etwas übertrieben. Aber eins sind wir gewiss alle miteinander: auf Beziehung angelegt. Wir können nicht anders. In gelingenden, erfüllenden Beziehungen zu leben – das weiß die Persönlichkeitsforschung heute recht genau – ist das allerwichtigste Bedürfnis des Menschen.

Darin liegt die Chance für ein Paar, das in diesem Punkt besonders unterschiedlich zu ticken scheint. Nennen wir es mal Trudel und Wolf. Obwohl es so aussieht, als sei die Ungleichheit sogar doppelt gemoppelt: Nicht nur der Charakter macht sie aus, sondern auch das Geschlecht. Aus genetischen und sozialen Gründen leben Frauen im Allgemeinen stärker beziehungsorientiert als Männer. Aber das gleicht sich einigermaßen aus, wenn bei Frauen ein eher „männlicher“ Charakter dazukommt und Männer eher beziehungsorientierte Charaktere haben. Wenn aber die Persönlichkeitsstruktur der Frau auch noch explizit „fraulich“ und die des Mannes deutlich „männlich“ ist, sind sie sich in Vielem ziemlich fremd. Dann liegt es schon nahe zu behaupten, Frauen kämen von der Venus und Männer vom Mars. Was aber nicht der Fall ist. Erdenwesen sind sie beide und außerdem ganz überwiegend mit Gemeinsamkeiten ausgestattet und darum auch einander zur notwendigen Ergänzung bestimmt. Vor allem eint sie ihr tiefstes Grundbedürfnis: Beziehung! Oder etwas schöner gesagt: Zu lieben und geliebt zu werden.

Darum dürfen Trudel und Wolf auf jeden Fall schon einmal von dieser tröstlichen Tatsache ausgehen: Wenn sie sich auch

manchmal so vorkommen wie von einem anderen Stern, zu verschieden sind sie nie, um sich nicht wunderbar ergänzen zu können. Aber das geht natürlich nur, wenn sie sich nicht selbst zum Maßstab der Beziehung machen.

Liebe ist: vom anderen her denken. Liebe ist das Bemühen, die Wirklichkeit aus der Perspektive des anderen wahrzunehmen. Die Liebe liebt darum den Satz „Wie ist das aus deiner Sicht?“ Was sehe ich aber, wenn mir die Perspektivenübernahme gelingt? Natürlich mich selbst – aber mit den Augen des anderen! Liebe bedeutet ja nicht, dass ich selbst nicht mehr vorkomme in der Beziehung. Wenn ich ganz in den Interessen des anderen verschwinde und er allen Raum der Partnerschaft ausfüllt, dann ist das nicht liebevoll, sondern krank. Es geht nicht darum, dass ich verschwinde, sondern darum, dass ich lerne, mich mit den Augen des Partners zu sehen. Die Liebe fragt: „Wer bin ich – für dich?“

## Halbwissen übers andere Geschlecht

Wenn Wolf beharrlich dieser Frage nachspürt, entdeckt er vielleicht, dass er für Trudel ein Buch mit sieben Siegeln ist. Weil er ihr wichtigster Mitmensch ist, den sie natürlich liebt was für ihn allerdings gar nicht so natürlich ist, darum bemüht sie sich schon lang und unermüdlich, das Rätsel zu lösen. Mit Teilerfolgen: Aus vielen langen Gesprächen mit ihren Freundinnen und einer kleinen Bibliothek von Ratgeberliteratur, die sie angesammelt hat, weiß sie mittlerweile so viel darüber, „wie die Männer ticken“, dass sie selbst ein Buch zum Thema schreiben könnte. Aber dummerweise hat das ihre Beziehung noch nicht so richtig vorangebracht. Wolf reagiert sogar regelmäßig ziemlich unwirsch, wenn sie wieder davon anfängt. „Ich bin nicht ‚die Männer‘, sondern ich bin Wolf!“, pflegt er gereizt zu knurren. Die besonders harmoniebedürftige Trudel bekommt dann Angst, schweigt traurig und fühlt sich einsam und unverstanden.

In der Tat: Das bringt die Beziehung nicht voran. Daraus folgt: Einer von beiden muss den Anfang machen, sich endlich einmal deutlich anders zu verhalten. Nehmen wir mal an, es wäre Wolf. Er nimmt wahr, dass ihr Gespräch immer wieder an derselben Stelle scheitert: Trudel will reden. Und immer auf dieselbe Weise: Er reagiert gereizt, und sie zieht sich traurig zurück. Wolf wechselt die Perspektive und denkt das erste Mal darüber nach, wie er eigentlich für Trudel ist. Weil er sich schwertut, eine Antwort zu finden, fragt er sie schließlich. Antwort: „Ein Buch mit sieben Siegeln!“ „Und was ist dir so fremd an mir?“ „Dass du zum Beispiel so selten sagst, dass du mich liebst. Dass du fast nie über deine Gefühle redest. Dass du mich so oft abweist, wenn ich zärtlich zu dir sein will. Ich denke dann immer: Irgendwas gefäll



## Die Verschwörung der Trauerweide

Christian Rommert entdeckt sich in seinem Garten.

**M**it Freuden Mann sein ist nicht einfach. Ständig muss ich reparieren, gepflegt aussehen und verständnisvoll sein. Und dann die Konfrontation mit dem eigenen Älterwerden! Ich muss einen Arzt finden der mich ernst nimmt. Ich muss einen Frisör suchen, der über das lichter werdende Haar großzügig hinwegsieht. Ich muss miterleben, wie aus meinen Kindern Erwachsene werden. Es ist erschütternd! Zumal ich Pastor bin. Vor Berufswegen habe ich die ganze Zeit gelöst, moralisch und fröhlich zu sein. Ich gebe mein Bestes! Ich versuche Wort zu halten, mindestens fünf verschiedene Sprachen der Liebe zu erlernen und auch ein bisschen wild zu sein. Genau in dem Maß, in dem es attraktiv ist, aber niemanden verletzt. Ich will ein guter Mann sein. Beherrscht. Gepflegt. Vertrauenswürdig.

Doch in mir lebt dieses Biest! Gestern erst packte mich rasende Wut. Anlass war unser Garten. Überall wuchs und grünte und spross es. Die Wiese stand bis zur Mitte des Schienbeins. Die Hecke erinnerte an Dornröschens hundertjährigen Schlaf. Das Gartenhäuschen war nur noch mit Buschmesser zu erreichen. Trauerweide, Konifere und Hainbuche hatten sich gegen mich verschworen. Ich konnte mich nicht länger zähmen. Es galt eine Schlacht zu schlagen! Es galt, ein Abenteuer zu bestehen! Ich holte, sägte und schnitt, als wollte ich eine Prinzessin befreien! Ich stutzte Nussbäume auf Kniehöhe, kürzte Hecken und Bäume. Den einen oder anderen Strauch traf es final. Die Mitte des Gartens lag verschüttet unter geschnittenem Grünzeug. Ich knurrte, ich fauchte, ich schwitzte. Dann endlich zeigte ich mein Tagwerk der Frau, die ich liebe. Doch statt ein „Oh mein Recke“ vernahm ich ein „Was für ein Massaker?“. Sie stammelte: „Zu kurz!“ Sie stotterte: „Nun können wir allen Nachbarn auf den Tisch gucken!“ Sie stöhnte: „Das braucht zehn Jahre, bis das wieder nachgewachsen ist!“ Gerne wäre ich besonnen, bescheiden, bedacht. Doch in mir lebt dieses Biest. Es will nicht pflanzen. Es will ausreißen. Es will nicht pflegen. Es will zerstören. Vor allem Trauerweide, Walnuss und Distel. Mit Freuden Mann sein ist wirklich nicht einfach.

Christian Rommert lebt mit seiner Familie bei Berlin und bloggt unter [www.jamitgotteshilfe.de](http://www.jamitgotteshilfe.de).

dir nicht mehr an mir. Was mache ich nur falsch? Du liebst mich nicht mehr.“ Und endlich kommt einmal ein wirklich gutes Gespräch zwischen ihnen in Gang.

Wolf lernt: „Trudel ist gar nicht so schwierig, wie ich dachte. Es geht ihr gar nicht darum, dass ich mich verbiege. Sie will mich nur verstehen! Wenn sie nachvollziehen kann, wie ich mich verhalte, ist sie sehr tolerant.“ Diese Entdeckung ist außerordentlich wertvoll für Wolf und die Beziehung, denn dadurch nimmt seine Achtung für Trudel wieder deutlich zu, und er fühlt sich nicht mehr grundsätzlich von ihr unter Druck gesetzt. Und Trudel begreift: „Wolf ist mir eigentlich viel näher, als ich dachte. Sein Bedürfnis nach Gemeinschaft und Zärtlichkeit scheint genauso stark wie meines zu sein. Nur sind die Wege zur Erfüllung bei uns beiden unterschiedlich.“

### Unterschiede respektieren

Sie bleiben im Gespräch und es gelingt ihnen immer besser, ihre Unterschiedlichkeiten dankbar als Bereicherung anzunehmen. „Vielleicht ist es so“, sagt Trudel einmal zu Wolf: „Du kannst erst richtig auf mich eingehen und ungezwungen zärtlich sein, wenn du das Gefühl hast, ganz bei mir daheim zu sein.“ „Ja“, antwortet Wolf, „so ungefähr. Mir geht es am besten, wenn ich spüre, dass ich bei dir wirklich so sein darf, wie ich bin. Dass du mich zum Beispiel akzeptierst, wenn ich nichts sagen möchte, oder dass du mir halt einfach ein bisschen aus dem Weg gehst, wenn ich gerade mürrisch bin, ohne mir Druck und Vorwürfe zu machen. Wenn du mir vermitteln kannst, dass ich für dich okay bin, wie ich bin, dann fühle ich mich wohl, und dann kann ich mich dir öffnen.“ „Bei mir ist es eher umgekehrt“, überlegt Trudel. „Ich brauche erst deine Nähe, um mich wohlfühlen zu können. Dann fällt es mir auch viel leichter, deine Distanz aushalten zu können, weil ich sie nicht als Zeichen dafür deute, dass du mich nicht liebst. Wenn du mich in den Arm nimmst oder mir etwas Liebes sagst, fühle ich mich geborgen.“

Ob Wolf oder Trudel, Nicole oder Sascha, Emil oder Anna: Auf diese Art löst sich der Knoten. Neuer Respekt für die Andersartigkeit des Partners entsteht. Die unterschiedlichen Vorlieben in der Alltagsgestaltung, die aus der Verschiedenheit hervorgehen, sind das geringere Problem. Das Zauberwort für die gelingende Partnerschaft von Trudel und Wolf heißt Akzeptanz“. Aber seine Zauberwirkung entfaltet es nur, wenn beide ihre Unterschiedlichkeiten nachvollziehen können – jeweils aus der Perspektive des Partners. Über alles andere können sie in Ruhe reden und gute Kompromisse finden.