

Wie tickt mein Herzensmann?

von Manfred
Hilberger



**Die Grundregeln
für eine
glückliche
Beziehung
mit ihm.**

Manfred Hilberger

Wie **tickt** mein
Herzensmann?

Die Grundregeln für eine glückliche
Beziehung mit **ihm**

Books on Demand

Eventuell in diesem Buch genannte und ggf. durch Dritte geschützte Marken- und Warenzeichen sowie Eigennamen unterliegen uneingeschränkt den Bestimmungen des jeweils gültigen Kennzeichenrechts und den Besitzrechten der jeweils gültigen Eigentümer. Allein die bloße Nennung solcher Marken, Waren, Eigennamen und Titel lässt nicht darauf schliessen, dass diese nicht durch Rechte Dritter geschützt sind.

Die in diesem Buch veröffentlichten Ausführungen, Thesen und Theorien geben die Meinung und Erfahrungswerte des Autors wieder. Sie haben keinen Anspruch auf wissenschaftlich fundierte Richtigkeit.

Vorwort

Die Antwort auf die Titelfrage „Wie tickt mein Herzensmann?“ könnte dieses Buch mit einem einzigen Wort ganz kurz machen: „anders“. Der Herzensmann tickt immer anders als die Herzdame – weil alle Menschen verschieden ticken. Nicht alle Frauen denken und handeln gleich und ebenso wenig alle Männer. Und doch scheint es da geschlechtsspezifische Unterschiede zu geben, die uns gerne zu einem Schubladendenken veranlassen. Während an Männerstammtischen nicht selten der zynische Ausruf „Weiber!“ zu vernehmen ist, erzählen Frauen ihren besten Freundinnen gerne mit dem gefrusteten Nachsatz „typisch Mann!“ von ihrem Liebsten. Offensichtlich scheint es da also ein paar Eigenheiten zu geben, die auf unzählige Exemplare des jeweiligen Geschlechts zutreffen und mit denen sich das jeweils andere Geschlecht mitunter recht schwer tut.

Und so beschäftigt sich dieses Buch vornehmlich mit den unterschiedlichen Verhaltensmustern der Geschlechter in Liebesangelegenheiten, was meist aus der Sicht des Mannes dargestellt wird. Dies mag manchmal den Eindruck erwecken, dass nicht bloß die Macken der Männer beleuchtet werden, sondern vielmehr die beziehungstechnischen Mankos der Frauen. Dies ist aber durchaus beabsichtigt, damit Sie, meine Damen, besonders leicht und deutlich erkennen können, was wir Männer von einer Frau und einer Beziehung erhoffen oder gar erwarten. Ich bin sicher, dass Sie im Verlauf des Buches diesbezüglich zahlreiche „Aha“-Effekte verbuchen können.

Im Rahmen meiner Tätigkeit als Lebens- und Partnerschaftsberater habe ich (der Autor dieses Buches) die Erfahrungen aus unzähligen Beratungen in dieses Buch einfließen lassen. Dabei werfe ich einige weit verbreitete wissenschaftliche und psychologische Theorien über Bord und stelle meine eigenen Thesen auf. So geht dieses Buch zum Beispiel weg von dem üblichen „Jäger/Sammler“-Klischee, das den Herren der Schöpfung gemeinhin anhaftet. Denn dieses Buch richtet sich nicht an die Mädels, die sich gerne auf plumpe Weise von muskelbepackten Schönlingen in der Disco „abschleppen“ lassen, sondern wendet sich eher an die Damen, die sich eine langfristig glückliche Partnerschaft mit einem „Normalo“ wünschen.

Und so werden Sie, liebe Damen, in diesem Buch auch vergeblich nach den üblichen Tipps suchen, für einen Mann unnahbar zu sein oder ihm die kalte Schulter zu zeigen, um ihn aus der Reserve zu locken. Auf plakative und daher leicht verständliche Art möchte ich Ihnen vielmehr näher bringen, dass wir Männer weder ‚Blinde Kuh‘ spielen, noch in den Kampf ziehen möchten. Und dafür nutze ich nicht bloß die Erfahrungen aus meinen Beratungsgesprächen, sondern auch den „Heimvorteil“ den ich unweigerlich habe, wenn es um die Frage geht, wie der Mann tickt.

Vergessen Sie also bitte alle Spielchen und Tricks, die Sie vielleicht bisher anzuwenden bereit waren, um Ihren Herzensmann möglichst erfolgreich an sich zu binden. Freuen Sie sich stattdessen darauf, zu erfahren, was das Gros der hiesigen Männer mag, nicht mag, braucht oder nicht gebrauchen kann. Worum es in diesem Buch geht, ist nämlich nicht das taktische Kalkül, um einen Beziehungsmachtkampf zu bestehen, sondern die Dinge, die für jede glückliche Beziehung die oberste Priorität haben: Liebe, Verständnis, Achtung und Respekt. Und darum, wie man diese Attribute entwickelt, erkennt, fördert und erhält.

Seien Sie neugierig und seien Sie bereit für Veränderung - nicht die Veränderung Ihres Herzensmannes, sondern Ihre eigene.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen viel Spaß und auch Erfolg!

Manfred Hilberger
(Autor)

Inhalt

Rollenverhalten im Wandel der Zeit

Prinzessin sein und einsam bleiben

Zeitaufwand und Prioritäten

Der Bumerang-Effekt

Kalte Schultern sind kalter Krieg

Das Ego streicheln

Gleiche Augenhöhe

Gemeinsame Interessens-Schnittmenge

Das Grundelement der Liebe: Respekt

Geben und Nehmen

Gemeinsames Wellenreiten

Kommunikation zwischen Frau und Mann

- Die Sprachen „Emotionalisch“ und „Rationalisch“
- Die Kommunikations-Ebenen
- Der Ton macht die Musik
- Interpretation und ihre Folgen

Die Kunst des Zuhörens

Die Kunst des Redens

Altlasten und emotionaler Sondermüll

Gut zu wissen, was man will

Adlerauge, sei wachsam!

Vorsicht: Internet!

Das erste Date - oder: wie wecke ich Interesse?

Vom Zappelnlassen und anderem Blödsinn

Was tun, wenn er sich zurückzieht?

Zwischen Mauerblümchen und Frauenpower

Toll, aber verheiratet

Die Sexualität

- Oben Tiefschlaf, unten Beischlaf
- Der One-Night-Stand
- „Wie war ich?“
- Der Mann, der nicht kann

Botox, Po und Körbchengröße

Wenn nur ER zum großen Glück fehlt

Entscheiden oder leiden

Die biologische Uhr

... Stiefvater sein dagegen sehr

Füttern verboten!

Die Schwiegermutter naht

Nichts geht ohne Loyalität

Gemeinsame Streitkultur

- Wenn sich zwei streiten, stört das Dritte
- Warum streitet man?
- Auch das Streiten will gelernt sein

Nachtragen und Vorwerfen

Der Lauscher an der Wand

Wer mit Eifer sucht

Kleine Jungens schubsen gerne

Von kranken Männern und sterbenden Schwänen

Die unsichtbaren Liebesbeweise

Die Liebe erhalten

Wenn Zweisamkeit zur Einsamkeit wird

Heimische Krisen und fremde Betten

Schön rausgeputzt hat nichts genutzt

Wenn es dann doch zu Ende geht

Die Leinen Los!

Er tickt halt doch anders

Die Grundregeln

Über den Autor

Rollenverhalten im Wandel der Zeit

Willkommen! Willkommen in einer Zeit des technischen und digitalen Fortschritts. In einer Zeit, die es uns leichter macht als je zuvor, soziale, private, berufliche und wirtschaftliche Kontakte zu knüpfen. Einfach so, mit ein paar Mausklicks und ein wenig Geschreibsel per Adler-Such-System. Nie gab es so viele soziale Netzwerke, wie heute. Nie hatten wir es so leicht, Menschen kennen zu lernen, Freunde und Partner zu finden.

Aber auch noch nie gab es in Deutschland so viele Singles, wie heute. Etwa 14 Millionen Haushalte werden in der Bundesrepublik von einer einzelnen Person geführt. In den Städten werden sogar rund die Hälfte aller Wohnungen von Alleinstehenden bewohnt. Und die Tendenz ist steigend.

Wie kann das sein, wo es doch viel mehr soziale Netzwerke gibt, als früher? Ob es daran liegen mag, dass sich diese Netzwerke in erster Linie auf digitale Art im Internet tummeln? Ist es wirklich so, dass die Menschen früher weniger vernetzt waren und weniger Möglichkeiten hatten, Kontakte zu knüpfen? Wohl kaum! Früher, in der „guten alten Zeit“, wurden die Netzwerke als Vereine bezeichnet. Sie fanden in der Disco, bei Kneipenabenden, in Jugendclubs oder Kultur- sowie Sportveranstaltungen statt. Nach der Schule haben die Kinder und Jugendlichen sich zum Spielen verabredet und es war damit nicht der Chat während eines Online-Spiels gemeint.

Keine Sorge, in diesem Buch wird es nicht darum gehen, die „gute alte Zeit“ (in der definitiv auch nicht alles besser war) hochleben zu lassen. Vielmehr beschäftigt es sich mit der Frage, warum es den Menschen, trotz der heute so vielfältigen Möglichkeiten, immer schwerer fällt, dauerhaft funktionierende Beziehungen einzugehen. Und es soll Gründe dafür aufzeigen sowie Wege, etwas daran zu ändern. Dass es so viele unglückliche Singles gibt, liegt nicht bloß am Wandel der Zeit – aber auch. Denn trotz aller technischen Möglichkeiten sollten wir nicht vergessen, dass das „Real Life“ die Community ist, die man einschaltet, wenn man Facebook, wer-kennt-wen, Twitter, Paarship, Friendscout & Co. ausschaltet. Und Beziehungen, gleich welcher Art, finden nun mal immer noch im wahren Leben und nicht im Internet statt.

Eigentlich sollte man doch meinen, dass die moderne Technologie zusätzliche Möglichkeiten schafft, damit Menschen zusammenfinden. Unser digitales Zeitalter müsste also dazu beitragen, dass es uns leichter fällt, den passenden Partner zu finden. Tatsächlich steigt die Zahl der Singles aber immer weiter an. So muss es also wohl, Technik hin oder her, an unserem Verhalten liegen, dass wir uns immer schwerer tun, das passende Gegenstück zu finden. Und um dieses Verhalten soll es uns in diesem Buch gehen. Insbesondere möchte ich aus der Sicht eines Mannes schildern, wie der durchschnittliche Mann in Herzensangelegenheiten oft tickt. Und damit möchte ich dazu beitragen, ein paar Vorurteile und vielleicht falsche Denk- und Verhaltensmuster aus dem Weg zu räumen und so die Beziehung zwischen Mann und Frau durch ein paar Denkanstöße ein klein wenig leichter zu machen.

Schon lange, bevor es Internet-Communitys gab, hat sich das Beziehungsverhalten der Menschen Schritt für Schritt verändert. Die Frau, die einst die klassische Hausfrauenrolle

prägte, wandelte sich dank Feminismus und Gleichberechtigungsverständnis zur erfolgreichen Powerfrau. Es scheint, als seien die Geschlechter heute gleichauf. Frauen machen Karriere, werden Top-Managerinnen oder Bundeskanzlerin. Gut so!

Aber in diesem Zusammenhang ist der Begriff „gleichauf“ doch wohl eher recht dehnbar. Noch immer sitzen in den Chefetagen der Großkonzerne hauptsächlich männliche Schlipsträger. Noch immer erhalten die Frauen im Durchschnitt weniger Löhne und Gehälter, als Männer für die gleiche Arbeit. Noch immer sind es viel mehr Mütter, die für die Kindeserziehung eine berufliche Pause einlegen, als Väter. Und noch immer gibt es in den Familien viel mehr weibliche Köche und Haushaltsmanager, als männliche. Gerade in Sachen Familie und Kinderbetreuung ist unsere Gesellschaft noch weit davon entfernt, die klassische alte Rollenverteilung aufzugeben. Und Hand aufs Herz, liebe Leserinnen: das ist auch nicht in jeder Hinsicht immer gewollt, oder? So sind es nach einer Trennung wohl nur die wenigsten Frauen, die zugunsten der eigenen beruflichen Karriere wünschen, dass die Kinder fortan beim Vater aufwachsen.

Und nun sind wir beim Kern des Rollenverteilungs-Problems. Es kann nämlich durchaus ein Problem darstellen, wenn eine Frau auf der einen Seite nach Emanzipation und absoluter Gleichberechtigung strebt, auf der anderen Seite jedoch die klassische Rollenverteilung beibehalten möchte – und zwar am besten dann, wenn es für sie am günstigsten ist. Ein solches „Mal so, mal so“-Verhalten kann einen Mann durchaus erheblich überfordern. Und es kann im Extremfall dazu führen, dass sich der Mann verschaukelt und ausgenutzt fühlt, da er sich möglicherweise des Eindrucks nicht erwehren kann, dass alles immer so laufen soll, wie

Frau sich das wünscht, er selbst aber die entsprechenden Entscheidungsrechte aberkannt bekommt.

Ich weiß, meine Damen, viele von Ihnen werden nun aufschreien, weil es so ja nun auch wieder nicht ist. Ich als Mann behaupte: doch, es ist so! Dieses Rollenverteilungs-Problem existiert meines Erachtens in weit mehr Bereichen, als es auf den ersten Blick ersichtlich sein mag. An dieser Stelle möchte ich jedoch zunächst deutlich klarstellen, dass ich als Autor dieses Buches kein Anti-Feminist bin und es mir nicht darum geht, den männlichen Zeigefinger zu erheben. Im Gegenteil: ich bin der Auffassung, dass die Emanzipationsbewegung außerordentlich wichtig war und ist. Ich möchte aber dennoch Schwierigkeiten aufzeigen, die aus der Sicht der Männer einfach nicht wegzuleugnen sind, die es aber anzugehen gilt, wenn Mann und Frau harmonisch miteinander zusammenleben möchten.

Das Rollenverteilungs-Problem existiert nämlich nicht nur in Familien mit Kindern, sondern selbst beim ersten Kennenlernen zweier Menschen kann es beobachtet werden und von Beginn an eine große Hürde darstellen. Die moderne Frau fühlt sich gleichberechtigt, möchte so behandelt werden und auch den Mann so behandeln. Die meisten Frauen finden es aber gleichzeitig auch wünschenswert, dass der Mann ein Kavalier der alten Schule ist. Sie mögen es, wenn er ihnen freundlich die Tür aufhält, in den Mantel hilft und mit einer höflichen Geste den Stuhl zurecht stellt. Okay, übertreiben sollte er es auch nicht. Aber im Großen und Ganzen schlüpft die Dame dann doch schon gerne mal in die klassische „Ich möchte betüddeltwerden“-Rolle und wird ihrer besten Freundin anschließend gerne davon berichten, welche feinen Manieren der gerade kennen gelernte Herr doch hat. Hier ist dann kein Anzeichen von Gleichberechtigung zu sehen. Denn wenn der Mann stattdessen am Ende des Abends

gleichberechtigt nur seinen Anteil der Kneipenrechnung begleicht, ist die Enttäuschung der Dame groß. „Wenn er schon am ersten Abend so geizig ist, soll ich ihn später vermutlich auch noch ernähren“, wird die Dame ihrer besten Freundin empört berichten. Dabei war der gute Mann vielleicht keineswegs geizig, sondern lediglich ein Freund der Gleichberechtigung. Dennoch könnte sein Verhalten schon das Ende einer wunderbaren Freundschaft bedeuten, noch bevor sie begann.

Und der Mann in diesem Beispiel mag zwar vielleicht nicht wirklich an den Begriff Gleichberechtigung gedacht haben, war aber seinerseits nicht auf der Suche einer Frau, von der er den Eindruck haben würde, dass sie sich bloß aushalten lassen möchte. Als er des Kellners Frage nach der Zahlung mit dem bösen Wort „getrennt“ beantwortete, beobachtete er sehr genau den schlecht geschauspielerten Blick seiner Begleiterin. Ihr zartes Lächeln, das möglichst nach „ich bin natürlich auch für getrennte Zahlung“ aussehen sollte, verriet in Wirklichkeit aber den Gedanken: „was für ein geiziger Knauserich bist du denn?“

Zack, bumm, bäng! Ein einziges Wort führt in diesem Beispiel dazu, dass sich die Wege der beiden fortan nicht mehr kreuzen werden. Und warum? Weil die Dame gerne als solche von einem zuvorkommenden Kavalier behandelt worden wäre – so, wie es schon immer üblich war. Hätte der Mann aber zum Kellner gesagt: „Ich möchte zahlen. Das geht zusammen“, hätte die moderne Frau sich zwar darüber gefreut, hätte aber natürlich nicht den Eindruck erwecken wollen, dass sie es nötig hat, sich aushalten zu lassen. Vielleicht wäre sie sogar pikiert gewesen, dass der Mann meint, nur um ein Kavalier zu sein, müsse er sie wie ein armes kleines Weibchen behandeln, das seine Zeche nicht selbst zahlen kann. Freundlich lächelnd hätte sie dann gesagt: „nein, nein, das geht getrennt“. Ihrem Begleiter

hätte sie vielleicht noch ein sympathisches „das ist lieb von dir, aber wirklich nicht nötig“ hinterher geschoben. Aber es wäre wohl nur in wenigen Fällen davon auszugehen, dass die Frau zum Kellner gesagt hätte: „ICH zahle das“. Warum eigentlich nicht? Bei echter Gleichberechtigung kann doch auch die Frau mal die Rechnung übernehmen. Beim zweiten Treffen könnte das dann im Gegenzug der Mann übernehmen.

Vielleicht wird an diesem Beispiel schon deutlich, dass sich der Mann bei der Frage der Bezahlung oft in einer misslichen Lage befindet. Er kann es fast nur falsch machen. Zahlt er nur seinen Anteil, könnte er die in der klassischen Damen-Rolle befindliche Frau empören. Spendiert er der Dame den Abend, könnte er die feministisch eingestellte Frau ebenfalls empören. Der Wegfall der früheren klassischen Frauen-Rolle hat also nicht bis zur letzten Konsequenz stattgefunden und der Mann kann damit völlig überfordert sein. Er weiß oft nicht, wo er eigentlich dran ist.

Dieses lässt sich nur verhindern, in dem der Mann klare Informationen erhält, welches Rollenbild die Dame bevorzugt. Es kann daher nicht falsch sein, schon vor oder während des ersten Treffens klarzustellen, welche Art Frau die Dame ist. Mädels, die sich bevormundet fühlen, wenn der Mann ihnen in die Jacke hilft, können durchaus von Beginn an unmissverständlich klar stellen: „danke, danke, aber ich komme schon alleine in meine Jacke. Ist lieb von dir gemeint, aber ich brauche die Kavaliere-Nummer nicht.“

Frauen, die hingegen lieber hofiert werden möchten, sollten ebenfalls ohne Umschweife darüber reden, dass sie als Mann den Kavalier der alten Schule bevorzugen. Klare Ansagen dieser Art bringen für beide Seiten nur Vorteile mit sich. Der Mann hat nicht das Problem, zwischen „soll ich, muss ich, darf ich oder lasse ich es lieber“ hin und her

jonglieren zu müssen. Die Frau hingegen wird schnell erkennen, ob der Mann bereit und in der Lage ist, sich ihrem Frauen-Typus anzupassen, beziehungsweise ob seine Art zu der ihren passt.

Prinzessin sein und einsam bleiben

Es sind aber natürlich nicht nur die klassischen oder die emanzipiert-modernen Frauen-Rollen, die einen Mann überfordern können. Es gibt zahlreiche Facetten des weiblichen Darstellungsbildes, die im wahrsten Sinne des Wortes als „Rolle“ bezeichnet werden können. So sehen sich viele Frauen gerne in der Rolle der „Prinzessin“.

Nicht nur, dass sie als junge Mädchen davon träumen, eine Prinzessin zu sein, sie werden auch als erwachsene Frauen weiterhin dazu aufgefordert, diese Rolle zu spielen. Frauenzeitschriften fordern die Damen dazu auf, sich wieder mehr von den Herren hofieren zu lassen oder titeln gar damit, die Männer „an die Leine“ zu nehmen. In Chaka-Chaka-Seminaren wird den Frauen eingebläut: „sei stark, sei eine Königin“. In der Werbung wird gar dazu aufgefordert, die Göttin in sich zu wecken.

Es ist unzweifelhaft sinnvoll, wenn Frauen selbstbewusst und stark sind. Aber in Partnerschaftsangelegenheiten, vermutlich aber auch im Job, ist es nur dann sinnvoll, stark rüberzukommen, wenn dies auch der Realität entspricht. Eine Rolle, die möglicherweise nur gespielt ist, wird auf Dauer nur Probleme aufwerfen, nicht aber zum gewünschten Erfolg führen. Denn eine bestimmte Rolle inne zu haben, ist damit gleichbedeutend, in einer bestimmten Schublade zu stecken und ein bestimmtes Klischee zu bedienen. Unsere Charaktereigenschaften sind aber so vielfältig, dass wir uns recht oft verbiegen müssten, wenn wir ganz bewusst eine bestimmte Rolle einnehmen

möchten, die unserem eigentlichen Naturell vielleicht gar nicht so recht entspricht. Niemals kann es aber sinnvoll sein, sich zu verbiegen und zu verstellen - wozu wir im übernächsten Kapitel noch im Einzelnen kommen.

Jedoch wird die „Prinzessinnen-Rolle“ von unzähligen Frauen nicht bloß gespielt, sondern sie wurde längst verinnerlicht und zu einer festen Charaktereigenschaft. Damit ist nicht ein rosafarbenes Rüschenkleid oder ein goldenes Krönchen gemeint, sondern die „Prinzessinnen“, die hier beschrieben werden, sind die Damen, die bewusst oder unbewusst die Auffassung vertreten, dass sich mehr oder weniger alles um sie zu drehen hat - insbesondere der Mann.

Die meisten Frauen mögen es, wenn sie umgarnt werden, Komplimente bekommen und der Mann ihnen den Eindruck vermittelt, alles für sie zu tun. Warum auch nicht? Wenn der Mann sie gerne mit Belobigungszertifikaten überhäuft, kann die Frau diese auch annehmen, wenn sie mag. Nur leider wird in den Medien, in Ratgebern, bei Seminaren oder in der Werbung auch immer wieder suggeriert, dass die Frau sich eben auch unbedingt als „Prinzessin“ zu verkaufen hat, wenn sie in Liebesdingen erfolgreich sein möchte. Schließlich ist der Mann „Jäger und Sammler“. Er liebt es, unnahbaren Frauen nachzujagen und alles Erdenkliche dafür zu tun, damit sie sich mal eine Stufe von ihrem imaginären Thron herablassen, um in seine Richtung zu blicken.

Nein, meine Damen. Er liebt es in aller Regel nicht! Als der Mann evolutionär in sein Stammhirn gebrannt bekam, dass er Jäger und Sammler zu sein hat, ging es darum, Tiere zu jagen und gewisse Trophäen zu sammeln, die er nach Hause brachte. In das zu Hause, in dem seine Partnerin, nach der uralten klassischen Hausfrauen-Rolle, die gemeinsamen Kinder großzog, das Essen bereitete und für ein möglichst kuscheliges Heim sorgte. Es ging jedoch nicht darum, dass

nach der Jagd eine Prinzessin auf den Mann wartete, die ihm indirekt klar machte, dass er sich nun mal jede Menge tolle Dinge einfallen lassen müsse, wenn er abends die Chance auf Sex mit ihr haben wolle.

Auch sind die Zeiten vorbei, als ein edler Ritter auf seinem Schimmel unterwegs war, um Drachen zu töten und Prinzessinnen zu befreien. Nur selten sind die Männer heute auf Pferden unterwegs, um nach Frauen Ausschau zu halten. Die meisten von Ihnen hätten nicht einmal eine Ahnung, wie sie ohne fremde Hilfe auf den Rücken des Gauls kämen. Männer haben in der heutigen Zeit in der Regel keine Lust, einen riesigen Ballon aufblasen zu müssen, um dann irgendwann mal ein kleines Gummi in der Hand zu haben.

Dennoch geben sich auch heute noch unzählige Frauen als „Prinzessin“ und hoffen darauf, dass irgendwann der rettende Prinz kommt, der sie aus ihrer einsamen oder misslichen Lage befreit. Wer aber wirklich bereits eine Prinzessin ist, benötigt keinen rettenden Prinzen mehr. Wessen Augen funkeln, wie eine Edelstein-Krone und wessen Herz strahlt, wie ein goldener Thron, der hat es nicht nötig, sich (sinnbildlich gesprochen) mit Samt und Seide zu behängen. Und die Damen, die im Herzen so zart und fein und zugleich stark und selbstbewusst wie eine Prinzessin sind, wissen längst, dass auch der einfache Mann von der Straße ein Belobigungszertifikat verdient und nicht nur sie. Diese Art von Prinzessin wird von Männern verehrt. Die Frauen, die sich aber in dem Sinne zu einer „Prinzessin“ machen, dass sie sich für etwas besseres halten und von einem Mann erwarten, dass er zu ihrem Thron hinauf kriecht, werden es deutlich schwerer haben, eine dauerhaft glückliche Beziehung zu führen.

Im Klartext heißt das, dass viele Frauen doch noch so in einem veralteten Rollenbild verhaftet sind, dass sie wohl der

Auffassung zu sein scheinen, dass der Mann sich den Allerwertesten aufreißen muss, um sie erobern zu können. Und nach einer erfolgreichen Eroberung sollte er immer weiter unter Beweis stellen, dass er es wert ist, eine Herberge in der kleinen Prinzessinnen-Welt inne zu haben. Während die Frau dieses Verhalten als selbstbewusst, zielstrebig oder unnahbar bezeichnet und glaubt, sich damit beim Mann interessant zu machen, wirkt dies für so manchen Mann eher so, dass er lediglich „funktionieren“ und nach der Pfeife seiner Angebeteten tanzen soll. Das wird auf Dauer selten gut gehen.

Beziehungen sind für beide Partner dauerhaft nur dann erfüllend, wenn sie aus einer harmonischen Balance aus Nehmen und Geben bestehen. Dies sollte jedem einleuchten. Wenn sich aber jemand bewusst oder unbewusst auf eine höhere Stufe stellt, sich für etwas Besseres hält oder den anderen immer wieder mit Forderungen überschüttet, im Gegenzug aber nicht bereit ist, seine Forderungen zu erfüllen, wird es diese harmonische Balance nie geben können. Sicher kommt es zu dem hier erwähnten „Prinzessinnen-Verhalten“ meist eher unbewusst und unbeabsichtigt. So können zum Beispiel frühere Verletzungen dazu führen, dass eine Frau beim nächsten Mann einfach bestimmte Attribute und Verhaltensmuster nicht mehr in Kauf nehmen oder eben unbedingt haben möchte. Wenn dies aber dazu führt, dass jede noch so kleine Schwäche des Mannes als grobes Foul geahndet wird, kann dies zu gewaltigem Misserfolg führen. Und auch sollte es nicht dazu führen, dass die Dame versucht, dem Mann ihre Vorstellungen aufzuzwingen (was umgekehrt natürlich genauso gilt).

Wer die Rolle einer „Prinzessin“ einnimmt, erwartet automatisch, hofiert zu werden. Im täglichen Leben zeigt sich das zum Beispiel als Wunsch nach Komplimenten,

Anerkennung und vor allem möglichst großer Aufmerksamkeit. Die typische in diesem Kapitel angesprochene „Prinzessin“ erwartet quasi, dass sich alles um sie dreht. In ihrem kleinen selbstgebauten Kosmos ist sie die Sonne, während sich der Mann wie ein Planet immer um sie zu drehen hat. Meine Damen, Sie werden diese Schilderungen vielleicht als übertriebenen und vielleicht sogar frauenfeindlichen Blödsinn abtun. Aber hier geht es keinesfalls um Frauenfeindlichkeit oder Zynismus. Wenn Sie versuchen, den Inhalt dieses Kapitels mal ganz objektiv „von außen“ (oder gar aus der Sicht eines Mannes) zu betrachten, so werden Sie vielleicht einige „prinzessinnenhafte“ Eigenschaften an sich selbst entdecken. Dieses Kapitel soll, wie auch der restliche Inhalt dieses Buches, nicht gegen das Verhalten der Frauen sprechen, sondern lediglich dazu beitragen, durch die eine oder andere Änderung der eigenen Verhaltensmuster erfolgreicher zu werden – insbesondere in Liebesangelegenheiten.

Viele Frauen werden bei objektiver Selbsteinschätzung zugeben müssen, dass sie oft ein großes Verlangen nach Aufmerksamkeit haben. Nach einer verschickten SMS oder E-Mail werden die meisten Frauen schon nach kurzer Zeit nervös, wenn keine Antwort kommt. Wenn nach einer gewissen Zeit (die, je nach Umstand, von wenigen Minuten bis wenigen Tagen variieren kann) keine Reaktion eintrifft, fühlen sich viele Frauen oft sehr schnell missachtet, verletzt oder gar beleidigt oder gedemütigt. So haken sie gerne schnell nochmals nach oder werden gar „zickig“, wenn nicht in der erhofften Zeit die erwartete Antwort eintrifft. Die meisten (aber natürlich nicht alle) Männer gehen mit so etwas in aller Regel etwas gelassener um. Verhaltensmuster dieser Art sind das, was hier als „prinzessinnenhaft“ bezeichnet wird. Die „Prinzessin“ erwartet, im Mittelpunkt zu stehen. Zwar mag es auch evolutionär bedingt erklärbar

sein, warum die Frau im Allgemeinen ein höheres Kommunikationsverlangen hat, aber den Mann kann es zum Beispiel sehr schnell nerven, wenn er vielleicht aus Zeitmangel nicht sofort antworten kann oder mag, die Frau aber nach kürzester Zeit beleidigt nachbohrt, wo denn wohl seine Antwort bleibe. Solche Situationen führen dann eben leider schnell dazu, dass der Mann den Eindruck gewinnt, lediglich als funktionierendes „Personal“ der Frau „Prinzessin“ dienen zu müssen. Das wird bei oft wiederkehrenden Situationen dieser Art selten zu einem guten Ausgang führen.

Hierzu mal ein realistisches (selbst erlebtes) Beispiel von Mailkorrespondenz, das sehr deutlich zeigt, wie unterschiedlich die Geschlechter bei der Kommunikation ihre eigene Wichtigkeit sehen können:

MONTAG:

Hanne schreibt morgens an Manfred:

"Wie geht es Dir? Bist Du immer noch so im Stress? Hast Dich lange nicht gemeldet."

Klaus schreibt morgens an Manfred:

"Hey Babbsack, konnte Dich telefonisch nicht erreichen. Meld Dich mal bitte, wenn Du Zeit hast. Muss Dir mal erzählen, was bei meinem Termin passiert ist."

Hanne schreibt abends noch mal an Manfred:

"Hallo? Was ist los mit Dir?"

DIENSTAG:

Hanne schreibt an Manfred:

"Ich weiß ja, dass Du viel Stress hast, viel unterwegs bist und so. Aber meld dich doch mal bitte"

MITTWOCH:

Hanne schreibt an Manfred:

"Sag mal, hab ich Dir was getan? Wieso antwortest du nicht?"

DONNERSTAG:

Hanne schreibt morgens an Manfred:

"Also langsam mache ich mir echt Sorgen. Da stimmt doch was nicht bei Dir. Ich weiß ja, dass du wenig Zeit hast und ich will auch nicht nerven, aber kannst du dich bitte wenigstens mal melden, damit ich weiß, dass es dir gut geht?!"

Hanne schreibt abends an Manfred:

"Toll. Wenn du nicht mal antwortest, wenn du weißt, dass ich mir Sorgen mache, lässt ja weit blicken. Hättest mir wenigstens mal schreiben können, dass alles okay ist. Aber scheinbar bin ich dir so unwichtig, dass es dir egal ist, wenn ich mir Sorgen mache".

FREITAG:

Hanne schreibt morgens an Manfred:

"Also gut, mir reicht`s! Du scheinst keinen Kontakt mehr zu wollen. Ich hatte es nur gut gemeint. Dann ist mir jetzt auch egal, wie es dir geht. Wenn es dich glücklich macht, keinen Kontakt zu mir zu haben, dann bitteschön! Ich wünsche dir noch ein schönes Leben! Am besten lösche auch gleich meine Nummer aus deinem Handy, ich will jetzt auch nichts mehr von dir hören!"

Hanne schreibt abends an Manfred:

"Dir scheint das ja echt nichts aus zu machen. Es ist echt das allerletzte, dass du mir nicht mal wenigstens schreibst, dass du ein Problem mit mir hast:

SAMSTAG:

Hanne schreibt morgens an Manfred:

"Naja, wenigstens weiß ich so nun auch sicher, dass du ein Problem mit mir hast. Ich hatte dich echt anders eingeschätzt. Ich hätte von dir schon gedacht, dass du mir das sagst. Naja, so kann man sich in einem Menschen täuschen."

MANFRED schreibt mittags an Klaus:

"Hi mein Freund, bin gerade aus Hamburg, Berlin und Köln zurückgekommen. Hatte ein paar wichtige Termine und hab zwischendrin auf dem Weg noch meine Eltern und meine Tante besucht. Ich checke gerade meine 400 ungelesenen Mails, muss dann erst mal was essen und melde mich dann. Bin gespannt, was bei deinem Termin rauskam"

MANFRED schreibt mittags an Hanne:

"Hanne, alles klar bei dir? Geht`s noch? Entschuldige bitte vielmals, dass ich die ganze Woche kreuz und quer in Deutschland unterwegs war, ohne mich bei dir abzumelden..."

Klaus schreibt mittags an Manfred:

"Mach dich locker. Ruf einfach an, wenn du Zeit hast. Ich bin zu Hause. Ich hoffe, deine Termine waren erfolgreich?!"

SONNTAG:

Hanne schreibt abends an Manfred:

"Oh ich habe deine Mail von gestern Mittag erst jetzt gesehen. Sorry, so war das ja nicht gemeint. Ich wusste ja nicht, dass du unterwegs bist. Du hast also kein Problem mit mir?"

MANFRED schreibt abends an Hanne:

"Doch Hanne, ich habe ein Problem mit Dir. Das hatte ich allerdings bis Montag noch nicht"

Dieses Beispiel zeigt wohl sehr schön, dass sich Hanne hier unglaublich wichtig nimmt. Möglicherweise war sie es auch

für Manfred. Wenn sie sich jedoch so als „Prinzessin“ aufspielt, hat Manfred damit einfach ein heftiges Problem. Und das könnte das Ende jeglicher weiteren Korrespondenz oder gar Freundschaft bedeuten.

Mit dem Begriff „Prinzessin“ sind hier also keine Frauen gemeint, die selbstbewusst und stark sind, sondern die Frauen, die sich für wichtiger nehmen, als sie für eine andere Person vielleicht sind und die die Auffassung vertreten, dass alles immer so zu laufen hat, wie sie es sich vorstellen. Hier sollte die Damenwelt also gut aufpassen, dass ein gesundes Selbstbewusstsein nicht zu hochmütiger Arroganz wird. Solche „Prinzessinnen“ suchen nämlich in der Regel nicht einmal Jäger und Sammler.

Und glauben Sie bitte auch nicht, dass die Männer nicht auch sensible Antennen hätten. Gerade wenn es danach riecht, möglicherweise nur ausgenutzt zu werden, können Männer äußerst empfindlich sein. Wenn ein Mann nach Jahren einen Anruf von seiner früheren Angebeteten erhält und diese sich eine Stunde lang mit ihm über alte und aktuelle Zeiten unterhält und ihn auch noch zu einem Wochenendbesuch einlädt, kann ihn das durchaus erfreuen. Bis zu dem Moment, wo sich die Dame (meist erst, wenn sich das Gespräch dem Ende nähert) darauf besinnt, dass der Herr doch Maler- und Lackierer-Geselle ist und er ihr doch bei seinem Wochenendbesuch eigentlich prima beim Streichen helfen könnte. Wir alle, egal ob Mann oder Frau, kennen diese Menschen, die sich nur dann an uns erinnern, wenn sie sich einen Vorteil durch uns erhoffen. Und wir alle mögen dieses nicht. Aber die in diesem Buch genannten „Prinzessinnen“ haben leider oft einen besonders starken Hang dazu, ihr Gegenüber ausnutzen zu wollen. Das ist ganz logisch, denn das „Prinzessinnen-Dasein“ bringt es ja automatisch mit sich, zu erwarten, von anderen hofiert, beschenkt und bewundert zu werden.

So sollten sich die selbsternannten „Prinzessinnen“ also reiflich überlegen, ob es wirklich immer so sinnvoll ist, diesbezüglich auf so manchen Frauenzeitschriften-Artikel zu hören oder ob sie bei der Männerwelt nicht doch bessere Chancen haben, wenn sie den Kerlen auf Augenhöhe begegnen. Wir alle haben Fehler – Männer wie Frauen. Und niemand mag es, so behandelt zu werden, als wäre man(n) in der Rangordnung niedriger angesiedelt. Auch Männer mögen Komplimente. Auch Männer möchten umgarnt und betüddelt werden. Die Damen wissen doch nur zu gut, wie wehleidig Männer sein können und wie sehr sie sich wünschen, dass ihre Erkältung so behandelt wird, als wären sie der Mittelpunkt der Welt. Was macht sie dann allen Ernstes glauben, dass die gleichen Männer in der Kennenlernphase oder am Anfang einer Beziehung als „Jäger und Sammler“ einer höhergestellten „Prinzessin“ hinterher jagen und diese fortan bewundern wollen?

Es ist also völlig kontraproduktiv, eine überhebliche „Prinzessinnen-Rolle“ einzunehmen. Diese Damen schaden sich damit oft auch selbst. Denn die meisten Frauen sind ja nicht auf der Suche nach einem immer ja-sagenden Weichei, sondern nach einem handfesten echten Kerl, der weiß, was er will und auch mal sagen kann, wo es lang geht. Ein solcher Mann wird sich das eben beschriebene „Prinzessinnen“-Gehabe aber nicht antun. Vielleicht ganz am Anfang, wenn er sich selbst noch liebevoll verbiegt, um der Holden zu gefallen. Irgendwann wird aber der große Knall kommen und der handfeste, echte Kerl wird handfest und echt auf den Tisch hauen. Während „Prinzessin“ ihm dann vorwirft, nicht mehr der zu sein, der er mal war, hat er lediglich keine Lust mehr, ihren Dackel zu spielen.

Frauen, die erwarten, dass der Mann alles für sie tut, sind vielleicht tatsächlich auf Dauer glücklicher damit, wenn sie sich Personal mieten oder einen Schoßhund zulegen. Ein

Hund ist ein Rudeltier, das in den meisten Fällen fast bedingungslos seinem Rudelführer folgt und gehorcht. Ein Mann gehört aber normalerweise nicht in diese Gattung und somit auch nicht an die Leine, wie vor einiger Zeit in einer Zeitschrift getitelt wurde. In einer funktionierenden Beziehung ist es auch heute noch wunderbar, wenn der Mann alles für seine Geliebte tut und ihr jeden Wunsch von den Augen abliest - aber dann, wenn er es selbst so möchte und es nicht nur tut, weil es von ihm erwartet wird. In letzterem Falle wird das nämlich auf Dauer oft zu Frust führen, was sich dann in einer unglücklichen Beziehung oder gar Trennung auswirken kann.

Noch mal: eine harmonische Beziehung besteht aus Geben und Nehmen beider Partner. Aber nur die wenigsten sind dauerhaft bereit zu geben, wenn sie das Gefühl haben, dass von dem Anderen nichts Adäquates zurück kommt oder dass nur genommen wird. Eine hochmütige „Prinzessinnen-Rolle“, in der sich die Frau als den Mittelpunkt darstellt, um den der Mann zu kreisen und nach ihren Vorstellungen zu funktionieren hat, wird auf Dauer nur in den wenigsten Fällen dazu führen, dass beide gemeinsam eine langfristige glückliche Beziehung führen können.

Zeitaufwand und Prioritäten

Wie wir bereits feststellten, haben Frauen häufig ein größeres Interesse an regelmäßiger und ausführlicher Kommunikation, als Männer. Zwar ist das natürlich nicht in jedem Individualfall so (wie nichts in diesem Buch auf jeden Mann und jede Frau zutrifft), aber eben doch sehr oft. Das mag damit zusammenhängen, dass sich Frauen gerne umgarnt, umsorgt, behütet und beschützt fühlen möchten. Ein Mann, der sich nur sehr selten meldet und wenig Zeit für die Frau aufbringt, vermittelt aber sicher nicht so stark das Gefühl, sich wirklich intensiv für die Dame zu interessieren.

Dass dies der Frau missfällt, ist aus ihrer Sicht nachvollziehbar. Der Mann hingegen sieht dies oft ganz anders. Er hat einfach häufig nicht so ein ausgeprägtes Interesse daran, stundenlang zu telefonieren oder sich jeden Tag zu melden. Das kann, aber muss nicht zwangsläufig bedeuten, dass er sich nicht für die Frau interessiert. Wenn er tatsächlich sehr in seinem Job eingespannt ist, so sieht er es oft als nicht unbedingt notwendig an, sich ständig einen Teil seiner knappen Freizeit für die Frau zu reservieren. Über seine Gefühle zu ihr sagt dies nicht zwangsläufig etwas aus. In diesem Bereich ticken Männer und Frauen oft einfach sehr verschieden.

Ein Mann, der zum Beispiel aus beruflichen Gründen sehr wenig Freizeit hat, wird in der Regel versuchen, diese Zeit auf all das zu verteilen, was ihm wichtig ist. Das können Kneipenabende mit Freunden ebenso sein, wie seine Hobbys. Und auch die Frau, für die er sich interessiert, wird dabei berücksichtigt. Viele Frauen neigen aber, gerade in

der Kennenlern- und Anfangsphase, zu der Erwartung, dass der Mann ihr möglichst seine gesamte Freizeit widmet. Denn nur dadurch ist ja ihres Erachtens klar ersichtlich, dass sie die oberste Priorität in seinem Leben hat. Schnell kommen dann Vorwürfe, wie „für Alles und Jeden hast du Zeit, nur für mich nicht“. Hinweise dieser Art könnten den Mann auf Dauer aber stark abschrecken, denn er sieht das ganz anders. Schließlich ist er ja nicht unbedingt der Auffassung, dass sich alles nur noch um die Dame zu drehen hat (vgl. vorheriges Kapitel) – selbst, wenn er starke Gefühle für sie hegt. Vielleicht stellt es für ihn eh schon einen schwierigen Balance-Akt dar, die verschiedenen Freizeitaktivitäten zeitlich unter einen Hut zu bringen. Vielleicht verzichtet er eh schon auf die eine oder andere Aktivität, um stattdessen mehr Zeit für seine Angebetete zu haben. Wenn diese das aber nicht einmal zu honorieren weiß und ihm stattdessen noch vorwirft, nicht genug Zeit für sie aufzubringen, kann dies einen viel beschäftigten Mann durchaus sehr verärgern und dazu bringen, nach und nach auf emotionale Distanz zu gehen.

Wie groß der Wunsch nach Aufmerksamkeit und Anerkennung auch sein möge; eines sollten wir nie vergessen: jeder Mensch hat seine eigenen Prioritäten und sein eigenes Tempo. Wenn ein Mann nach dem ersten Kennenlernen also zum Beispiel nicht so schnell tiefe Empfindungen für die Dame hat, wie umgekehrt, so heißt das nicht automatisch, dass er sie nie haben wird. Vielleicht hat er diesbezüglich einfach nur eine andere Geschwindigkeit. Und selbst wenn er bereits die gleichen Gefühle verspürt wie sie, so mag seine Prioritätenliste dennoch eine Andere sein. Dies KANN durchaus darauf hindeuten, dass die Dame ihm nicht wichtig genug ist, als dass es für eine funktionierende Beziehung ausreichen würde. Das MUSS es aber nicht zwangsläufig bedeuten.