

## Wenn sie nervt – und er kneift

Von Nina Toepfer (Clack). Aktualisiert am 20.02.2012

**Nörgeln gilt als Beziehungskiller Nummer 1. Und die Frau als Meisterin dieser Disziplin. Wie das kommt – und wie man die Nörgelei besiegt.**



Schatz, wolltest du nicht längst die Glühbirne auswechseln? Charlize Theron und Patrick Wilson in der Komödie «Young Adult».

Diskutieren Sie mit!

**Nörgeln als Beziehungskiller?**

Clack – Ihr Online-Magazin

# Clack

Weitere Artikel zum Thema **Beziehung, Liebe und Sex** finden Sie auf **Clack** – Ihrem Online-Magazin.

Die Kommunikationszone ist erotikfrei, die Küche ein Chaos, die Gemüter sind gereizt – es gibt nichts Langweiligeres als private Haushaltsdebatten. Muss man sie wirklich in aller Öffentlichkeit besprechen?

Meistens fangen sie mit Sätzen an wie: Schatz, wolltest du nicht längst die Glühbirne auswechseln? Oder dann läuten solche Sätze das grosse Schweigen ein. Wie in jener Filmszene, in der die Frau ihrem Mann müde zuwirft, vergiss den Abfall nicht. Worauf er den Müll packt, rausgeht, sich irgendein Krimi abspielt (der mit der Frau nichts zu tun hat) und der Mann nie wieder zurückkehrt. Die Szene spielt

## Links

[Artikel in der «Huffington Post»](#)

[Beitrag auf «Slate»](#)

[Artikel zum Thema](#)

[Fünf Missverständnisse der](#)

[\(körperlichen\) Liebe](#)

[Der Klick zum zweiten Glück](#)

in einer amerikanischen Vorstadt, der Rest des Films ist längst vergessen. Geblieben ist nur der kurze, aber prägnante Auftritt der Nörglerin. (Lesen Sie auch: «**10 Warnsignale dafür, dass eine Partnerschaft bald Schiffbruch erleidet**»)

Natürlich gibt es Paare, die sich alles, auch den Haushalt, partnerschaftlich und glücklich teilen. Oder es gibt gelebte Beispiele vom **Rollentausch** statt gleichberechtigte

Karrieren. Aber die Vorstellung der Nörglerin – in der filmisch ausgeschmückten Variante mit Lockenwicklern im Haar und Hausdress aus Kunstfaser – ist eines der hartnäckigsten Klischees, die in Partnerschaften greifen. Besser gesagt, dort in den Köpfen fest sitzt, übrigens auch das vielleicht gleichberechtigter als gedacht: natürlich bei ihm, aber auch bei ihr.

## Taktik: Selber machen

Das hat Folgen: Weil es so langweilig ist, darüber zu reden, dass Haushalt nicht automatisch Frauensache sein muss, und gleichzeitig so schwierig, dabei Mithilfe zu erbitten, gibt es vor allem eine praktikable Lösung: selber machen. So muss man mit niemandem rechnen, kann sich einen eigenen Fahrplan gönnen. Mit dem einen unschätzbaren Vorteil: Man erspart sich die Rolle der Nörglerin. (Lesen Sie auch: «**Sexy Retro-Sexismus**»)

Die Taktik trägt über weite Strecken. Aber nicht über die ganze. Nachteil Nummer eins: Irgendwann steht einem das Wasser bis zum Hals, der Abstecher in die Reinigung, der Besuchsmorgen an der Schule, der Einkauf für das Abendessen mit Gästen, das ist einfach nicht zu schaffen. Oder die Dusche tropft, und jemand müsste wissen, wie man sie flickt. Das Naheliegende wäre, einen Fachmann zu bestellen. Das wiederum geht nicht immer: die Reparatur ist ja längst versprochen, nur hört man, jetzt sei gerade keine Zeit dafür und es klingt wie: Es gibt Wichtigeres im Leben. Weitere Nachteile: Den Haushalt allein erledigen erweckt den Anschein, alles ginge von selber, womit sich eine andere ungeliebte Rolle anbietet, diejenige, nach Anerkennung zu suchen. Und: So findet Partnerschaft auf dem Rücken von einem/einer statt und nicht zu gleichen Teilen auf beiden. (Lesen Sie auch: «**Der Trophäenmann**»)

## Teufelskreis der Missverständnisse

Was bleibt? Immer wieder Mithilfe einfordern, unermüdlich auf dieselben Dinge und Aufgaben hinweisen. Genau so definiert sich Nörgeln. Und Nörgeln steht zuoberst auf der Liste der Beziehungskiller (noch vor Kritik, Verachtung, Selbstverteidigung (eine Liste dazu erschien zum Beispiel in der «Huffington Post»)).

Etwas neutraler formuliert, hat Nörgeln das Potenzial, Beziehungen zu sprengen. Die Erosionskraft der Nörgelei ist so gefährlich für die Liebe wie Untreue und finanzielle Schwierigkeiten. Im «Wall Street Journal» beruft sich die Kolumnistin Elizabeth Bernstein in «Meet the Marriage Killer» auf Wissenschaftler, die die «giftige Kommunikation» des Nörgelns und den Teufelskreis belegen, der

damit in Gang kommt: der Nörgler hat ein Anliegen, worauf der Benörgelte nicht oder unbefriedigend reagiert, was den Nörgler dazu bewegt, sein Anliegen erneut vorzutragen. Beide fühlen sich durch das Verhalten des anderen weiter in ihr Verhaltensmuster gedrängt.

## Frauen erkennen schneller, dass etwas nicht stimmt

Ausserdem wird das Klischee der meist weiblich besetzten Rolle nun wissenschaftlich begründet. Bei Bernstein bestätigen Forscher, dass der Nörgler eben in den meisten Fällen eine Nörglerin ist. Das liege zum grossen Teil daran, dass Frauen «sich mehr verpflichtet fühlen, Haushalt und Familienleben zu managen». (Lesen Sie auch: «**Die Kündigung an den Mann**»)

Ausserdem sähen Frauen die Symptome zuerst, wenn Beziehungsprobleme auftauchen. «Wenn Frauen um etwas bitten und keine Antwort bekommen, erkennen sie schneller, dass etwas nicht stimmt. Das Problem ist nur, dass sie die Dinge schlimmer machen, indem sie wiederholt darum bitten.» Beim Mann hingegen, so die These weiter, kommt Nörgeln an wie beim kleinen Jungen, als die Mutter schimpfte. Der Fehler des Mannes sei es, dass er nicht immer eine klare Antwort gebe. «Aber oft reagiert er nicht, weil er die Antwort noch nicht kennt, oder weil er weiss, dass die Antwort sie enttäuschen wird.»

Wie kommt man aus dem Teufelskreis heraus? Hier ein paar Tipps aus Bernsteins Liste:

Beruhigen Sie sich, erkennen Sie das Muster. Definieren Sie sich als Team, ändern Sie Ihr Verhalten, stellen Sie Regeln auf.

Nehmen Sie die Perspektive des anderen ein. «Es fühlt sich lieblos an, wenn du auf meine Bitte nicht reagierst.» Andererseits: «Wenn du herumnörgelst, fühlt es sich an, als würdest du nicht schätzen, was ich bisher getan habe.» (Lesen Sie auch: «**Was Männer hören wollen**»)

Erkennen Sie, dass Sie um etwas bitten. Sagen Sie «Ich-Sätze»: «Ich würde dich gerne bitten, die Rechnung rechtzeitig zu bezahlen», statt «du bezahlst die Rechnungen nie rechtzeitig.»

Erklären Sie, warum Ihre Bitte wichtig ist. «Die Mahngebühren bereiten mir Sorgen.»

Sind Sie der Benörgelte, geben Sie klare Antworten. Sagen Sie ihr ehrlich, was Sie tun können und wann. Dann tun Sies.

Erwägen Sie Alternativen. Ein Handwerker im Haus kann Ihnen Streit ersparen.

Auf Bernsteins Kolumne folgte Widerspruch, etwa auf Slate.com. In der Replik verweist schon der Titel «Nagging: The Personal is Political» auf Grundsätzliches. Die Autorin gibt zu bedenken, dass Nörgeln keine «objektive Beschreibung» ist, sondern erst dann zur Nörgelei wird, wenn sie von jemandem so definiert wird. «Sonst ist es einfach eine Bitte». Worauf der frühe feministische Grundsatz wieder belebt wird, dass das Private politisch ist. «Viele der scheinbar persönlichen Probleme rühren aus politischen Kräften der Frauenfeindlichkeit und des Sexismus her.»

## Warum alles teilen?

Ziemlich interessant, solche Haushaltsdebatten. Natürlich gehören sie wie fast alle Fragen der Macht diskutiert. Denn es geht wieder einmal um Definitionshoheit: Darum, wer die Prioritäten setzt (bestimmt, wann die Dusche geflickt werden soll); wer die Zuständigkeiten verteilt (wessen Aufgabe es ist); wer es sich leisten kann, angesichts der oft als Kleinigkeit herabgestuften Aufgabe, sie auch gleich zu vergessen. Und schliesslich darum, wer bestimmt, wann eine Bitte aufhört und Genörgel anfängt. Andererseits: Warum muss Partnerschaftlichkeit in jedem Fall bedeuten, dass man alles teilt, auch den Haushalt? Auch wenn man nicht auf einen traditionellen Begriff von Hausarbeit als Frauendomäne zurückgreifen will, wäre es doch vorstellbar, dass man sich Lebensbereiche gegenseitig überlässt. Was schliesslich mehr zählt als die Arbeit, ist die Anerkennung. Wenn die spielt, ist die Nörgelei auch gleich vom Tisch.

*Hat Ihnen der Beitrag gefallen? Weitere Infos, Tipps und Storys zum Thema **Beziehung, Sex und Liebe** finden Sie auf **Clack.ch** – Ihrem Online-Magazin.*

(Tagesanzeiger.ch/Newsnet)

Erstellt: 20.02.2012, 21:42 Uhr