

Für manche ein Krampf

## Der Mensch ist auf Gemeinschaft angelegt!?



Introvertierte Menschen sind häufig lieber allein

Quelle: Unsplash / Anne Nygård

Gott hat den Menschen geschaffen, damit er in Gemeinschaft lebt. Ist das wirklich so? Und warum ist das für manche Menschen so schwierig? Wie ein wahrer Satz etwas Ungutes auslösen kann...

Der Mensch ist auf Gemeinschaft angelegt. Wie oft habe ich diesen Satz gehört. Oder Abwandlungen davon: Der Mensch ist ein Beziehungswesen. Der Mensch wird am Du zum Ich.

Ich habe diese Sätze absichtlich nicht in Anführungszeichen gesetzt, denn ich glaube tatsächlich, dass sie wahr sind. Aber doch haben sie auch etwas Ungutes mit mir gemacht. Denn in mir hat sich die Überzeugung geformt: Es ist wichtig,

sich auf andere Menschen einzulassen, auf Begegnungen, auf Gespräche. Je mehr, desto besser. Davon kann es gar nicht zu viel geben, also am besten den ganzen Tag mit anderen Menschen verbringen. Nicht etwa sich zurückziehen, egoistisch für sich bleiben, allein Zeit verbringen.

Das wirkte sich auch auf meine Berufswahl aus. Ich entschied mich für den Arztberuf, weil mich die Medizin interessierte und ich «etwas mit Menschen» machen wollte. Doch je praktischer es im Studium wurde, desto schwieriger fand ich es. Die Begegnungen erschöpften mich total. Ich spürte, dass das nicht das Richtige für mich war, schämte mich aber dafür. Wollte ich nicht genug «den Menschen dienen» oder stimmte etwas anderes mit mir nicht?

Mein Problem: Ich bin eine introvertierte Persönlichkeit. Durch Begegnungen mit Menschen werden meine Kräfte weniger, allein tanke ich auf. Das spüre ich fast körperlich, wenn alle Familienmitglieder das Haus verlassen haben: Erleichterung macht sich breit, und ich beginne, mich wieder zu sammeln. Weil andere Menschen mich Energie kosten, egal, wie sehr ich sie mag.

## **Innerer Revoluzzer**

Ich kenne die Theorie von den verschiedenen Persönlichkeiten schon lange und fand mich immer in der Beschreibung des introvertierten Typs wieder. Aber da war auch eine Stimme, die mir zuraunte: «Nimm das nicht als Ausrede. Mit Gott sind dir alle Dinge möglich, auch die unbequemen.» So nützte mir das Wissen um meine Introversion nicht viel. Es brauchte ein Aufwachen meines inneren Revoluzzers, wie ich ihn nenne, ein Aufstehen für mich selbst, ein Aufbegehren gegen die Überzeugung, dass es im Leben «immer um die anderen» ginge. Ich glaube, dass es sich bei diesem Revoluzzer in mir um den Heiligen Geist handelt, dem nicht nur die anderen wichtig sind, sondern auch ich. Gott spricht mir durch ihn zu: «Ich will, dass es dir gut geht. Ich habe dich mit genau dieser Persönlichkeit geschaffen, weil ich mir etwas dabei gedacht habe. Sie soll dich darauf hinweisen, was ‚dein Ding‘ ist, deine individuelle Berufung. Die wird dann tatsächlich anderen Menschen dienen, aber du wirst dabei nicht ausbluten, sondern es gibt dir sogar etwas zurück.»

Extrovertierte funktionieren ganz anders. Sie tanken in Gesellschaft auf. Das Zusammensein mit anderen tut ihnen tendenziell gut. Wenn es aber tatsächlich stimmt, dass manche Menschen mehr von Begegnungen profitieren als andere, kann es nicht gerecht sein, von allen das Gleiche zu verlangen, oder? Denn während es den einen etwas zurückgibt, laugt es die anderen aus. Ich hege den

Verdacht, dass so mancher Prediger, der besonders vehement das Leben in Gemeinschaft fordert, eine extrovertierte Persönlichkeit besitzt. Und von anderen das verlangt, was er selbst gut kann oder was ihm am meisten dienen würde. Doch das ist nicht in Ordnung. Ich bestimme auch nicht, dass jeder eine bestimmte Anzahl von Stunden pro Tag allein für sich verbringen muss, nur weil es für mich wichtig und gut ist. Es hat seinen Sinn, dass wir alle unterschiedlich sind, wie Paulus es mit den verschiedenen Teilen des Körpers vergleicht. Wir müssen uns unterschiedlich sein lassen und dürfen nicht glauben zu wissen, was der andere tun sollte und was nicht. Viel zu schnell gehen wir dabei nur von uns selbst aus.

## Ein Zuviel an Menschen

Ich habe jedenfalls beschlossen, mich so anzunehmen, wie ich in diesem Punkt bin – und darauf einzugehen. Nach meinem Medizinstudium bin ich abgelenkt und habe als Lektorin gearbeitet – mit medizinischen Büchern und weniger mit Menschen. Viele können das nicht nachvollziehen, aber für mich war es genau das Richtige. Ich will niemandem mehr beweisen müssen, was für eine tolle Christin ich bin, indem ich besonders viel Zeit mit anderen Menschen verbringe. Ich glaube, dass ich den Menschen auch in meinem Alleinsein dienen kann. Was meine Zeit mit anderen Menschen betrifft, gibt es tatsächlich ein Zuviel. Dann schade ich mir selbst und tue nicht mehr, wofür ich eigentlich bestimmt bin. Die Grenzen sind nicht immer leicht zu finden. Es gibt auch so etwas wie ein Übergangsbereich, sozusagen eine gelbe Zone zwischen Rot und Grün, um in Ampelfarben zu sprechen. Aber auf jeden Fall tue ich gut daran, die Zonen zu beachten und mich auf sie einzustellen, so gut ich kann.

Ich möchte differenzieren: Menschen zu lieben, ist nicht gleichbedeutend damit, auch die Gemeinschaft mit ihnen über alles zu lieben. Und wenn ich mal wieder eine einschlägige Bemerkung höre, antworte ich ihr in Gedanken: Gott wollte mich introvertiert – und genauso lebe ich.

*Ähnliche Impulse gibt es im Magazin FamilyNext. Infos zum günstigen Jahresabogutschein des Magazins findest du [hier](#).*

*Zum Thema:*

[Debora Sommer: Introvertiertsein ist ein Geschenk](#)  
[«Stilles Strahlen»: Schüchtern sein ist keine Schwäche](#)

Datum: 19.12.2024

Autor: Judith Böttcher

Quelle: Magazin FamilyNext 01/2025, SCM Bundes-Verlag

Tags

[Leben als Christ](#)

[Beziehungen](#)