

# Vernetzungstreffen *Männer* bei der BAWO-Tagung 2012 in St. Pölten:

TN:

BUSCHLE Andreas	Heilsarmee Österreich
RAJETZKY Michael	Verein Betreuung Orientierung
SCHARNER Ulrich	Caritas St. Pölten – Wohnungssicherung Amstetten
HAYDEN-HOHMANN Erwin	NEUSTART – Bewährungshilfe und elektronisch überwachter Hausarrest

## Programm:

- Vorstellung
- Ziele des VT: 1) Austausch Theoriewissen und Erfahrung:  
2) Zukunft des VT Männer planen
- Buchpräsentation „Den Mann zur Sprache bringen“ (Wolfgang Neumann, Björn Sufke, Tübingen 2004)
- Erfahrungsaustausch
- Vernetzung organisieren

---

## ■ Irritation über die geringe TN-Zahl

## ■ Buchvorstellung (Zusammenfassung im Anhang)

## ■ Austausch:

- das Buch benennt, beschreibt und begründet das aus der Arbeit mit Männern bekannten Kommunikationsverhalten eindringlich und berührt. Die eigenen Verstrickungen in Rollenbilder, Ansprüche und „Bewältigungsprinzipien“ ist spürbar geworden
- für den Austausch über die spezifisch männlichen Lebens- und Berufserfahrungen, Sozialisation und Bewältigung sind uns kaum Räume zugänglich: der eine oder andere hat Einzelsupervision, keiner von uns Anbindung an eine Männergruppe od dgl. – es gibt den starken Wunsch danach
- In der Schlussrunde äußern die TN den Wunsch nach weiteren VT Männer bei den BAWO-Tagungen, einer das zusätzliche Interesse an interkulturellen Informationen zur Arbeit mit männlichen Klienten. Zu den Gründen für die geringen TN-Zahl äußert ein TN, dass er Unsicherheit vermutet und nicht Interesselosigkeit. Hinsichtlich des nächsten VT Männer meinen 2 TN, dass sie es sich nicht zutrauen würden, als Ansprechperson zu fungieren und einer, dass er keine Zeit haben werde.

## Vereinbarungen:

- Weitergabe der Infos an BAWO
- Anfrage an Thomas Wögrath und Romeo Bissuti wg Fortsetzung der Männernetzung



## Zusammenfassung:

Wolfgang Neumann, Björn Sufke

# Den Mann zur Sprache bringen

Psychotherapie für Männer (Tübingen 2004, dgvt)

Es gibt wenig Literatur über spezifisch männliche Beratung und ich habe in diesem Buch sowohl eine kompakte Theorie über die Entstehung der häufigen männerspezifischen Verhaltensweisen gefunden wie auch ihre eingehende Beschreibung und wertschätzende Methodenhinweise gefunden und möchte mit dieser Zusammenfassung Einblicke geben und Lust machen auf die Lektüre des Ganzen.

**E**ine Entfremdung vom eigenen Selbst, die zu einem erschwerten Zugang zu eigenen Gefühlen oder Bedürfnissen führt, ist bei Beratung und Therapie von Männern zu beobachten. Diese Entfremdung betrachten die Autoren als das entscheidende Resultat des **männlichen Sozialisationsprozesses** und gleichzeitig Kernpunkt der meisten Schwierigkeiten von Männern.

Die Autoren beschreiben die Sozialisation von Buben (aus „Männliche Sozialisation“ von Lothar Bönnisch und Reinhard Winter, 1997) als geprägt von einer *hegemonialen Männlichkeit*, also einer vorherrschenden Interpretation von Männlichkeitsattributen. Dass „diejenigen Jungen und Männer, die mit ihrem Verhalten oder ihren Einstellungen das vorherrschende Männlichkeitsbild herausfordern, meist deutliche Sanktionen zu spüren bekommen – und zwar überwiegend durch ihre eigenen Geschlechtsgenossen, aber auch durch Frauen und Mädchen.“ (S. 27) führt zu „von ihnen selbst als normal erachtetes, unterhinterfragtes Verhalten [mit dem] unbewusst eine Herrschaftsstruktur aufrechterhalten [wird], deren Ideologie sie nicht zwangsläufig teilen.“ (S. 29)

Außerdem erreichen Buben im Aufwachsen deutlich seltener den Zustand der „Kongruenz“, „in dem ein Mensch in voller Übereinstimmung mit seinen eigenen Gefühlen und Bedürfnissen ist“, der als *das* zentrale Erziehungs- und Therapieziel betrachtet wird, weil sie einerseits verfrüht von ihren Müttern getrennt werden und wegen fehlender männlicher Bezugspersonen zu einer Umweg-Identifikation gezwungen sind: „In Ermangelung männlicher Identifikationspersonen und damit konkreten Wissens über Männer greifen Jungen schließlich auf das zurück, was sie schon sehr früh gelernt haben, nämlich wie Frauen sind, was sie machen, welche Rolle sie täglich einnehmen.“ Die Frau wird als Nicht-Mann identifiziert und es kommt zum unbewussten Umkehrschluss, „dass für die Erlangung einer männlichen Identität maßgebend ist, nicht wie eine Frau, also nicht Nicht-Mann zu sein.“ (S. 32) In dieser Logik müssen auch die eigenen, weiblichen Anteile beschränkt, bekämpft, unterdrückt werden. Als Konsequenz beginnen Buben einen Großteil dessen, was aus ihrem eigenen Selbst kommt, zu fürchten und letztlich sogar zu verachten.

Im weiteren Lebensverlauf behelfen viele Männer sich mit verschiedenen **Bewältigungsprinzipien des Mann-Seins**, die für die Beratung und Therapie wesentlich sind:

**Außenorientierung** („Externalisierung“) bezeichnet einen „Mangel an Verbindung zu eigenen Gefühlen und der persönlichen Geschichte sowie eine eingeschränkte Empathiefähigkeit [...]. In letzter Konsequenz bewirkt Außenorientierung eine Art autistische Störung, die Kontakt mit sich und anderen regelrecht verhindert“ (Neumann u. Sufke 2004, S. 34). Ein Teilaspekt dieser Außenorientierung spiegelt sich auch in der Kurzformel „no sissy stuff“, die laut Brannon (1976) im Kontext anglo-amerikanischer Sozialisation junger Männer eine wichtige Rolle spielt. Der Ausdruck „bezeichnet die Vermeidung von allem, was den Anschein von Mädchenhaften, Weiblichen und Weichen hat. Männliche Identität wird ausschließlich in der Absetzung vom anderen Geschlecht erreicht“ (Hollstein 2007, S. 40).

**Stummheit**, das heißt, dass Männer über alles Mögliche sprechen (Politik, Wirtschaft, Sport, Wissenschaft) nur nicht über ihre Gefühle und Bedürfnisse (Angst und Hilflosigkeit sind schon früh mit Scham besetzt), sei ein weiteres Kennzeichen von Männlichkeit: „Stummheit bedeutet hier die Unfähigkeit von Männern, anderen – oder auch sich selbst – deutlich zu machen, was sie bewegt, eine emotionale Sprachlosigkeit sich selbst und anderen gegenüber“ (Neumann u. Sufke 2004, S. 35).

**Alleinsein** ist die Reaktion von vielen Männern „auf ihre Schwierigkeit sich zu öffnen, sich mitzuteilen sowie den Gefühlen und Bedürfnissen anderer zuzuwenden“. Kulturell wird dieses Alleinsein oft mit selbstgenügsam, autonom und unabhängig sein idealisiert. Viele TV- und Film-Produktionen leben von diesem Rollentypus (etwa James Bond, „lonesome cowboy“). „Kooperation ist für diesen Typus hinderlich, er besteht im Konkurrenzverhalten. Beziehungen zu Frauen sind meist nur in Form von one-night-stands möglich“ (Neumann u. Süfke 2004, S. 36). Ein typisches Kennzeichen männlicher Identität und männlichen Bewältigungsverhaltens ist **Rationalität**. Innere Unsicherheit, Ängste und Zweifel werden so heruntergespielt und mit Plänen, die von Verstand, Logik und Wissenschaftlichkeit diktiert werden, ersetzt. Die Tendenz vieler Männer, auf problembezogene Selbstöffnungen mit gut gemeinten Lösungsvorschlägen zu reagieren, stoße nicht selten bei Frauen auf Ablehnung und verständlichen Ärger (Neumann und Süfke 2004, S. 36).

Eine weitere Strategie zur Bewältigung des Mannseins ist **Kontrolle**. Durch Kontrolle halten Männer sich selbst und auch andere in Schach. In diesem Verhalten spiegelt sich nicht selten die Angst, der eigenen Irrationalität und damit verbundenen hedonistischen Disziplinlosigkeit zum Opfer zu fallen. Außerdem braucht die Aufrechterhaltung männlicher Dominanz Kontrolle. Alkoholkonsum ist oft der Versuch, den eigenen Kontrollzwang zu durchbrechen (Real 1999, S. 58-60). Kontrollverlust und Gewaltausbrüche dokumentieren auf negative Weise den Zwangskarakter hegemonialer Männlichkeit. Über den Sport, besonders den Fußball, können Männer in manchen Fällen am ehesten auf Kontrolle verzichten und erlauben sich, ihrem Inneren durch sichtbare Freude, Trauer etc. Ausdruck zu verleihen, schreiben Neumann und Süfke (2004, S. 36). Kontrolle ist eine wichtige Komponente im Umsetzen von großen Projekten.

In **Körperferne**, einem weiteren männlichen Prinzip nach Neumann und Süfke, äußere sich eine eigenartige Tendenz, den eigenen Körper als Ding, als Objekt und Werkzeug zu betrachten. Funktionieren und damit verbundenen Leistungskraft ist oberstes Gebot. Dem Aussehen von Männern werde erst in den letzten Jahren mehr Bedeutung geschenkt, aber auch hier sei weniger das Wohlfühlen im eigenen Körper wichtig, als vielmehr die nach außen gerichtete Demonstration von Kraft und Stärke. Dem neuen Auto werde sicher mehr Aufmerksamkeit und Pflege zuteil wie dem eigenen Körper, der „klassische“ Mann sei auch stolz darauf, nie zum Arzt gehen zu müssen (vgl. auch Hofstadler u. Buchinger 2001). Männliche Körperferne äußert sich auch in der Vermeidung von Körperkontakt anderen Männern gegenüber. Dies werde mit Homosexualität assoziiert und daher von den meisten Männern vermieden, um der Abwertung des Homosexualitätsverdachts zu entkommen (Neumann u. Süfke 2004, S. 37).

**Gewalt und Benützung**, d. h. unmittelbare physische bzw. sexuelle Gewalt gegenüber Frauen, Kindern oder anderen Männern (z.B. auch Kriege), gegenüber natürlichen Ressourcen (Umwelt) und in letzter Konsequenz gegenüber sich selbst (Konkurrenzzwang, Leistungsdruck, Ignorieren von körperlichen Beschwerden) sind Ausdruck des Externalisierungsprinzips (Neumann u. Süfke 2004, S. 33-38). (Zusammenfassung aus: **Männer und ihre Verhaltensweisen – Ein Thema für Systemische Psychotherapie?** Herbert Gröger, Luigi Trenkler in *systeme* 2007, Jg. 21 (2): 122-150 ([http://www.ist.or.at/userfiles/image/syst.Maennerpsychotherapie\\_Systeme02-07\\_Groeger%2BTrenkler.pdf](http://www.ist.or.at/userfiles/image/syst.Maennerpsychotherapie_Systeme02-07_Groeger%2BTrenkler.pdf)))

## Der therapeutische Umgang mit Männern

Das Hauptziel der therapeutischen Arbeit, die Männer immer wieder in Richtung ihrer inneren Welt zu begleiten, ist oft vergleichbar mit einem Sprung in ein kaltes Becken. Der Weg führt hinein in eine (beschützte) Hilflosigkeit: „Auch wenn er dies nie für möglich gehalten hätte, wird er diese Gefühle überleben und damit leben können“ (S. 50). Die Gefühle werden aber nicht, wie von den Männern befürchtet, ausgelacht, beleidigt oder verhöhnt, sondern beachtet, geschätzt, sind plötzlich willkommen und gewollt. Aber auch negative Gefühle kommen zum Vorschein oder mancher muss auch feststellen, dass „nichts kommt“, dass ich der Weg in die eigene, innere Welt nicht so schnell auf tut. Der Zwischenschritt der beschützten Hilflosigkeit bringt den Mann recht schnell zu neuen Auswegen und eventuell zu einem eigenen Takt, dem persönlichen unabhängig vom allgemeinen Taktgefühl.

Als Weg zum Überwinden der Externalisierung sehen die Autoren das „therapeutische Sprechen“. Nach anfänglichem Annehmen der männlichen Bewältigungsprinzipien, dem Herausstellen ihrer möglichen Schutzfunktion können ihre Ursprünge, Gefahren und Grenzen aufgezeigt werden. Ohne Annehmen der Prinzipien würde der Therapeut auch mögliche Abwertungen, Ablenkungen und Fluchten des Mannes persönlich nehmen und letztlich mit dem Klienten zusammen unter ihnen leiden. (S. 54)

Durch Zurückspielen der Sprechgewalt („**Bumerang-Effekt**“) erfährt der betroffenen Mann, dass Sprechen hier eine wichtige Bedeutung hat, die Reaktionen des Therapeuten auf mein Sprechen abzielen und es entsteht eine neue Sprechqualität: „Sie erzählen mir eine Story nach der anderen, die haben alle den gleichen Titel: Was bin ich nicht für ein toller Hecht! Das glaube ich Ihnen jetzt, aber was kostet Sie das? Mich jedenfalls macht das unzufrieden und kribbelig!“

Als „**Konzeptverwirrung**“ beschreiben die Autoren ihr Eingreifen: „Oftmals müssen wir den Männern erst ihren alten Text wegnehmen, ich jahrelang eintrainiertes Konzept, müssen sie bereits am Anfang aushebeln, wenn sie ihre Probleme ganz kompetent und kontrolliert darzustellen beginnen.“ Mit „hineintreiben“ und dann „damit begleiten, sie damit nicht alleine lassen“ umschreibt das Buch den Weg zum Zugang zu den Männern.

**Der therapeutische Humor**: anstelle einer „professionellen Maskenhaftigkeit“ propagieren die Autoren „eine Prise leckeren Humors“ als Teil unserer Authentizität: „Ziel der bewussten, gezielten humorvollen therapeutischen Umgangs ist es, normative Selbstverständlichkeiten in Frage zu stellen, alltägliche, unreflektierte Verhaltensweisen zu hinterfragen, ihren Sinn zu verändern, ihn zu verdrehen, umzukehren und so eine kognitive Spannung zwi-

schen der Selbstverständlichkeit der Alltagserfahrung und der Möglichkeit des Andersseins der Lebenswelt aufzubauen“ (S. 63) Dazu gehört **eine an Bildern und Metaphern reiche Sprache**. „So ist es möglich, die männlichen Bewältigungsprinzipien mit Geduld, Freundlichkeit und Humor nach und nach weich zu klopfen, sie auszuheben, ohne sie grundsätzlich zu verbieten, vielmehr darauf hinzuarbeiten, dass sich ihre Nutzlosigkeit von selbst ergibt.“

Von entscheidender Bedeutung ist es, jederzeit mit dem Klienten eine klare Übereinkunft, eine gemeinsame Vereinbarung für das therapeutische Vorgehen, für die Suche nach dem Selbst, zu haben. Darauf aufbauend kann der Therapeut sich vom Klienten eine explizite Erlaubnis für bestimmte Interventionen einholen. Und es „kann der Mann immer wieder auf die in der therapeutischen Situation feststellbaren Veränderungen hingewiesen werden, etwa hinsichtlich Ausdruck, Sitzhaltung, Stimme und Stimmung. Auch Veränderungen hinsichtlich des persönlichen Kontakts oder der eigenen Gefühle dem Mann gegenüber sollten diesem rückgemeldet werden, u ihn auf der für ihn so schweren Expedition bei der Stange zu halten.“ (S. 68)

Im weiteren nennen die Autoren im Kapitel „Männer-Sprechstunde – der therapeutische Umgang mit Männern“ auch als wichtigen Bestandteil die „**Arbeit mit dem inneren Jungen**, den wir versuchen, zur Sprache zu bringen“, denn dieser hat „zumeist noch einen recht guten Zugang zu den eigenen Impulsen und ihm werden Gefühle von Hilflosigkeit und Angst und Bedürfnisse nach Nähe und Schutz viel her zugebilligt“ (S. 89). Oft im Ablauf danach kann die **Arbeit mit dem Vater-Sohn-Subsystem** (S. 94) folgen, bei dem das „Fernweh zum Vater“ aufgegriffen wird zur Versöhnungsarbeit.

### Schwierigkeiten der Psychotherapie mit Männern

Im 4. Kapitel heißt es einleitend: „Zugespitzt kann mensch behaupten, dass die Therapiesituation von dem Mann nicht weniger verlangt, als dass er all das, was er in seinem bisherigen Leben gelernt hat, seine Werte und Normen, seinen Kommunikationsstil, seine Vorstellungen von Männlichkeit und seine Bewältigungsprinzipien, über Bord werfen soll, um dann in diesem Zustand der Orientierungslosigkeit sein Innerstes nach außen zu kehren“ (S. 109) Die Autoren erwähnen zuerst **Vorurteile von Männern** als Problem, dass schon vor dem Aufsuchen des Therapeuten auftritt, weiters **mangelnde Eigenmotivation**, sowie **falsche Erwartungen** und **den Kulturschock der therapeutischen Situation**, weil die Männlichkeitsanforderungen (zB Stoizismus) genau gegensätzlich zu den Psychotherapieanforderungen (zB Gefühlsausdruck) stehen.

Also tritt Widerstand (in verschiedenen Formen auf): Im „Versuch, dem unwirtlichen Dschungel zu entfliehen und wieder auf vertrautes Terrain zurückzugelangen“ arbeiten Männer mit verschiedenen Methoden:

- mit dem Versuch, **intellektuelle Debatten** loszutreten und den Therapeuten hier zu verstricken
- mit dem **scheinbaren Einlassen durch Verwenden von Schutzsätzen** wie „Ich habe einfach Angst vor Nähe!“. „Innerlich geht es diesen Männern wahrscheinlich wie dem Frankreichurlauber ohne Französischkenntnisse, der den Satz „Je ne parle pas francais!“ auswendig gelernt hat und bei jeder Verwendung hofft, dass das Gespräch damit beendet ist oder auf Deutsch weitergeführt wird“ (S. 125)
- mit dem **Macht- und Konkurrenzkampf mit dem Therapeuten**, um den für sie unerträglichen Machtunterschied in der Therapie auszugleichen oder umzukehren
- mit dem **Kneipen-Gespräch**: Alltagsunterhaltung zwecks Vermeiden von emotionaler Berührung oder auch **Geschichtenerzählen**, das nur selten Heldentaten, sondern häufig Protokolle eigener Misserfolge beinhaltet, jedoch weitschweifig und detailreich, so dass eigene Gefühle der Minderwertigkeit, Scham oder Hilflosigkeit nicht wahrgenommen werden müssen.

Die Überwindung des Widerstands kann durch Gewöhnung, positive Erfahrung und Erfolge in der Therapie erreicht werden. Die Rolle des Lernenden wird oft gerne angenommen, die „Selbstentdeckung“ begrüßt und mit Engagement und Lust betrieben. Dem Widerstand treten Übersetzen, Erklären, Verstehen des Widerstands, as Zeigen eigener Schwächen ua. entgegen. Und für Rückfälle in die Vermeidungsstrategien wird ein Nicht-Lockerlassen, das Terrier-Prinzip (S. 130) angeboten. Die Autoren beenden den Theorie-Teil zur Arbeit mit erwachsenen Männern mit ermutigenden Beschreibungen:

„Zum einen haben die meisten Männer nämlich die überaus angenehme Eigenschaft, nicht persönlich gekränkt zu sein, wenn mensch sie mitten in ihren völlig unpersönlich gehaltenen Ausführungen immer wieder mit der gleichen Anmerkung unterbricht, etwa mit der gebetsmühlenartig wiederholten Frage: „Wer ist ‚man‘? Meinen Sie sich selbst?“

Zum Zweiten haben die meisten Männer- auch wenn mensch es einigen nicht sofort anmerkt – ausgesprochen viel Sinn für Humor. Werden therapeutische Rückmeldungen also auf eine liebevoll-humorvolle Art und Weise gestalten, fällt es den Männern in der Regel nicht schwer, sie zu verstehen, anzunehmen und nach kurzer Zeit schon zu verinnerlichen (Klient: Ja, ja, Sie brauchen gar nicht so zu grinzen! Ich weiß schon – ich bin wieder am Geschichtenerzählen, stimmt's?“)

Auch die humorvolle Selbstbeschreibung des Therapeuten als Terrier oä erleichtert es den Männern, entsprechende Rückmeldungen anzunehmen. Und drittens – ganz entscheidend – ist das Terrier-Prinzip bei Männern deshalb so wirksam, weil die meisten von ihnen auf einer mehr oder weniger bewussten Ebene wissen, was sie tun. Viele Männer gucken einen schon nach der zweiten oder dritten humorvollen Konfrontation an wie ein Achtjähriger, der beim Apfelstehlen erwischt wurde, ganz genau weiß, was er getan hat, und nun versucht, mit seinem umwerfenden, jugenhaften Charme einer Bestrafung zu entgehen.“ (S 131)

## Psychotherapie mit Jugendlichen

Die Autoren sehen nahezu alle Bewältigungsprinzipien auch schon bei Jugendlichen ausgebildet und vielfach eine noch höhere Unwilligkeit gegenüber der Therapie. „Es muss im Erstgespräch gelingen, die jeweiligen Ängste und Vorbehalte, die der Jugendliche einer Psychotherapie entgegenbringt, zu identifizieren und zu thematisieren. Zudem muss dem Jugendlichen signalisiert werden, dass seine persönlichen Grenzen in jedem Fall respektiert werden, denn so gut wie alle männlichen Jugendlichen kommen mit der Erwartung, dass hier etwas Schwieriges, Bloßstellendes, Unangenehmes oder gar Unmögliches von ihnen verlangt wird.“ (S. 138) Es müsse daher bei Jugendlichen das Terrier-Prinzip zugunsten „einer Art „**Bernhardiner-Prinzips**“ ersetzt werden, bei dem die Nicht-Beschädigung der therapeutischen Beziehung und der Therapiemotivation stets Vorrang hat vor weitergehenden therapeutischen Ambitionen.“ (S. 139)

Sie betonen die Notwendigkeit von Respekt und Verständnis für Verwirrung und Unsicherheit beim jugendlichen Klienten und den Bedarf an laufender Ermutigung: „Es ist natürlich völliger Quatsch so zu tun, als wäre der Stuhl dort dein Vater, aber das hier ist ja Therapie, da dürfen wir jeden Blödsinn machen – und außerdem sieht uns ja keiner!“ Auch die Grenzen der Selbstbetrachtung sollen stets transparent gemacht und respektiert werden, aber auch „jeder noch so kleine Schritt der Selbstöffnung Anlass für den Ausdruck von Wertschätzung und Respekt sein. Die Gefahr, als weitgehend ‚durchreflektierter‘ Psychotherapeut den Blick für die enorme Bedeutung solcher Vorstöße für den Jugendlichen zu verlieren, ist sicher nicht zu unterschätzen.“

Empfohlen wird **Methodenvariabilität** und eine **Rollenflexibilität** („Motor der Selbstreflexion des Jugendlichen, erwachsenes Verhaltensmodell und männliche Identifikationsfigur, auch Drogen- und Sexualaufklärer, Anti-Gewalt-Trainer, psychologischer Experte, Ratgeber und manchmal auch einfach nur Klagemauer“ S. 143)

Mir hat zum Schluss – seit kurzem als Bewährungshelfer mit vielen, jugendlichen Klienten konfrontiert – gutgetan zu lesen: „Selbst wenn beim Jugendlichen also keine unmittelbare Symptombesserung oder Verhaltensänderung auftritt, er aber das Gespräch als Möglichkeit zur emotionalen Entlastung, zur Konfliktbewältigung oder Gedankenaustausch kennen und schätzen gelernt hat, kann durchaus von einem therapeutischen Erfolg gesprochen werden. Dies gilt umso mehr, wenn die positive Therapieerfahrung dazu beigetragen hat, dass der Jugendliche ein gewisses Vertrauen in die (Erwachsenen-)Welt zurückgewonnen hat.“ (S. 140)

Mai 2012

Erwin Hayden-Hohmann

### Weitere Literaturhinweise:

- Meth, Richard L. und Pasick, Robert S., **Mut zur Veränderung – Männer in der Therapie** (Mainz 1992)
- Bönisch Lothar, Winter, Reinhard, **Männliche Sozialisation – Bewältigungsprobleme männlicher Geschlechtsidentität im Lebenslauf** (Juventa Verlag 1993)