

Richard

SCHNEEBAUER

MÄNNER

SCHMERZ

DER
MÄNNER-
KENNER

Was Männer verletzt

GOLDEGG

Richard Schneebauer

Männerschmerz

Leseprobe
@Goldegg Verlag

Richard Schneebauer

MÄNNER- SCHMERZ

Was Männer verletzt

 **GOLDEGG
VERLAG**

Bildrechte Autorenfoto: Udo Titz

Bildrechte Umschlag: Alexandra Schepelmann/donaugrafik.at

Alle Rechte, insbesondere das Recht der Vervielfältigung und Verbreitung sowie der Übersetzung, vorbehalten. Kein Teil des Werks darf in irgendeiner Form (durch Fotokopie, Mikrofilm oder ein anderes Verfahren) ohne schriftliche Genehmigung des Verlags reproduziert werden oder unter Verwendung elektronischer Systeme gespeichert, verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

Der Autor und der Verlag haben dieses Werk mit höchster Sorgfalt erstellt. Dennoch ist eine Haftung des Verlags oder des Autors ausgeschlossen. Die im Buch wiedergegebenen Aussagen spiegeln die Meinung des Autors wider und müssen nicht zwingend mit den Ansichten des Verlags übereinstimmen.

Der Verlag und seine Autoren sind für Reaktionen, Hinweise oder Meinungen dankbar. Bitte wenden Sie sich diesbezüglich an verlag@goldegg-verlag.com.

Der Goldegg Verlag achtet bei seinen Büchern und Magazinen auf nachhaltiges Produzieren. Goldegg Bücher sind umweltfreundlich produziert und orientieren sich in Materialien, Herstellungsorten, Arbeitsbedingungen und Produktionsformen an den Bedürfnissen von Gesellschaft und Umwelt.

ISBN: 978-3-99060-276-8

© 2022 Goldegg Verlag GmbH
Friedrichstraße 191 • D-10117 Berlin
Telefon: +49 800 505 43 76-0

Goldegg Verlag GmbH, Österreich
Mommengasse 4/2 • A-1040 Wien
Telefon: +43 1 505 43 76-0

E-Mail: office@goldegg-verlag.com
www.goldegg-verlag.com

Layout, Satz und Herstellung: Goldegg Verlag GmbH, Wien
Printed in the EU

*» Wir brauchen einen bewussteren und
ausgewogenen Umgang mit dem Männerschmerz:
dem Schmerz, den Männer ausüben und
dem Schmerz, den sie erleiden.«*

RICHARD SCHNEEBAUER

Leseprobe
@Goldegg Verlag

Leseprobe
@Goldegg Verlag

Inhaltsverzeichnis

Welcome	9
Ein paar Worte zu Beginn	9
Mein Weg in die Männerforschung	11
There Is A War – Still It Is	17
Was den uralten Kampf der Geschlechter heute prägt ..	17
Wie dem Geschlechterkrieg begegnet werden kann	29
Hurt	35
Nicht das Maß aller Dinge: Wenn die traditionelle Männlichkeit verblasst	35
Was macht einen ganzen Mann wirklich aus?	40
Look At The Man In The Mirror	47
Willst du die Welt verbessern, beginne bei dir selbst	47
Die Schattenseite der Männlichkeit: der Hang zur Gewalt	53
Wenn Männer gemeinsam Verantwortung übernehmen	65
War	73
Willst du wissen, wer du bist, blicke zurück	73
Wo komme ich als Mann her?	82
A Man's World	95
Warum Männer von der Kritik am Patriarchat profitieren	95
Brauchen wir das Patriarchat?	104
Workingman's Blues	113
Die ausgenutzte Manneskraft	113
Wer bin ich ohne Arbeit?	121

House Of Pain	131
Viel Schmerz im Männerherz	131
Tabu 1: Jungen und Männer als Opfer weiblicher Gewalt	135
Tabu 2: Jungen und Männer als Opfer männlicher Gewalt	141
Solidarität mit und unter Männern	151
 Loneliness And Scream	 157
Die Auswirkungen des unterdrückten Männerschmerzes	157
Männliche Strategien der Gefühlsabwehr	160
 The Reeling Twilight	 175
Sich selbst neu kennenlernen in der Dämmerung	175
In das eigene Selbst eintauchen	178
 See You	 187
Ein paar Worte zum Schluss	187
 Über den Autor	 189
 Quellenverzeichnis	 191

Welcome

Ein paar Worte zu Beginn

Als Männerberater beschäftige ich mich seit mehr als zwei Jahrzehnten hauptberuflich mit dem Innenleben und dem Verhalten von Männern. Dabei fällt mir auf, dass sie immer früher zu mir kommen –, noch bevor ihr Leben vollständig in Trümmern liegt. Immer mehr Männer suchen also immer früher ein offenes Gespräch mit einem Mann, um sich mit sich, ihren Problemen und ihrem Leid auseinanderzusetzen. Das ist doch eine schöne Entwicklung.

Doch ich stelle auch fest: Nicht nur ihre Bereitschaft, auch der Druck auf Männer, sich selbst zu hinterfragen, steigt. Frauen, die zunehmend an Stärke gewinnen, stoßen diese Veränderung vor allem an. Gleichzeitig entstehen immer mehr Angebote speziell für Männer, und auch medial werden sie zunehmend thematisiert. Ihr Verhalten und ihre Rolle werden auf den Prüfstand gestellt. Ausgewogen ist das jedoch selten. Der Tenor dabei ist eindeutig: Männer sind ein privilegiertes Auslaufmodell, außerdem sind sie meist gefühllos, übergriffig und eine Gefahr für ihr Umfeld, speziell für Frauen. Stehen Männer auf und berichten ihrerseits von Verletzungen, die ihnen zugefügt wurden (vielleicht sogar von Frauen), kommt das meist wie ein Gegenschlag, eine Rechtfertigung oder wie ein Wettlauf um den größeren Opferstatus daher – oder wird sofort dahingehend ausgelegt.

In der Beratung von Männern begegnet mir mehr Aus-

gewogenheit. Hier zeigt sich die ganze Palette männlichen Lebens. Die Verantwortungsübernahme, etwa für gewalttätiges Verhalten, und die Selbstreflexion sind natürlich ein wichtiger Bestandteil meiner Arbeit und dieses Buches. Eine unverstellte Sicht auf die Wirklichkeit braucht jedoch auch ein Schlaglicht darauf, was Männer verletzt. Männer sind nicht nur Täter, sondern auch Opfer.

Um alle Geschlechter besser verstehen zu können und eine bessere Zukunft für alle zu erschaffen, müssen wir neben den Verletzungen der Frauen auch die der Männer näher betrachten. Daher will ich mit diesem Buch einen Beitrag zu einem bewussteren und ausgewogenen Umgang mit dem Männerschmerz leisten: dem Schmerz, den Männer ausüben und dem Schmerz, den sie erleiden. Nur wenn wir beide Seiten beachten und verständnisvoller für die schmerzvollen Anteile der Männer werden, können wir einen besseren Umgang unter uns Männern, aber auch mit den Frauen pflegen. Wir können außerdem leichter und angstfreier jene Menschen akzeptieren, die sich nicht exakt dem einen oder dem anderen Geschlecht zuordnen.

Die Musik hat auch dieses Buch unterwandert, wie zuvor bereits meine Bücher *Männerabend* und *Männerherz*. Vielen Menschen verschafft Musik einen direkten Zugang zu ihren Gefühlen. Sie kann nicht nur unsere gegenwärtige Stimmung beeinflussen, sondern auch früher Erlebtes wachrufen. Sie kann helfen nachzufühlen, uns auszurücken und Unangenehmes zu bewältigen. Die ausgewählten Songs, die jedem Kapitel vorangestellt sind, vermitteln Gefühle und erzählen Geschichten. Sie sollen unterstützen, uns offener und berührbarer in das jeweilige Thema eintauchen zu lassen. Ich hoffe, dass auch Sie durch die Musik zusätzlich angeregt werden, sich dem Männerschmerz zuzuwenden.

Richard Schneebauer

Mein Weg in die Männerforschung

Anfang der 1990er-Jahre begann ich, gerade einmal volljährig, mein Soziologie-Studium. Das menschliche Zusammenleben, seine wirtschaftlichen, rechtlichen, vor allem aber seine sozialen Gegebenheiten breiteten sich nach und nach vor mir aus. Die Inhalte interessierten mich sehr, auch wenn ich zu Beginn mit der Theorielastigkeit einige Schwierigkeiten hatte. Der Großteil meiner Studienkolleginnen waren Frauen, wie mir nach und nach zu Bewusstsein kam, die Professoren allerdings waren zum größten Teil Männer.

Anders als in sonstigen Situationen, etwa in der Freizeit mit Freunden, erlebte ich mich in vielen Gruppenarbeiten auf der Universität eher passiv, unsicher und besonders in Diskussionen mit den Kolleginnen zumeist argumentativ unterlegen. Ganz besonders kam dies in den Lehrveranstaltungen zum Tragen, die Ergebnisse der Frauenforschung behandelten. Als einer von wenigen jungen Männern im voll besetzten Hörsaal lauschte ich also auch frauenemanzipatorischen Themen wie Männerprivilegien, Männergewalt an Frauen oder die finanzielle und machtpolitische Ungleichheit. Dabei überkam mich immer wieder ein komisches Gefühl. Zum einen gab es viel Verständnis und Mitgefühl für die Seite der Frauen. Wie viele meiner Kollegen hatte mich beim Aufwachsen viel Weiblichkeit umgeben, die Männer hingegen, weil kaum anwesend, waren eher ein Mysterium geblieben. Dass meine Mutter mit ihrer Rolle als Hausfrau nicht immer glücklich war, bekam ich mit, wie es meinem Vater in seiner Arbeit ging, weniger.

Die Aussagen und die Bedeutung der soziologischen Forschungsergebnisse leuchteten mir ein, doch es regte sich ein »Ja schon, aber«-Gefühl in mir, das ich nicht genau benennen und daher auch mit niemandem teilen konnte. Ich hätte es auch als Verrat an der Frauensache empfunden. Weder hatte ich irgendwelche besonderen Sichtweisen und

Argumente, noch hätte ich auch nur den Anflug einer Chance gesehen, mit den Studienkolleginnen in eine verbale Auseinandersetzung darüber gehen zu können und ihnen zu entgegenen, wo mir ihre Darstellungen zu einseitig erschienen.

Eine Teilzeitstelle, die ich neben meinem Doktoratsstudium antrat, führte mich wenige Jahre später in die Männerberatung. Hier kümmerten sich also Männer um die Probleme von Männern. Hier fühlte ich mich auf Anhieb wohl. Schlagartig war dieses Gefühl von damals wieder gegenwärtig, und ich erkannte nun, was es bedeutet hatte und wie ich damit intuitiv richtig lag: Es war und ist von großer Bedeutung, genauer hinzusehen, wie es den Frauen geht, und (und, nicht aber!) es ist ebenso wichtig zu erkennen, wie es den Männern geht. Eine persönliche Befreiung und eine leidenschaftliche berufliche Reise, die mein ganzes Leben durchdringen sollte, hatte mit dieser Erkenntnis begonnen.

Später wurde mir klar, dass ich mit den Studienkolleginnen nicht nur aufgrund meiner eigenen mangelnden Kenntnisse und Reife kaum in den Diskurs hätte eintreten können. Das Thema Männer, Männerforschung und Männerberatung war damals gesellschaftlich noch nicht präsent, weil Männer bis dahin immer noch als die Norm galten. Dass es für eine Ausgewogenheit zwischen den Geschlechtern die Auseinandersetzung von und mit beiden Geschlechtern braucht, wurde mir zunehmend klarer. Ebenso, wie wichtig Männer waren, die sich dieser Themen annahmen. Zur selben Zeit wurden erste Befunde dieser beginnenden Auseinandersetzung, wie etwa die erschreckenden Gesundheitsdaten von Männern, in einer breiteren Öffentlichkeit diskutiert.

Ich absolvierte diverse Zusatzausbildungen und wuchs immer stärker in die individuelle Lebensberatung von Männern hinein. Die Arbeit im Männerteam genoss ich sehr. Zu dieser Zeit erhielten unterschiedliche Männer- und Väterprojekte Fördergelder, ich erarbeitete erste Vorträge zur

Männerthematik und engagierte mich für die Arbeit mit Männern in Unternehmen. Der Soziologie blieb ich treu und ich schätzte ihren theoretisch-analytisch geprägten Blick auf die Materie.

Wieder einige Jahre später hielt ich Vorlesungen zum Thema Männerforschung und kam so mit eigenen Vorträgen an das Institut zurück, an dem ich Jahre zuvor als zurückhaltender Student der Frauenforschung gelauscht hatte. Ich stand vor etwa achtzig jungen Studentinnen und kaum zehn Studenten und sprach über die Themen Männerforschung, Väterforschung und Männerberatung. Das war damals noch so ungewöhnlich, dass es zwei Vormittage brauchte, bis der Großteil der mitunter sehr kämpferisch-feministischen Studentinnen verstanden hatte, dass hier kein »Retraditionalisierungsprogramm« für Männer vorgetragen wurde. Und dass ich vielleicht doch nicht das Feindbild war, sondern ein möglicher Mitsstreiter auf dem Weg zu echter Gleichberechtigung – nur hatte ich eine ungewohnte andere, eine männerbezogene Perspektive. Die engagiertesten jungen Frauen hatten mich am Ende immerhin akzeptiert. Viele zeigten sich interessiert, verstanden bisweilen die Situation ihrer Väter und Brüder besser oder begannen sogar, mir ihre Wahrnehmung auf Männer zu schildern und sich mehr in sie hineinzusetzen.

Feministisch Kämpfende könnten hier anmerken: Das taten und mussten Frauen immer – die Welt aus den Augen der Männer sehen und in einer auf Männer ausgerichteten Welt leben. Ihnen sei gesagt: Ja, das stimmt. Wir brauchen dennoch immer mehrere Sichtweisen, um gut unseren Standort finden zu können. Das bedeutet auch, einen anderen Blick auf Männer einzunehmen.

In den Pausen kamen einige der männlichen Studenten auf mich zu und äußerten sich zustimmend zu den Lehrveranstaltungsinhalten. In den Diskussionen während der Vorlesung beteiligte sich allerdings keiner dieser jungen Männer.

Als ich sie darauf ansprach, meinte einer »Puh, da würdest du dir etwas anfangen! Da halte ich mich lieber zurück«, und es wurde gelacht. Dieses Lachen hatte einen unsicheren Ausdruck, aber auch einen Anflug davon, sich über – von Männern bisweilen als übertrieben, dominant und emotionsgeladen empfundenen – weiblichen Wortschwall lustig machen. Es war wohl ein Versuch, die eigene Stabilität wiederherzustellen. Scheinbar hatte sich seit meiner Studienzeit noch nicht viel verändert. Durch diese Erfahrung wurde mir meine eigene, oben beschriebene Rolle rückblickend noch viel deutlicher.

Tatsächlich braucht es sehr viel Feingefühl und Selbstreflexion, um einigermaßen selbstbewusst seine eigene Position im Geschlechterkampf zu finden – eine Position, die weder zum Gegenschlag ausholt noch einfach nur einknickt. Vermutlich geht es vielen Männern heute beruflich und privat immer noch so wie mir und den Studenten damals. Das könnte auch erklären, was Frauen aus Unternehmen aktuell häufig berichten: Während in Besprechungen mittlerweile erkennbar auf Augenhöhe zusammengearbeitet wird, stehen die Männer in den Pausen oft zusammen, witzeln und machen subtil sexistische Anspielungen über die Kolleginnen. Das ist leider immer noch die Art vieler Männer, mit dem neuen, durchaus zur Kenntnis genommenen Anspruch der Frauen, den dadurch ausgelösten Gefühlen und dem schmerzhaften Teil eines gefühlten Verlusts umzugehen, um ihr eigenes Terrain abzugrenzen.

Es ist eine Herausforderung für die Männer von heute, mit den Veränderungen im Geschlechtergefüge richtig umzugehen – ohne Machogehabe und ohne gefühlte Selbstverleugnung. Wie es ihnen dabei wirklich geht, wird erst in jüngster Zeit ein klein wenig zum Thema. Der allgemeine Fokus liegt auf den nach wie vor bestehenden Hürden für Frauen und deren Ringen um Gleichberechtigung.

Der Krieg zwischen den Geschlechtern ist eine zwei-

schneidige Angelegenheit. Männer beherrschen, missbrauchen, kontrollieren und beschädigen seit ewigen Zeiten das Leben von Frauen und geben ihnen oft das Gefühl, weniger wert zu sein. Frauen missbrauchen verbal, psychologisch, emotional und auch psychisch, sie manipulieren und geben Männern bisweilen das Gefühl, riesige Arschlöcher zu sein. Beide Parteien schenken einander dabei wenig und verfrachten die Schuld auf die gegnerische Seite. Doch hinter diesem Kampf schlummert eine starke Anziehung, viel Liebe und eine große Sehnsucht nach einem guten Miteinander.

Mit dem Songwriter Leonard Cohen und seinem Song *There Is A War* will ich zu Beginn dieses Buches einen Aufruf starten: Kommt alle her, kämpft mit, bringt eure eigene Last mit und lasst uns ein Stück gleicher werden! Ausreichend unterschiedlich, damit es spannend bleibt, sind wir danach immer noch – sowohl von unserer Anlage als auch als einzigartige Individuen. Bestimmt können wir mit einer derartigen Selbstschau und einer neuen Form der bewussten Begegnung viel über uns als Männer und Frauen lernen und auch jene Menschen besser sehen und als Bereicherung empfinden, die sich nicht klar dem weiblichen oder männlichen Geschlecht zuordnen.

Die Frage nach der geschlechtlichen Identität ist mit der sogenannten »Genderdebatte« gesellschaftlich hochaktuell. Die traditionelle Männerrolle wird hinterfragt und die der Frau erweitert. Ebenso umkämpft ist die Akzeptanz und die Stärkung der Rechte von Menschen, die in ihrer Geschlechtsidentität und/oder sexuellen Orientierung von der Heteronormativität abweichen. Wer sich selbst gut kennt, muss im Kontakt mit anderen Menschen weniger angstbehaftet um seine eigene Identität bangen, kommt mit sich und dem geschlechtlichen Gegenüber viel besser klar und muss darüber hinaus auch weniger Vorbehalte gegenüber jenen haben, die in ihrer Geschlechtsidentität von der zweigeschlechtlichen

Norm abweichen oder für sich selbst keine klare Zuordnung als passend empfinden.

Voraussetzung für mehr Verständnis, Toleranz und Frieden zwischen den Geschlechtern ist, dass wir Männer Verantwortung übernehmen und uns mehr mit unserem Schmerz beschäftigen: mit dem, den wir verursachen und dem, den wir erleiden. So müssen wir nicht in gegenseitigen Anschuldigungen hängen bleiben, sondern können uns mit mehr Bewusstsein um unsere Verletzungen kümmern, uns solidarisieren und gegenseitig stärken, uns selbst ermächtigen und auf eine neue Art mit Frauen Frieden schließen.

Leseprobe
@Goldegg Verlag

There Is A War – Still It Is

Was den uralten Kampf der Geschlechter heute prägt

Angetrieben von einer beschwingten Gitarre und einer stampfenden Perkussion, beschreibt Leonard Cohen auf seinem Album *New Skin For The Old Ceremony* aus dem Jahr 1974 den Kampf der Geschlechter. Im Song *There Is A War* werden gleichzeitig die polarisierenden Auseinandersetzungen jener Zeit thematisiert: Schwarz gegen Weiß, Links gegen Rechts, Arm gegen Reich – und diejenigen, die den Geschlechterkrieg propagieren gegen jene, die behaupten, dass es diesen Krieg gar nicht gibt.

Der Protagonist des Songs ist ein Mann, der scheinbar gar nicht kämpfen will. Er wirkt irritiert und realisiert, dass seine Geliebte ihn gerade benutzt hat, um ihre Bedürfnisse zu befriedigen. Er will wie früher ein Gentleman sein, dem alles zufliegt. Er ist nicht geübt im Ringen mit den Frauen. Er ist ein Mann, der nicht so recht weiß, wie ihm gerade geschieht. Im Refrain wird er, einer Predigt gleich, mit einer Flut unterschiedlicher und durchaus bizarrer Argumente immer wieder aufgefordert, aufs Schlachtfeld zu ziehen. »*Warum kommst du nicht zurück in den Krieg? Sei kein Tourist!*«, singt Cohen, »*Es muss dir nicht peinlich sein, lass uns alle nervös werden*«. Auf jeden Fall soll er mitkämpfen und sich nicht einfach wegstehlen! Man kann immer noch heira-

ten, heißt es da, aber dieser Kampf muss gefochten werden. Damit bleibt die Spannung im Song – wie auch in der thematisierten Beziehung zwischen den Geschlechtern. Scheinbar braucht eine lebendige Gesellschaft Kampfesstimmung, der man sich nur schwer entziehen kann. Den Schlusspunkt des Songs setzt der Aufruf: »*Nimm deine eigene kleine begrenzende Last mit aufs Feld und lasst uns gleich werden!*«

Was dominiert hier eigentlich? Der Geschlechterkrieg? Der Aufruf zum Kampf? Oder doch die Unlust daran, sich gegenseitig zu bekriegen und auszunutzen? Nervt der Rollenzwang oder der zwanghafte Rollentausch? Sollen wir weiterkämpfen, und wenn ja, wer ist eigentlich der Feind? Oder ist es jetzt an der Zeit, unsere eigene Belastung in Angriff zu nehmen und uns mehr um uns selbst zu kümmern? Gibt es Hoffnung auf Frieden? Ist es erstrebenswert, dass wir alle, Frauen wie Männer, gleich oder gar eins werden?

Lässt man sich darauf ein, bemerkt man schnell, wie hochaktuell dieser Song aus den 1970er-Jahren heute noch ist. Er spiegelt uns ein Wechselbad an inneren und äußeren Kämpfen, die individuell und gesamtgesellschaftlich nach wie vor ausgefochten werden. Er wirbelt alten Staub auf, der uns in der Gegenwart immer noch die Sicht trübt. Trotz aller Veränderungen wird seit ewigen Zeiten immer wieder auf die gleiche Trommel eingeschlagen, stehen einander immer wieder dieselben Gegner gegenüber. Die menschliche Entwicklung geht offenbar spiralförmig vor sich: Auf dem Weg nach oben begegnen wir immer wieder denselben Themen, die wir schon abgeschlossen zu haben glaubten.

Ich schreibe diese Zeilen, während sich die *Black-Lives-Matter*-Bewegung, angefacht durch Polizeigewalt gegen Schwarze in den USA, wieder einmal aufbäumt und gegen den allgegenwärtigen Rassismus weltweit Zeichen setzt. Die letzten Worte eines Mannes, der von einem weißen Polizisten erdrückt wurde, hallen in alle Welt und geben ein Grundgefühl vieler Schwarzer wieder: »*I can't breath!*« Die aufge-

staute Wut entlädt den tiefen Schmerz von Generationen in Form von Demonstrationen, die häufig in Straßenkämpfen enden. Auch in Europa rückt damit das Thema Rassismus wieder mehr in den Fokus.

Es ist auch die Zeit, in der rechtsgerichtete Gruppen sich in neuem Selbstbewusstsein formieren. Sie äußern ihre Wut in militanter Form und richten ihre rückwärtsgerichtete, egozentrische, wehrhafte Idee von Männlichkeit gegen beinahe alles und jeden. Reinrassigkeitsdenken stößt sich am Fremden ebenso wie an der – ihrer Ansicht nach – heute völlig verweichlichten Männlichkeit. Die Linke erstarkt in diesem kapitalistischen Jeder-gegen-Jeden-Klima und ist ebenso kampfbereit, für Gleichheit einzustehen, die sie auf Kosten individueller Freiheit einsetzen will. Damit ist der Kampf Links gegen Rechts wieder hell entbrannt und verunsichert große Teile der Gesellschaft. Die Spaltung Amerikas spitzt sich seit vielen Jahren immer mehr zu. Eine aktuelle gesellschaftliche Spaltung hat Leonard Cohen noch nicht beschrieben: geimpft oder ungeimpft.

Die Armen werden nach wie vor ärmer und die Reichen reicher; auch das spaltet, selbst wenn es auf dieser Welt schon Zeiten gab, in denen noch viel mehr Menschen hungern mussten als heute. Die soziale Kluft birgt wieder einmal eine große Sprengkraft in sich, allerdings zieht sie heutzutage globale Kreise. Fakt ist, dass einige reiche, größtenteils weiße Männer starke finanzielle Macht und damit immensen Einfluss haben und die daraus resultierenden Spannungen, etwa durch die Flüchtlingsbewegungen, zunehmen.

In unserer informationsgefluteten Gesellschaft, in der sich alle, die Zugang haben, mit ihren Meinungen weltweit vernetzen können, spitzen sich auch die Kämpfe unterschiedlicher Ansichten zu. Wie im Cohen-Song behaupten einige, dass es Krieg gibt, und andere, die vehement das Gegenteil vertreten. Ein aktueller Meinungskrieg tobt um die Frage, ob wir eine Pandemie haben oder nicht, ob das Virus als

große gesundheitliche Bedrohung der Menschheit einzustufen ist und dadurch Einschnitte in die individuelle Freiheit zu befürworten sind, die bis vor Kurzem unvorstellbar gewesen wären. Die eine Seite tritt für die Impfung ein, stuft alle anderen als unverantwortlich ein und kämpft gegen jene, die andere Mächte dahinter zu erkennen glauben, das Virus als vorgeschoben und gar nicht als so gefährlich betrachten, die ihren Körper nicht einem Impfexperiment aussetzen wollen. Auch die Klimakrise hat ihre Mahner und noch immer ihre Leugner, und bietet damit viel Anlass zum Kampf.

Es ist der ewige Kampf: Gut gegen Böse. Jeder definiert sich dabei als der Gute und ist schnell gewillt, die jeweils andere Seite abzuwerten und zu bekämpfen. In diesem Buch richte ich den Fokus allerdings auf den Kampf der Geschlechter und im Besonderen auf den Zustand und auf das Handeln der Männer.

Die treibende Kraft im Ringen der Geschlechter erkenne ich in den Frauen. Seit vielen Jahrzehnten beanstanden sie, dass das Ideal der Gleichheit aller Menschen nicht mit ihren weiblichen Alltagserfahrungen übereinstimmt. Daher werden konkrete Zustände, in denen sie diese nach wie vor nicht als eingelöst erleben, angefochten, und es wird auf unterschiedlichste Weise für Gleichberechtigung gekämpft. In vielen Kulturen gibt es mittlerweile erstarkte und geübte Kämpferinnen für Frauenrechte. Sie hinterfragen, meist gebildet und gut ausgebildet, sich selbst und ihre Situation. Individuell wie strukturell bringen sie damit einen Wandel in die Gesellschaft, dem in diesen Tagen niemand so einfach entkommt. Ihre Argumente scheinen zunehmend Gehör zu finden und dadurch immer besser zu greifen. Laut und prägnant beanstanden sie finanzielle Ungleichbehandlung, Gewalt und Ausgrenzung von bestimmten Bereichen. Tatsächlich liegt immer noch viel im Argen, wählen zu viele Männer Unterdrückung und Gewalt oder deren Androhung als Mittel ihrer Selbstbehauptung, aus Angst vor den Gefühlen, die

eine Begegnung auf Augenhöhe in ihnen auslösen würde. So tief sitzen alte Herrschaftsbilder, so schnell fühlen sie sich Frauen gefühlsmäßig ausgeliefert. Immer häufiger erleben Männer mittlerweile ein individuelles und vergesellschaftetes »*Stopp, so nicht!*« Frauen werden dadurch eigenständiger, von Männern unabhängiger und lassen sich mit gesetzlichen Grundlagen und staatlichen Hilfsangeboten im Rücken immer weniger gefallen. Ihr Aufstehen hat enorme Umwälzungen im Gefüge der Geschlechter in Gang gebracht. Dieser Umbruch hält weiter an. Frauen suchen beständig nach einem neuen Selbstverständnis und setzen damit jenes der Männer unter starken Veränderungsdruck.

Die kämpferischsten Feministinnen sehen in diesem Kampf um Gleichberechtigung nach wie vor den Mann als Gegner, als den mächtigen Bösen oder zumindest als Verhinderer. Sie wännen sich nicht allgemein vom gesellschaftlichen System unterdrückt, sondern von der Herrschaft der Männer, die immer noch weitgehend über dieses System entscheiden. Demnach sehen sie einen strategischen und einen psychologischen Machtkampf, den die Männer ihrer Ansicht nach immer noch gewinnen, weil ihnen per Geschlecht eine privilegierte Vorangstellung eingeräumt wird. Sie transformieren diese Hilflosigkeit in Lautstärke und bisweilen wütende Aufrufe. Damit bringen sie Diskussionen in Gang, die Männer zunehmend in Erklärungsnot bringen. Und dadurch haben sie in den letzten Jahrzehnten einiges an Terrain gewonnen.

Der Feminismus ist heute viel breiter, differenzierter und mittlerweile ein selbstverständlicher Teil unserer Gesellschaft geworden. Er wird in der Popkultur ebenso sichtbar wie in der Politik und durchdringt damit unser aller Leben. Er kämpft für Gleichberechtigung und Selbstermächtigung der Frauen, und das nicht mehr nur ausschließlich gegen die Männer. Bisweilen bizarr muten jene jungen Frauen an, die mit aufreizend körperbetonten, unterwürfigen Gesten spie-

len, Männer auf diese Weise für ihre Zwecke manipulieren wollen und sich feministisch nennen. Viele Männer wissen, dass der attraktiv verpackte Köder seinen schmerzvollen Haken nur versteckt. Eine vermeintlich leichte Beute, die dem Mann eine alte herrschaftliche Sicherheit vorspielt und schnell zur männerverzehrenden Jägerin mutiert. Die Anziehungskraft ist meist oberflächlich. In der Tiefe stößt das Männer ebenso ab wie Frauen die aufpolierten Männer verachten, die ihnen alles recht machen wollen.

Mittlerweile kommt die Frauenbewegung kraftvoll, bunt und vielschichtig daher. In ihrem Fortkommen erleben sich die Frauen allerdings sehr stark von der meist als mangelhaft und träge empfundenen Entwicklung auf Männerseite abhängig. Sie fragen sich: *Können die Männer nicht kapierten, was sie uns angetan haben und immer noch antun? Können wir im Alltag nicht endlich die gleichen Chancen und Rechte bekommen wie die Männer? Wäre unsere Welt nicht eine bessere, wenn die Männer nicht alles mit ihrem Gebabe und ihren Machtkämpfen zerstören würden?* Manchmal galoppieren sie gleich weiter und meinen, die Welt wäre besser, würde sie von Frauen regiert werden. Als besonders schlimm werden die alten und weißen Männerexemplare eingestuft, die sich veränderungsresistent an ihre Macht klammern. Generell müssen Frauen aus Sicht des Feminismus weiter gefördert, unterstützt und geschützt werden. Aus seiner Sicht ist es nicht mehr hinzunehmen, dass Männer immer noch in so vielen Bereichen ihre Macht ausspielen und den Ton angeben.

Es gibt sie schon, und sie werden immer mehr: Frauen mit einem sehr starken Selbstverständnis. Sie machen niemanden, auch nicht die Männer, für ihr – häufig privilegiertes – Leben verantwortlich. Die bekannte deutsche Schauspielerin Heike Makatsch äußert sich dazu in der ZDF-Interview-Reihe *Film Frauen 2020*: »*Natürlich sind wir eigentlich das coole Geschlecht, ist doch klar. So sehen es je-*

denfalls meine Töchter. Die Männer tun ihnen ein bisschen leid, wahrscheinlich, weil sie einfach abgehängt werden. Da wächst eine neue Generation heran mit einem noch stärkeren Selbstbewusstsein, mit noch mehr Selbstverständnis, mit noch mehr »Warum sollte ich denn weniger als du? Ist ja wohl ein Scherz!« Tatsächlich äußern viele Frauen Mitleid mit den Männern. Sie meinen es wohl gut mit ihnen, verkennen dabei allerdings, dass das von oben herabkommt. Ihrer Meinung nach haben es die Männer heutzutage nicht leicht. *»Die wissen ja überhaupt nicht mehr, wie sie sein sollen. Wie die dreinschauen und sich alles gefallen lassen müssen von den Frauen. Das kann auf Dauer nicht gut gehen, wenn die Frauen die Hosen anhaben«*, so die weit verbreitete Sichtweise von Frauen, die mir immer wieder begegnet. Oft haben diese Frauen ein Leben lang ihren Mann gestärkt und so selbst ihren Platz und ihre innere Lebenshaltung gefunden. Nun haben sie mit diesen Aussagen als Mütter ihre Söhne und deren Beziehungen im Blick. Es ist schwer mitanzusehen, wenn der Sohn es der potenziellen Schwiegertochter hauptsächlich recht machen will. Diese Ansicht der bemitleidenswerten Männer ist zwar wieder recht einseitig, trifft aber bei vielen Frauen einen Nerv. Schließlich gibt es tatsächlich nicht mehr nur die männliche Machtelite, die sich von Frauen zuarbeiten lässt. Viele Männer versuchen es heute, in Abgrenzung zum Verhalten des eigenen Vaters und Großvaters, irgendwie anders und damit vermeintlich richtig zu machen. Eingezwängt in die neuen gesellschaftlichen Erwartungen und die eigenen Ansprüche mühen sie sich ab, ein guter »neuer Mann« zu sein.

Voller Mitleid und genervt ob der schwächelnden Männer sind aber nicht nur deren Mütter, auch viele Ehefrauen meinen, dass sie das Verhalten ihrer Männer bisweilen richtig auf die Palme bringt. Sätze wie *»Wäre schon gut, mal wieder einen richtigen Mann zu Hause zu haben, nicht so einen jämmerlichen Schlappschwanz, der nicht weiß, was*

wann zu tun ist, der mal wieder selbst etwas entscheidet und dafür geradesteht«, sind keine Seltenheit unter Frauen. Wer ehrlich hinschaut, bemerkt, dass wir alle nach wie vor voller vorgefertigter innerer Bilder über starke Männer und sich unterordnende Frauen sind.

Die Frauen befreien sich also seit Jahrzehnten und bringen damit das Geschlechtergefüge gehörig durcheinander. Ich finde: Das ist gut so! Eine Frage, die dabei allerdings immer drängender wird, ist, wie eine klare und authentische Antwort der Männer auf diese Entwicklung aussehen kann. Eine Entwicklung, die nicht auf alte Muster zurückgreift, sondern auf einem neuen, tiefen Selbstverständnis fußt und Gleichberechtigung als Chance für beide Geschlechter sieht. Auf Männerseite überwiegt nach wie vor eine tief liegende Irritation, wie bei dem Mann im Song *There Is A War*. Viele wissen nicht, wie ihnen geschieht, wie sie dazu Stellung nehmen sollen. Allerdings kann heute keiner mehr überrascht sein und glaubhaft behaupten, dass er nichts vom Kampf der Frauen wusste. Es ist außerdem klar, dass den jungen Männern von heute eine selbstbewusste Weiblichkeit selbstverständlicher erscheint als früheren Generationen. Doch spätestens, wenn Kinder ins Spiel kommen oder es um das eigene männliche Fortkommen im Beruf geht, brechen alte Muster durch, wird der Kampf stärker und wollen die meisten Männer insgeheim in Ruhe Gentlemen und Oberhaupt sein. Wären die Frauen damit zufrieden, wäre aus Männersicht alles in Ordnung. Doch das ist nicht mehr zeitgemäß. Denn die Frauen wollen in einer differenzierten Welt keine einseitige Rollenzuschreibung mehr hinnehmen, und Männer beginnen erst zu verstehen, dass ein Verlust auf der einen Seite einen Gewinn auf der anderen verspricht. Bei vielen Männern steht die Irritation, wie sie ihre neue Rolle als Mann finden können, im Vordergrund. Verunsichert schauen sie auf die von Cohen besungene Kampfarena der Geschlechter und reagieren auf ganz unterschiedliche Weise.

Nicht wenige Männer sehen sich heutzutage als Opfer des Weiblichen und entwickeln daraus einen subtilen Groll gegen Frauen und ihre kämpferischen Bewegungen. Dennoch steigen sie kaum in den öffentlich ausgetragenen Geschlechterkampf ein, sondern äußern sich privat oder hinter vorgehaltener Hand. Kommt in der Öffentlichkeit etwas von ihrer Haltung zutage, dürfen sie sich bisweilen warm anziehen, wenn es massive Gegenschläge von allen Seiten hagelt. Schließlich ist es, zumindest in bestimmten gesellschaftlichen Positionen, nicht mehr mehrheitsfähig, etwa Frauen abschätzig auf ihren Körper zu reduzieren und ihnen respektlos zu begegnen. Vergreift sich heute ein Politiker im Ton und kommen alte sexistische Ansichten zum Vorschein, muss er sich in unseren Breiten gut festhalten und immer öfter auch zurücktreten.

Sogenannte *Männerrechtler*, die Vertreter der sogenannten Männerrechtsbewegung, halten die Hand nicht vor den Mund. Sie treten ein in die öffentliche Arena, formulieren hart und trotzig mit bisweilen gestrigen Positionen, indem sie die Diskriminierung der Männer anprangern. Sie führen dabei die Benachteiligungen der Männer, das manipulative Verhalten von Frauen oder die Frau als Täterin ins Treffen. Sie sehen Männer mittlerweile ebenfalls von der Gesetzgebung benachteiligt. Ihren Aufschrei betrachten sie als notwendigen wehrhaften Gegenangriff. So argumentieren Männerrechtler gegen ihrer Meinung nach zu einseitige Frauenrechte und die Bevorzugung der Frauen. Sie prangern Bereiche an, in denen es Männer in unserer Gesellschaft ihrer Ansicht nach schwerer haben, etwa als Väter. Tatsächlich wären einige ihrer Argumente diskutabel. Doch allzu schnell fällt auf, dass es vielen von ihnen nicht um einen Dialog geht, sondern dass sie offenbar mit ihren Gefühlen nicht anders umzugehen wissen, als argumentativ Waffen in Stellung zu bringen, um die so stark vermisste männliche Oberhand zurückzugewinnen. Dementsprechend gereizt

reagieren sie auf von Frauen angeprangerte geschlechtsspezifische Diskriminierungen und äußern sich genau andersherum auf dieselbe Weise. Bei den Männerrechtlern kann das allerdings schnell eine besonders bedrohliche Seite annehmen. Vielleicht unterschätzen sie vor lauter verdrängter eigener Verletztheit und Hilflosigkeit tatsächlich die Außenwirkung ihres Auftretens, oder sie suchen gezielt nach einem schwächeren Gegenüber, um sie weiterzugeben. Insgesamt kämpfen sie aus einer opferideologischen Position, sehen Männer also in erster Linie als Opfer und treten als Antifeministen auf.

Es gibt aber auch Männer, die sich ohne Gegenangriff in den Sturm des Geschlechterkampfes stellen. Sie zeigen sich verständnisvoll und dennoch unbeeindruckt von den Anklagen der Kämpferinnen. Sie sind sich ihrer Macht und Position sehr bewusst und wännen sich selbst nicht in Gefahr. Sie verhalten sich äußerlich korrekt, arbeiten eher mit abwertend sexistischen Blicken oder anderen subtilen Formen herablassender Gesten. Ihre Haltung: *Ich? Ich habe doch gar nichts gemacht. Ich bin prinzipiell für Gleichberechtigung.* Das betrifft eine nicht unbedeutende Zahl an mächtigen Männern aus Politik und Wirtschaft, aber auch jene, die zu Hause noch in sehr traditionellen Verhältnissen leben. Sie fühlen sich in ihrer »Macher-Männlichkeit« sicher und schotten sind von den Sorgen und Nöten der Frauen ab.

Generell wird den Anliegen der Frauen öffentlich und von Männerseite wenig widersprochen. Das scheint nicht mehr opportun und wenig aussichtsreich. Oft werden die weiblichen Forderungen daher freundlich nickend mit einer Mischung aus Ratlosigkeit, fehlendem Verständnis und innerem Rückzug ignoriert – und das meist mit dem Gefühl, doch noch auf der sicheren, stärkeren Seite zu stehen. Derselbe Umgang herrscht bei Männern mit den dadurch in ihnen ausgelösten Gefühlen vor. Der Großteil der Vorwürfe von Frauen prallt beim überwiegenden Teil der Männer ab: *Das*

hat mit mir nichts zu tun. So ein Mann bin ich nicht. Ich schlage keine Frauen. Dieses Verhalten ist ähnlich zu dem der Menschen, die sich nicht mit ihrem eigenen Rassismus und den Privilegien beschäftigen, die mit ihrer Hautfarbe einhergehen.

Viele Männer verschließen bei diesen Themen ihre Augen und Ohren und fragen sich: *Können die Frauen nicht einfach Ruhe geben? Haben sie immer noch nicht genug Terrain erobert? Wollen sie die besseren Männer werden? Wollen Sie das Ruder ganz übernehmen? Streben sie die Weltherrschaft an?* Ein Mann hat zu arbeiten, nicht zu gendern! Ein Mann hat zu versorgen, irgendjemand muss schließlich etwas tun! Dieser ewige Kampf nervt viele Männer. Besondere Feindbilder sind für sie diese Weicheier, die mit den Frauen gemeinsame Sache machen. Männer, die den Frauen die Gewehre halten, während diese auf alles schießen, was nach traditioneller Männlichkeit und ihren Privilegien riecht. In ihren Augen heucheln sie nur Verständnis für die Seite der Frauen, um sich einzuschleimen und als die Guten anerkannt zu werden.

Die Front für die Anliegen der Gleichberechtigung wird breiter und fließt selbstverständlicher in den Alltag ein. Die männlichen Unterstützer der Frauen, die sich selbst als Feministen bezeichnen, werden bunter. Doch die Mehrzahl der Männer beschäftigt sich damit immer noch nicht freiwillig, sie agiert nicht bewusst, sondern reagiert genervt. Im Gegensatz zu vielen Frauen beschäftigen sich die meisten Männer noch nicht aktiv mit sich selbst und ihrer Rolle.

Wie stark Männer der konstruktiven Auseinandersetzung ausweichen, versucht etwa die Psychologin Helen Smith in ihrem Buch *Männerstreik – Warum das starke Geschlecht auf Bindung und Kinder verzichtet* zu belegen. Darin listet sie zahlreiche Studien und unzählige Geschlechterkampfgeschichten auf. Sie will damit zeigen, dass junge Männer von heute, die mit einer Unzahl erlittener Nieder-

lagen aufgewachsen sind, immer zögerlicher werden, wenn es um Ehe und Kinderkriegen geht. Sie steigen damit zunehmend aus der Versorgerrolle aus. Das Buch beleuchtet bewusst einseitig die Schattenseiten der gesellschaftlichen Entwicklungen auf der Seite der Männer, zeigt allerdings keinen konstruktiven Ausgang und verklärt damit indirekt die Vergangenheit.

Vor einigen Jahren ging es noch etwas ruhiger zu im Kampf an der Geschlechterfront. Anscheinend hatten sich die Männer bereits an die neue Frauenpower gewöhnt. Sie nahmen zur Kenntnis, dass es Gender-Mainstreaming und Gleichstellungsbeauftragte gab. Das hatte für sie im Alltag meist keine Konsequenzen. Die Frauen freuten sich zwischendurch über das Erreichte und mussten sich vermutlich selbst erst einmal daran gewöhnen. Der extreme Feminismus war weniger laut zu hören und die Männerrechtler wurden in der Breite kaum wahrgenommen. Heute jedoch geht es wieder mehr zur Sache. Die sozialen Medien geben allen eine Stimme, und so bombardieren Bewegungen wie *#MeToo* die Welt mit Gefühlen und Berichten von Frauen, die bisher nicht gehört wurden. Dambruchartig reißt es erst mal alles und jeden mit. Befeuert wird das Ganze durch weiße alte Männer mit alten Ansichten à la Donald Trump, Vladimir Putin und mächtigen Männern, etwa im Osten Europas. Sexismus- und Vergewaltigungsvorwürfe zerlegen Männer mit vormalig alles erlaubendem Machtgehabe im Stil von Harvey Weinstein. Im Windschatten dieser Debatten wirken Forderungen nach Quotenbesetzungen in Politik und Wirtschaft plötzlich etwas legitimer als früher. Sie werden vor Höchstgerichten behandelt und zunehmend umgesetzt. Frauen begnügen sich also nicht mehr mit den ihnen angebotenen Posten, sie erkämpfen sich ihre Positionen und halten an ihnen fest.

Vielen Männern wird es insgeheim schon etwas zu viel. Den meisten Frauen ist es nach wie vor zu wenig. Ihr An-

sporn und ihre Ansprüche steigen. Sie wittern weitere Etappensiege. Davon abgeturnt, strecken die sogenannten *Maskulinisten* mit einem Gefühl der Notwehr martialisch ihre Brust heraus und betonen die natürliche Überlegenheit des Mannes. Im Bereich der Männerrechtsbewegung gibt es unterschiedliche antifeministische Strömungen. Der *Maskulismus* betont die Benachteiligungen und die Opferperspektive von Männern, während der *Maskulinismus* von einer natürlichen Überlegenheit des Mannes ausgeht. Der Gegner von ihnen allen ist eindeutig: der linksgerichtete Feminismus. Im Kampf gegen diesen klopfen sie einander alle bestärkend auf die Schultern. Dabei schwärmen sie von der Männlichkeit alter Schule. Die Frage ist nun, wie dieser Entwicklung begegnet werden kann.

Wie dem Geschlechterkrieg begegnet werden kann

Wie im Song *There Is A War* könnte an dieser Stelle des Buches der (verbale) Geschlechterkrieg beginnen zwischen jenen, die behaupten, dass es diesen Krieg tatsächlich gibt und jenen, die das für völlig übertrieben oder ganz anders sehen. Einige würden mir unzulässige Verallgemeinerung vorwerfen, die ihnen nicht sinnvoll, förderlich oder zulässig erscheint. Und sie würden argumentieren, wir sollten diesen Themen anders als über die Kategorie »Geschlecht« begegnen. Dagegen würde ich nicht reflexhaft ankämpfen, durchaus ein paar Zugeständnisse machen, jedoch vehement den Wert einer Auseinandersetzung anhand der Geschlechterlinie herausarbeiten.

Mir fehlt in dieser Diskussion ein wohlwollender und zugleich kritischer Fokus auf Männer. Die Auseinanderset-

WOHER KOMMT DER MÄNNERSCHMERZ?

Wir Männer sind Meister darin, Gefühle zu verbergen und uns hart zu geben. Dahinter stecken uralte Rollenmuster, Erziehung, Selbstzweifel und Ängste.

Doch unsere männlichen Strategien, Gefühlen aus dem Weg zu gehen, wie Flucht in die Arbeit, Verdrängen, Mauern oder Rationalisieren sind für uns selbst eine Last.

Heute trauen wir uns immer mehr aus der Deckung. Wir geben zu, dass wir selbst darunter leiden!

Woher kommt dieser tiefsitzende Schmerz?

Wie finden wir zu innerer Freiheit und glücklichen Beziehungen?

**DER
MÄNNER-
KENNER**



9 783990 602768

ISBN 978-3-99060-276-8
© 2022 Goldegg Verlag GmbH



LEBEN &
GESUNDHEIT