

Kritische Männerarbeit: (therapeutische) Männergruppen und ihr Beitrag zur Konstruktion von Männlichkeit(en)

SEBASTIAN LEHOFER

Zusammenfassung

Welche Bedeutung haben und welche Chancen, Gefahren und Grenzen bieten (therapeutische) Männergruppen für die Konstruktion von Männlichkeit und die Entwicklung der männlichen Geschlechtsidentität? Es wird deutlich, dass Hierarchien und Machtverhältnissen unter Männern eine besondere Bedeutung für die Formung von Männlichkeit zukommt. Die Arbeit mündet in der Fokussierung auf therapeutische Männergruppen und der Frage, inwieweit diese zur Veränderung traditioneller Männlichkeit und Entwicklung hin zur Gleichberechtigung der Geschlechter beitragen können.

Schlüsselwörter: *Männergruppen, Integrative Therapie, kritische Männerforschung, männliche Sozialisation, Geschlechtsidentität*

Summary

Critical men's studies: (therapeutic) men's groups and their contribution to the construction of masculinity

Which relevance do (therapeutic) men's groups have and what opportunities, dangers and limitations do they offer in relation to the construction of masculinity and the development of male gender identity? It reveals that hierarchies and power relations among men have a special relevance when it comes to the formation of masculinity. The study focuses on therapeutic men's groups and – in

further consequence – on the question of how they can contribute to a change of traditional masculinity and the development of gender equality.

Keywords: *Men's groups, integrative therapy, critical men's studies, male socialization, gender identity*

Einleitung

Im Rahmen meines Anstellungsverhältnisses in einer psychosozialen Beratungsstelle in Graz leite ich seit ca. vier Jahren eine therapeutische Männergruppe mit insgesamt zehn Teilnehmern. Im gemeinsamen Gruppenprozess arbeiten wir intensiv an persönlichen Lebensthemen, die von den Teilnehmern eingebracht werden. Die Gruppenatmosphäre ist sehr dynamisch und intensiv und fordert auch mich mit meinen ganz eigenen Themen als Mann heraus. Vor diesem Hintergrund habe ich begonnen, mich auch auf wissenschaftlicher Ebene mit Männlichkeit und Mann-Sein zu beschäftigen.

Der vorliegende Beitrag legt seinen Fokus nicht auf therapeutische Männergruppen alleine, sondern analysiert Männergruppen ganz allgemein. Die für mich wichtigste Unterscheidung ist die zwischen traditionellen Männergruppen, welche männerbündische Merkmale aufweisen, und damit zur Aufrechterhaltung der herrschenden Männlichkeit beitragen und Männergruppen, welche im Kontext der Männerbewegung entstanden sind und für die Gleichberechtigung der Geschlechter eintreten. Ich werde zeigen, dass Männlichkeit in unserer modernen Industriegesellschaft in erster Linie in traditionellen Männergruppen bzw. Männerbünden geformt wird. Daraus ergibt sich für mich der Umkehrschluss, dass eine Veränderung von negativen Aspekten traditioneller Männlichkeit und die Entwicklung einer positiven männlichen Identität ebenfalls am besten in einer Männergruppe, aber eben nicht einer traditionellen, sondern in einer (therapeutischen) Männergruppe mit dem Ziel der tatsächlichen Gleichberechtigung der Geschlechter möglich ist.

Männergruppen und ihre Bedeutung für die Konstruktion von Männlichkeit(en)

Männlichkeiten zeigen sich in verschiedenen Ausprägungen und Formen, die durch Faktoren wie soziale Herkunft oder ethnische Zugehörigkeit beeinflusst

sind. Diese Männlichkeiten formen sich einerseits auf der heterosozialen Achse, also in Relation zur Weiblichkeit und andererseits auf der homosozialen Achse auf Basis von Hierarchien und Machtverhältnissen unter Männern.

Männergruppen sind vielfältig und man findet sie in allen gesellschaftlichen Bereichen, in Neigungsgruppen wie Sport- oder Musikvereinen, in Zwangsorganisationen wie dem Militär, in Elite- und Machtbünden wie dem Rotary Club, am Arbeitsplatz, in den verschiedenen Angeboten von Männerbüros und –beratungsstellen, als Selbsterfahrungsgruppen und als psychotherapeutische Männergruppen.

Die Veränderungen im Geschlechterverhältnis haben bewirkt, dass viele Männergruppen heute auch für Frauen geöffnet sind. Am augenfälligsten betrifft das die bisher männerdominierten Bereiche in der Erwerbsarbeit. Doch auch wenn viele davor ausschließlich Männern vorbehaltene Räume zumindest teilweise für Frauen geöffnet sind, bedeutet das nicht, dass männerbündische Merkmale nicht weiter wirken. Frauen bleiben dann oft nur zwei Reaktionsmöglichkeiten: Entweder sie werden »one of the boys« (Meuser, 2006a, S. 71) und nehmen ein Stück weit den männlichen Habitus an, oder sie ziehen sich zurück und übernehmen eine der herkömmlichen Geschlechterrollen. Beispielsweise jene der Zuschauerin vor der Bühne auf der Männer untereinander ihre Männlichkeit demonstrieren und bestätigen (Meuser, 2006a).

Beziehungen zwischen Männern sind in vielen Fällen durch Konkurrenz und Wettbewerb geprägt, was tiefere Kontakte verhindert. Emotionale und sinnliche Erfahrungen sind für viele Männer nur im privaten Bereich mit ihrer Partnerin und den Kindern möglich. Gleichzeitig bringt die zunehmende Gleichstellung der Geschlechter die bisherige Dominanz von Männern ins Schwanken. Dadurch wird es für Männer immer schwieriger, Männlichkeit in Relation zur Weiblichkeit herzustellen und zu bekräftigen. Männergruppen gewinnen deshalb für die Konstruktion und Festigung von Männlichkeit an Bedeutung. In diesen homosozialen Gemeinschaften, wo Männer unter sich sind, können sie wechselseitig ihre Männlichkeit bestätigen

Um zu verstehen, welche Regeln Männergruppen zugrunde liegen und was unter Männern keinen Platz hat, lohnt sich ein Blick auf die soziologische Theorie des männlichen Habitus von Pierre Bourdieu. In seiner Konzeption des Habitus geht Pierre Bourdieu davon aus, dass Werte und soziale Unterschiede

durch körpernahe Interaktionen in einer bestimmten Umgebung unvermeidbar in den Körper eingeschrieben werden. In diesem Sinne wird auch in unserem Sprachgebrauch der Begriff Habitus für das Gewohnheitsmäßige, also das was man tut ohne nachzudenken, verwendet (Brandes, 2002).

Bourdieu betont, dass der männliche Habitus nur in den von ihm sogenannten ‚ersten Spielen des Wettbewerbs‘ unter Männern konstruiert und vollendet wird. Frauen wird die Rolle von Zuschauerinnen zugewiesen, in welcher die weibliche Unterwerfung eine notwendige Form der Anerkennung darstellt. Der Wettbewerb trennt die Beteiligten nicht. Wettbewerb und Solidarität gehören untrennbar zusammen. Dieser Wettbewerb findet in allen gesellschaftlichen Handlungsfeldern statt und reicht von verbalem Wettstreit über berufliche Konkurrenzen bis hin zum Gewalthandeln. Die ersten Spiele des Wettbewerbs sind immer Spiele um Macht, Dominanz und Überlegenheit (Meuser, 2006a).

Ende der 1950er Jahre hat Bourdieu eine ethnologische Feldforschung in der kabyllischen Gesellschaft in Algerien durchgeführt, deren Ergebnisse für die Auseinandersetzung mit Männergruppen von besonderer Bedeutung sind, da sie zeigen welchen Umgang und welche Regeln der männliche Habitus erlaubt, wenn Männer unter sich sind bzw. was unter Männern keinen Platz hat und der Sphäre der Frauen zugeordnet wird. Das nachfolgende Zitat verdeutlicht diese Überlegungen:

»Haram (genau: Tabu) [...], d.h. das Drinnen und, genauer, die weibliche Welt, die Welt des Geheimnisses, der geschlossene Raum des Hauses im Gegensatz zu Draußen, zu der offenen Welt des Versammlungsortes (thajma'th), die den Männern vorbehalten ist [...]. Auf der einen Seite das Geheimnis der Intimität, die durch das Schamgefühl verschleiert wird, auf der anderen Seite der offene Raum der gesellschaftlichen Beziehungen, des politischen und religiösen Lebens; auf der einen Seite die Sinne und das Gefühlsleben, auf der anderen Seite die Beziehungen von Mann zu Mann, der Dialog, die Austauschbeziehungen [...]. Der Brunnen ist für die Frauen, was die thajma'th für die Männer bedeutet: dort werden Nachrichten ausgetauscht, dort wird miteinander geschwätzt, und zwar hauptsächlich über alle intimen Angelegenheiten von denen die Männer untereinander niemals sprechen würden, ohne sich zu entehren, von denen sie also durch ihre Frauen erfahren.« (Bourdieu, 1979, S. 35-38, Auslassungen durch S.L.)

Diese Beobachtungen aus der Feldforschung Bourdieus zeigen einerseits die Polarität des Geschlechterverhältnisses am Beispiel des unterschiedlichen Umgangs mit Intimität zwischen Männern und Frauen und machen andererseits die einer Männergruppe zugrundeliegende Matrix deutlich. Das Bild der Männer am öffentlichen Versammlungsort, wo Fragen des politischen und religiösen Lebens erörtert werden, stellt einen Gegensatz zum Setting einer therapeutischen Männergruppe dar, wo in einem geschützten Rahmen intime und persönliche Themen besprochen werden. Darin liegt auch ein erster Hinweis, warum therapeutische Männergruppen im Gegensatz zu traditionellen Männergruppen, welche zur Aufrechterhaltung der herrschenden Männlichkeit dienen, wenig Anziehungskraft besitzen.

Traditionelle Männergruppen und ihre Anziehungskraft

In einem Versuch einer historischen Rekonstruktion nimmt Wolfgang Lipp (1990) folgende Entwicklung hin zu Männergruppen, die männerbündische Merkmale aufweisen an:

In vorgeschichtlicher Zeit traten traditionelle Männergruppen primär nicht in männer-, sondern frauenzentrierten Kulturen auf. Hintergrund war die im Vergleich zur gebärenden Frau unklare und wenig profilierte männliche Geschlechterrolle. Zunächst versuchten Männer sich an Frauen – die Herdmitte – anzunähern und ihre Geschlechtsrolle, soweit sie entwickelt war, zu wechseln. Das war wenig erfolgreich und so lief der zweite, erfolgreichere Weg darauf hinaus, die männliche Geschlechtsidentität selbst zu profilieren. Dies lief immer zielstrebig auf die Einrichtung von Männerhäusern, Männerbünden und Männerclubs hinaus. Die zunehmende institutionelle Befestigung von Männerbünden hatte vielfach zur Folge, dass Frauen, familien- und sippenbezogene Ansprüche zurückgedrängt wurden und an Macht und Einfluss verloren.

In vielen Männerbünden bilden die emotionalen Beziehungen zwischen den Mitgliedern das Rückgrat des Bundes, welche durch das Durchleiden der Initiationsriten oder die in der Gemeinschaft vollzogene Ablösung von der Geborgenheit bei der Mutter entstehen enge emotionale Beziehungen. So unterschiedlich Männerbünde in den verschiedenen Kulturen auch organisiert sind, fällt auf, dass den Initiationsriten zur Aufnahme in den Bund häufig die Vorstellung und Symbolik eines Geburtsrituals gemeinsam ist. Das weist auf die psycho-

analytische Deutung im Sinne des Gebärneides des Mannes auf die Frau hin. Außerdem zeigt der Kulturvergleich, welche Ideologisierung Männer mit natürlichen Vorgängen wie Geburt, Leben, Tod und Fruchtbarkeit verbinden und wie sie sich in kultischer Hinsicht zu den Herren solcher Vorgänge machen (Völger & Welck, 1990).

Rastetter (1994) beschreibt folgende Merkmale von Männerbünden (Lange zit. nach Rastetter, 1994, S. 236):

- Der schwierige Zugang: Die Aufnahme ist an Bedingungen und besondere Initiationsgepflogenheiten gebunden, die Zugehörigkeit ist ein Privileg
- Ein selbstverordnetes strenges Reglement
- Prinzipien von Brüderlichkeit und Gleichheit, die durch (meist) latente Homosexualität, Frauenfeindlichkeit, Kameradschaft angesichts des Todes, Bereitschaft zu Verschwörung und durch Außenseitertum gekennzeichnet sind;
- Strenge Hierarchien trotz der Huldigung der Brüderlichkeit
- Ausschluss von Frauen

Traditionelle Männergruppen, die männerbündische Merkmale aufweisen und die Männerherrschaft stärken, sind für verunsicherte Männer attraktiver und erfahren mehr Zulauf als Männergruppen, welche die Gleichberechtigung der Geschlechter anstreben. Das Dilemma liegt dabei darin, dass Männer dadurch zwar kurzfristig habituelle Sicherheit erfahren, langfristig jedoch starre und traditionelle Bilder von Männlichkeit aufrechterhalten bleiben.

Das Festhalten an traditionellen Männlichkeitsbildern ermöglicht auf den ersten Blick eine klare Lebensorientierung und eine Festigung der männlichen Geschlechtsidentität. Tatsächlich halten diese Bilder unserer aktuellen Lebenswirklichkeit nicht mehr stand und müssen ständig mit hohem Aufwand verteidigt werden. Konkret ergeben sich daraus Konflikte in der Partnerschaft und Verunsicherungen im Arbeitsbereich, da diese Lebensbereiche ja längst nicht mehr mit traditionellen Bildern von Männlichkeit kompatibel sind. Vor diesem Hintergrund wird es für viele Männer immer mühsamer und schwieriger, ihre Männlichkeit zu bestätigen. Gleichzeitig fehlen aber alternative und zeitgemäße Bilder von Männlichkeit an denen sich Männer orientieren können. Wie kraftvoll und orientierend solche Bilder wirken können, zeigt die Arbeit der mythopoetischen Männerbewegung mit männlichen Archetypen, die aber stark an traditionellen

Männlichkeitsvorstellungen orientiert sind. Ein interessanter Ansatzpunkt wäre hier, (archetypische) Bilder von Männlichkeit zu entwerfen, die keinem traditionellen, sondern einem modernen Männlichkeitsverständnis entsprechen.

Männergruppen beinhalten Chancen und Gefahren zugleich. Für viele Männer bieten Männergruppen eine Chance, ihre Geschlechtsidentität zu entwickeln und zu festigen und so habituelle Sicherheit zu erlangen. Darin liegt aber gleichzeitig die Gefahr, dass vor allem traditionelle Männerbilder aktiviert und gefestigt werden und die Männergruppe damit ihren Beitrag zur Aufrechterhaltung der bestehenden Herrschaftsverhältnisse leistet.

Therapeutische Männergruppen im Kontext der Männerbewegung

Im deutschen Sprachraum sind ab den 1970er Jahren unterschiedliche Strömungen von Männergruppen entstanden, die sich unter dem Begriff Männerbewegung zusammenfassen lassen. Lenz (1996, S. 96) schreibt hierzu:

»Die Zielsetzung bewegt sich je nach Art der Männergruppe zwischen geselligem Beisammensein, Lebenshilfe, Selbsterfahrung und Therapie, Aufklärung über die Funktion von Männlichkeit im patriarchalen-kapitalistischen System, politischen Aktionen und dem Ermöglichen neuer grenzüberschreitender Erfahrungen in der Begegnung zwischen Männern.«

Therapeutische und nichttherapeutische Männergruppen im Kontext der Männerbewegung haben das gemeinsame Ziel, Männlichkeit im Sinne einer Gleichberechtigung der Geschlechter zu verändern und traditionelle Vorstellungen von Männlichkeit kritisch zu betrachten. Ausgangspunkt ist die Vorstellung, dass die Männerherrschaft für Männer auch ein spezifisches Leiden bringt, welches nur durch die Gleichberechtigung der Geschlechter gelöst werden kann.

Dieses spezifische Leiden äußert sich in einem negativen Selbstbild und einer verunsicherten Geschlechtsidentität. Dem häufig riskanteren Lebensstil vieler Männer entspricht, dass sie sich trotz besseren Wissens nur wenig bzw. erst spät um ihre Gesundheit kümmern (Brandes & Bullinger, 1996).

Die Ausgangsbedingungen von Männergruppen bieten viele Argumente, die für eine Gruppenleitung durch einen Psychotherapeuten sprechen. Zunächst einmal sind vorhergehende Erfahrungen mit Männergruppen fast ausschließlich mit männerbündischen Gemeinschaften verknüpft. Dazu kommt, dass männliche Zusammenkünfte traditionell im öffentlichen Raum stattfinden und die Kom-

munikation und der gegenseitige Kontakt durch Themen wie Kompetenz, Leistung, Politik, Wirtschaft oder Religion geprägt sind. Persönliche und intime Themen haben in diesem öffentlichen, ungeschützten Raum keinen Platz und werden mit Schwäche verbunden. Genau diese Strukturen und Dynamiken sollen in Männergruppen, welche eine Veränderung der bestehenden Machtverhältnisse anstreben, ja kritisch reflektiert werden und sich nicht unbemerkt wieder einschleichen. Zieht man diesen Überlegungen das Konzept des männlichen Habitus hinzu, welcher die Tendenz hat sich selbst und die ihm entsprechenden sozialen Verhältnisse als natürlich gegeben zu betrachten, so wird deutlich wie wichtig die Anwesenheit eines etwas außerhalb des Gruppenprozesses stehenden therapeutischen Leiters ist (Lehofer, 2016).

Dazu kommt, dass ein Gruppenleiter die Möglichkeit hat, tiefgehende körpernahe Prozesse zu begleiten, die in nichttherapeutischen Männergruppen eine Sprengkraft entwickeln können, die bis zur Auflösung der Gruppe führen kann. Von großer Bedeutung ist, dass der Gruppenleiter einen reflektierten Umgang mit seiner eigenen Männlichkeit hat und so die Gefahr vermieden wird, durch eigene blinde Flecken erst wieder geschlechtsstereotypes Verhalten und traditionelle Männlichkeitsbilder zu produzieren (Brandes, 1992).

Im deutschen Sprachraum begannen in den 1990er Jahren die Psychotherapeuten Holger Brandes; Joachim Parpat, Thomas Scheskat und Wilfried Wieck unabhängig voneinander therapeutische Männergruppen ins Leben zu rufen. Eine Gemeinsamkeit besteht darin, dass diese Therapiegruppen jeweils als langfristige Gruppen konzipiert sind, da nur so – argumentieren die Autoren unabhängig voneinander – eine tiefgreifende und nachhaltige Persönlichkeitsentwicklung und –veränderung möglich ist. Brandes und Bullinger (1996) beschreiben, dass sich diese männlichen Identitäts- und Lebensprobleme auch in Statistiken über Krankheitsraten, Süchte und Konsum von Psychopharmaka zeigen. Die Tatsache, dass Männer in der Regel weniger Therapie und Beratung nachfragen, spricht nicht für eine geringere Bedürftigkeit, sondern ist Ausdruck größerer Schwellenangst.

Angst vor der Teilnahme an therapeutischen Männergruppen

Für Männer ist die Teilnahme an einer therapeutischen Männergruppe meist nicht vorstellbar. Ein geschützter und intimer Raum in dem man sich mit anderen

Männern über persönliche Probleme und Gefühle austauscht widerspricht allen Prinzipien männlicher Lebensbewältigung und steht auch im Gegensatz zum Streben nach hegemonialer Männlichkeit im Sinne von Dominanz und Macht.

Fällt es Männern überhaupt schon schwer, sich Beratung oder Psychotherapie zu suchen, so löst die Idee der Teilnahme an einer therapeutischen Männergruppe noch größere Abwehr und ambivalente Gefühle aus. Wenn schon Gruppe – so der Wunsch vieler Männer - dann eine gemischtgeschlechtliche Gruppe, an der auch Frauen teilnehmen. Untersuchungsergebnisse zu gemischtgeschlechtlichen Therapiegruppen machen diesen Wunsch nachvollziehbar. So zeigt sich, dass Frauen die männlichen Teilnehmer in gemischtgeschlechtlichen Gruppen stützen und durch ihre Art der Zuwendung eine Wohlfühlatmosphäre schaffen, in der auch Männer auf einmal über ihre Gefühle und intime persönliche Probleme sprechen können. Hier wiederholt sich das patriarchale Grundmuster, dass sich Frauen in ihren Bedürfnissen zurücknehmen und den Männern unterordnen sollen. Männer sind somit aber nur bedingt die Nutznießer von gemischtgeschlechtlichen Gruppen, da sie die Frauen brauchen, um sich zu öffnen und über ihre Gefühle zu sprechen. In einer reinen therapeutischen Männergruppe hingegen sind sie ganz auf sich zurückgeworfen und müssen aus sich heraus Handlungsmöglichkeiten entwickeln, um miteinander in persönlichen und tiefgehenden Kontakt zu kommen (Brandes, 1992).

Es stellt sich die Frage, wie es gelingen kann, Männern den Zugang zur Teilnahme an einer therapeutischen Männergruppe zu erleichtern. Hier schlage ich einen Blick über den Tellerrand hin zur mythopoetischen Männerbewegung vor. Diese erfreut sich im Gegensatz zu therapeutischen Männergruppen eines regen Zulaufs. Sind auch die männerbündischen Merkmale der mythopoetischen Männerbewegung kritisch zu hinterfragen, so heißt das nicht, dass man aus ihrer Anziehungskraft keine Impulse entnehmen kann. Die mythopoetische Männerbewegung nutzt Praxisformen wie Mythen, Rituale, Trommeln und Tanz, um den männlichen Habitus zu bekräftigen und dadurch einen Beitrag zur Entwicklung einer selbstsicheren männlichen Identität zu leisten. Problematisch ist, dass dabei keine kritische Distanz zum männlichen Habitus ermöglicht wird, indem man die sozialen Verhältnisse reflektiert, die diesen einen spezifischen Habitus hervorbringen und als alternativlos erscheinen lassen (Lehofer, 2016).

Lassen sich diese sinnlich-symbolischen Praxisformen, welche ja – so zeigt die Praxis der mythopoetischen Männerbewegung – die Bedürfnisse von Männern nach körpernahen Erfahrungen und tiefergehendem Kontakt mit anderen Männern ansprechen, auch für Männergruppen nutzbar machen, welche die Veränderung traditioneller Männlichkeit zum Ziel hat? Ich denke ja und schließe mich hier der Einschätzung von Holger Brandes (2002) an, dass es in einer solchen Männergruppenarbeit darum gehen muss, dass die Gruppe ihre eigenen Mythen, Fantasien und Träume produzieren kann und dafür auch ihren eigenen sinnlichen Ausdruck findet. Außerdem braucht es ausreichend Raum zur Reflexion und zur Einnahme einer kritischen Distanz zum männlichen Habitus.

Therapeutische Männergruppenarbeit muss Männer in ihren Bedürfnissen nach körpernahen Erfahrungen und tiefergehendem Kontakt mit anderen Männern ansprechen und ernst nehmen. In einer sicheren und wertschätzenden Atmosphäre geht es darum, Distanz zum männlichen Habitus und damit verknüpften traditionellen Männerbildern zu finden und so neue Handlungsmöglichkeiten und Spielräume für das eigene Mann-Sein zu erwerben.

Im Unterschied zu einer gemischtgeschlechtlichen Gruppe kann in einer Männergruppe der Aufbau einer körpernahen und emotionalen Kommunikationsweise nicht den Frauen überlassen werden. Untersuchungen zu gemischtgeschlechtlichen Gruppen zeigen, dass Männer in der Gegenwart von Frauen eine starke Verhaltensänderung zeigen und beginnen auch über sich und ihre Gefühle zu sprechen. Männer profitieren so betrachtet von gemischtgeschlechtlichen Gruppen mehr als Frauen, da diese sich so an den Männern orientieren, dass sie ihnen zu diesem persönlicheren und freundschaftlicheren Interaktionsstil verhelphen. Sie tendieren oft dazu, Männer zu stützen und sich diesen unterzuordnen. Hier findet sich also die patriarchale Struktur wieder (Brandes, 1992).

Es verwundert also nicht, dass Männer die komfortable Wohlfühlatmosphäre einer gemischtgeschlechtlichen Gruppe nur ungern gegen eine Männergruppe eintauschen, wo sie ganz auf sich zurückgeworfen sind. Wilfried Wieck macht diese Ambivalenzen und Ängste, die im Vorfeld und am Beginn der Teilnahme an einer Männergruppe bestehen, anhand der Aussage eines Gruppenteilnehmers deutlich:

»In der gemischten Gruppe haben die Frauen viel zum Verstehen beigetragen, und wir Männer ließen uns von ihnen versorgen. Wir brauchten dort auf

niemanden zuzugehen, nahmen aber auch untereinander wenig Kontakt auf. Erst in der Männergruppe erlebte ich mit Männern Gefühle von Geborgenheit, Zuwendung, Aufmerksamkeit, Zartheit, Anteilnahme, Verstehen und Mich-mit-ihnen-verbunden-Fühlen. Dieses Klima war aber nicht von Anfang an so. Als ich mit der Männergruppe anfang, beängstigte mich eher die Vorstellung, nur mit Männern zusammen zu sein.« (Wieck, 1993, S. 159)

In der Männergruppe kommt es zu einer besonderen Situation von Übertragung, Gegenübertragung und Gruppendynamik. Im Mittelpunkt steht dabei häufig die Angst als Mann, als homosexuell und unmännlich zu gelten, womit die Frage verbunden ist, welche Nähe man sich zu anderen Männern gestatten kann. Gelingt es den Männern, sich offen mit diesen Ängsten auseinanderzusetzen und ihre Panzerungen und Masken fallen zu lassen, so führt das zu einem besonderen Erlebnis unter Männern und ist mit positivem emotionalem Erleben verbunden (Parpat, 1996).

Das intim-persönliche Umgehen mit anderen Männern, wie es in einer Therapiegruppe möglich ist, stellt für viele Männer eine völlig neue Erfahrung dar. Die traditionellen Mittel wechselseitiger männlicher Kommunikation sind weitgehend ausgeschlossen. Das Reden über unpersönliche Sachthemen ist fehl am Platz, man sitzt sich in direktem Blickkontakt in der Runde gegenüber. Dieses besondere Setting der geschlechtshomogenen Männergruppe erlaubt es, sich mit Gleichgeschlechtlichen zu vernetzen und sich damit in der eigenen Geschlechtsidentität zu stabilisieren (Brandes, 1992).

Brandes (1996) beschreibt, dass Männergruppen, wie andere Gruppen auch, eine Grundlagenmatrix aufweisen. Darunter versteht man, »dass die Teilnehmer auf einen schon vor der Gruppenbildung bestehenden Fundus sozialer Gemeinsamkeiten zurückgreifen, auf dessen Basis die gemeinsame Kommunikation überhaupt erst möglich wird« (Brandes, 1996, S. 147). Die therapeutische Männergruppe besitzt in unserer Gesellschaft eine ambivalente Symbolik. Traditionell geht die Männergruppe auf männerbündische Gemeinschaften zurück und steht damit für Männlichkeit schlechthin und für die Unabhängigkeit von den Frauen. Es besteht aber auch eine Symbolik, die Bourdieu in seiner Theorie des männlichen Habitus in der Untersuchung der kabyllischen Gesellschaft herausarbeitet. Demnach sind alle intimen Angelegenheiten, das Sprechen über den Körper, die Sexualität, Probleme und Schwierigkeiten eine Sache von Frauen,

die im geschlossenen Raum oder am Brunnen ausgetauscht werden. Der männliche Raum befindet sich dagegen in der Öffentlichkeit, wo sich Männer über Politik, Wirtschaft, Religion austauschen und Kompetenz und Leistung im Mittelpunkt stehen. Vor dem Hintergrund dieser Grundlagenmatrix wird verständlich, dass eine therapeutische Männergruppe, die einen abgeschlossenen und intimen Raum zum Austausch von Problemen und Gefühlen darstellt, von vielen Männern mit Klassifikationen wie schwach, krank, passiv, abhängig und unmännlich bedacht wird (Brandes, 1996).

Joachim Parpat (1997) beschreibt als häufigen Ausgangspunkt für die Entscheidung zur Teilnahme an einer Männergruppe eine Krise in der Partnerschaft, die häufig auch mit Kritik an männlichen Defiziten verbunden ist. Die Entscheidung für die Teilnahme an einer Männergruppe erfordert sehr viel Mut und Vertrauen und stellt für viele Männer eine große Hürde dar. Gefühle von Unterlegenheit, von Konkurrenz, Neid und Eifersucht erschweren gerade zu Beginn die Arbeit in der Männergruppe. In der Anfangszeit geht es daher darum, Angst und Misstrauen zu verringern und gegenseitiges Vertrauen aufzubauen. In einem ersten Schritt wird der Boden bereitet, offen über die tatsächlichen Lebensprobleme zu sprechen und so einen Blick hinter die Fassaden zu gestatten.

Es ist durchaus typisch für den Gruppenprozess in therapeutischen Männergruppen, dass sich mit der Zeit eine offene und zärtlich getönte Zuwendung entwickelt. Das ist insofern von besonderer Bedeutung, als diese Entwicklung gerade zu Beginn durch Angst vor Homosexualität blockiert wird und einen Hinweis darauf gibt, dass Männer eine Kompetenz zu emotionalerer und tragfähigerer sozialer Beziehung entwickeln. In gemischtgeschlechtlichen Gruppen ist diese Entwicklung oft nicht möglich, da Männer dann dazu tendieren, ihre Bedürfnisse nach Nähe und Intimität mit den Frauen zu erfüllen (Brandes, 1992). Wilfried Wieck (1993) beschreibt seine Erfahrung, dass es in Männergruppen mindestens zwei Jahre dauert bis Männer gegenseitiges Vertrauen und Geborgenheitsgefühl entwickeln und sich bisher ungeübte Pflege- und Sorgeleistungen aneignen können.

Holger Brandes (1992) beschreibt, dass das Wesentliche des Männergruppenprozesses darin besteht, dass dieser Prozess auf zwei eng miteinander verbundenen Ebenen stattfindet:

»Einmal – quasi auf der Tätigkeitsebene – als Veränderungsprozess in Richtung auf zunehmend unvermittelte, Ich-bezogenere, persönlichere und emotionalere Verknüpfung untereinander, was größere Kompetenz zu sinnlich-konkretem Sprechen im Unterschied zur stärker distanziert-abstrakten Kommunikation in der Anfangsphase einschließt; zum anderen, und darauf fußend, als Verallgemeinerungsprozess in einem offeneren, flexibleren Bedeutungskontext von Männlichkeit. Dies schließt die Erweiterung individueller Spielräume in der Ausgestaltung des männlichen Habitus und die Relativierung eines starren, autoritär geprägten und überkompensierenden Männlichkeitsideals ein.« (Brandes, 1992, S. 179)

In unserer Gesellschaft, wo trotz aller Emanzipationsbestrebungen nach wie vor offen und versteckt patriarchalische Mechanismen wirken, geht es also in einer therapeutischen Männergruppe neben dem Blick auf die individuelle Weiterentwicklung immer auch um die kritische Auseinandersetzung mit männlichen Herrschaftsverhältnissen und deren Auswirkungen und Folgen. So betont Wilfried Wieck (1993), dass es in der therapeutischen Männergruppe nicht nur um intrapsychische Störungen der einzelnen Teilnehmer, sondern um die gesamte gewalttätige patriarchalische Kultur geht.

Joachim Parpat (1993) beschreibt als wichtigstes männerspezifisches Veränderungsziel in einer patriarchalischen Kultur die kollektive Aufgabe, Herrschafts- und Machtansprüche zu überwinden, wie sie sich beispielsweise in männlichen Führungsansprüchen, Gewaltneigung und im alltäglichen Sexismus zeigen. Die männliche Lebensführung kann sich nur dann verändern, wenn auf individueller und gesellschaftlicher Ebene am »patriarchalischen Syndrom« (Parpat, 1996, S. 175) gearbeitet wird. Das Festhalten an traditionellen männlichen Werten gibt zwar einerseits eine klare Lebensorientierung, zwingt aber betroffene Männer gleichzeitig ihr Unglück zu wiederholen. So kommt es zu ermüdenden Konfliktwiederholungen in der Partnerschaft, im Arbeitsbereich mit Freunden und mit sich selbst. Im Rahmen der langfristigen Männergruppenarbeit werden die tiefenpsychologischen Strukturen des patriarchalischen Syndroms nach und nach freigelegt. Im Mittelpunkt steht dabei die Herausarbeitung des elterlichen Einflusses für die Ausprägung traditioneller männlicher Wertevorstellungen. Dabei zeigt sich ein Spektrum erschütternder Entwicklungsbehinderungen und Mangel Erfahrungen in der Kindheit. Erziehungsziele wie Gehorsam, Ordnung, Strebsamkeit,

Fleiß und Aggressionsverbote kommen zum Vorschein. Die Abwesenheit der Väter führt zu einer mangelnden positiven Identifikation mit Männlichkeit und spiegelt sich später im Misstrauen gegenüber anderen Männern und Angst vor der Nähe zum anderen Mann wieder. Dahinter zeigt sich aber eine tiefe Sehnsucht nach dem liebevollen, schützenden und nahen Vater. Die Abwesenheit der Väter verursacht eine einseitige erzieherische Inanspruchnahme der Söhne durch die Mütter. Dabei haften Söhne oft für das Verhalten ihrer Väter und sind als Partnerersatz, Beistand und Tröster der Mutter überfordert. So lernen Söhne sich vor der Nähe einer Frau in Acht zu nehmen und es kommt zu einer De-Identifizierung mit weiblichen Werten.

In der Männergruppe ist es nun möglich frühere, in der Kindheit noch verfehlte Entwicklungsziele zu erreichen. Diesmal finden sie sich Männern gegenüber die zuverlässig da sind und einander wohlwollend begegnen. Es kann nun gelingen durch die liebevolle Beziehungsaufnahme zu anderen Männern zu einer positiven männlichen Identifikation und Ich-Stärke zu gelangen.

Männerspezifische Problembereiche in der psychotherapeutischen Männergruppe

Ich habe auf Basis der mir vorliegenden Veröffentlichungen zur Arbeit mit therapeutischen Männergruppen insgesamt sechs männerspezifische Problembereiche herausgearbeitet, die typischerweise im Gruppenprozess sichtbar und in weiterer Folge bearbeitet werden. Die beschriebenen männerspezifischen Problembereiche sind: Männliche Geschlechtsidentität und Selbstbild; Männer und ihr Körper; Arbeit und Leistung/ Konkurrenz unter Männern; Männerfreundschaften/ Wie Männer Beziehungen herstellen; Liebesbeziehungen und Sexualität, Angst, Aggression und Gewalt.

Nachfolgend werde ich nun die aufgezählten männerspezifischen Kernthemen im Detail beschreiben:

Männliche Geschlechtsidentität und Selbstbild

Das Selbstbild von vielen Männern ist oftmals durch Minderwertigkeitsgefühle und Selbstabwertung geprägt, was durch harte Anstrengungen kompensiert werden soll, die etwas Sicherheit bieten. Die Teilnehmer an einer Männergruppe sind in ihrer männlichen Geschlechtsidentität häufig verunsichert. Zurückzuführen

ist das in der gemeinsamen Arbeit auf typische Erfahrungen wie den abwesenden Vater, Formen früherer Leistungsüberforderungen, Formen des Missbrauchs und konkrete Stigmatisierungserfahrungen aufgrund einer psychischen Erkrankung.

Männliche Geschlechtsidentität und Selbstbild ziehen sich in meiner Praxiserfahrung in der Leitung therapeutischer Männergruppen wie ein roter Faden durch den Gruppenprozess. Dabei ist für mich das Konzept der hegemonialen Männlichkeit (Connell) besonders hilfreich.

Der Begriff Hegemonie bezieht sich auf die gesellschaftliche Dynamik, mit welcher eine Gruppe eine Führungsposition im gesellschaftlichen Leben einnimmt und aufrechterhält. Zu jeder Zeit wird eine Form von Männlichkeit im Gegensatz zu den anderen kulturell herausgehoben und soll die Dominanz der Männer sowie die Unterordnung der Frauen gewährleisten (Connell, 2000).

Nur wenige Männer können die Ansprüche des Prototyps der hegemonialen Männlichkeit wirklich erfüllen. Doch die hegemoniale Männlichkeit ist laut Connell das erzeugende Prinzip von jeder Männlichkeit. Das Ergebnis dieses Herstellungsprozesses ist aber nicht notwendigerweise und nicht einmal überwiegend die Erreichung einer hegemonialen Männlichkeit. Doch liegt auch der Herstellung untergeordneter Männlichkeiten das gleiche Prinzip zugrunde. Auch diejenigen, die in diesen Machtspielen unterliegen, agieren dadurch, dass sie sich auf diese Spiele einlassen – und sich einlassen heißt vor allem, die Spielregeln zu akzeptieren -, gemäß der Logik des Prinzips der hegemonialen Männlichkeit. Ihr Spielsinn ist nicht weniger als derjenige der Überlegenen von diesem Prinzip durchdrungen (Meuser, 2006a).

Dies möchte ich mit einem Beispiel aus der therapeutischen Männergruppe erläutern: Viele Männer leiden unter dem Gefühl, ihre Aufgabe als Ernährer und Oberhaupt der Familie nicht erfüllen zu können. »Zuerst kommt meine Frau, dann der Sohn, dann die Katze und am Schluss komme ich«, so die Aussage eines Teilnehmers. Obwohl niemand in der Männergruppe aufgrund verschiedener psychosozialer Problemlagen den Anspruch als Familienernährer erfüllen kann, halten sie doch daran fest. Ein anderes Vokabular als das hegemoniale steht ihnen nicht zur Verfügung.

Männer und ihr Körper

Männer und damit auch ihre Körper waren in den letzten zweihundert Jahren einerseits auf die Rolle des Familienernährers und Erwerbsarbeiters ausgerichtet und andererseits auf die Verfügbarkeit als Soldaten in Kriegen. Das Ergebnis ist ein abgehärteter, seelisch und körperlich gepanzertes Mensch, für Gefühle ist wenig Platz (Scheskat, 1996). Trotz aller Veränderungen und neuen Herausforderungen für Männer ist diese traditionelle Männerrolle nach wie vor stark im männlichen Habitus verbleibt.

Solange der Körper funktioniert, ist er für viele Männer kein Thema und sie sind auch zu keiner differenzierten Körperselbstwahrnehmung fähig. In der therapeutischen Männergruppe geht es zunächst darum zu lernen, den kleinen Jungen in uns nicht mehr zu verachten, sondern ihn fürsorglich zu behandeln und seine Bedürfnisse und Gefühle anzunehmen und zu begleiten. Dann kann auch eine liebevolle und achtsame Zuwendung zum eigenen Körper möglich werden (Parpat, 1996).

Hier möchte ich ein Beispiel aus der Männergruppenarbeit anführen, das mich sehr berührt hat. In einer Stunde erklärte ich der Gruppe das Modell des inneren Kritikers und des inneren liebevollen Begleiters, verbunden mit der Idee diesen zu stärken. In der Stunde darauf eröffnete ein Teilnehmer die Sitzung mit den Worten: »Heute habe ich noch jemanden mitgebracht!« Alle schauten ihn erwartungsvoll an. Der Teilnehmer packte aus seinem Rucksack einen kleinen Teddybären aus und berichtete uns, dass er sich diesen nach der letzten Sitzung gekauft habe und sich immer vorstelle wie dieser ihn tröste, wenn er wieder Schmerzen habe und ihn verständnisvoll anschau, wenn er sich wieder einmal über sich selbst ärgern müsse. Die Gruppe war sehr berührt und nachdenklich und es folgte ein langes Gespräch über den Umgang mit sich selbst und den häufigen Mangel an Fürsorge. Besonders beeindruckt hat mich aber das Vertrauen des Teilnehmers in die Gruppe seinen Teddybären mitzunehmen und diese Erfahrung mit den anderen zu teilen. Zu diesem Zeitpunkt war die Gruppe bereits gute zwei Jahre konstant zusammen.

Arbeit und Leistung – Konkurrenz unter Männern

Der Begriff »Workaholic« ist in unsere Alltagssprache aufgenommen worden. Ein 16-Stunden-Arbeitstag stellt eine Leistung dar, auf die man stolz sein kann.

Die persönliche Arbeitsleistung stellt einen der höchsten Werte für Männer dar. Berufliche Ziele sind oft die einzigen Entwicklungsziele eines Mannes. Wer jedoch zu langen diesen Werten folgt, wird früher oder später daran erkranken. Vor dem Hintergrund der strukturellen Veränderungen der Erwerbsarbeit ist es heute fast normal, dass der Mann mit Mitte 50 keine berufliche Perspektive mehr hat. Um dem Anspruch Höchstleistungen zu erbringen gerecht zu werden, ist es notwendig alle Warnsignale zu ignorieren, die sich in Form psychosomatischer Symptome oder psychischer Leidenszustände zeigen. Stattdessen werden sie oft jahrelang zurückgedrängt und verschwiegen. Chronische Erschöpfungszustände, Ängste und Depressionen sind die Folge (Parpat, 1996).

In meine Männergruppe kommen häufig Teilnehmer mit über 50 Jahren, welche aufgrund körperlicher Beschwerden oder psychischer Erkrankungen nur mehr eingeschränkt oder gar nicht mehr am Erwerbsleben teilnehmen können. Neue Teilnehmer hadern häufig mit ihrer nachlassenden Leistungsfähigkeit und sehen für sich keine Zukunftsperspektive. Für sie ist der Austausch mit Teilnehmern, die bereits einen Umgang und Gelassenheit entwickelt haben eine Chance neue Perspektiven zu gewinnen. Solidaritätserfahrung und das Gefühl nicht alleine mit dieser Situation zu sein unterstützen sie in diesem Akzeptanzprozess. Und manchmal gelingt es auch die Chance in dem scheinbaren Elend zu sehen und aus dem Hamsterrad von Leistungsansprüchen auszusteigen und endlich einmal bei sich und seinen Bedürfnissen anzukommen.

Männer die noch gut im Erwerbsleben stehen, können durch Erfahrungen und persönliche Weiterentwicklung in der Männergruppe lernen, auch im Beruf besser zu bestehen und erfüllen damit durchaus auch heutige berufliche Qualifikationsanforderungen. Das Zutrauen der Männer in ihre eigenen Fähigkeiten und Stärken wird gefestigt und ermöglicht so neue Perspektiven für die Erwerbsarbeit.

Männerfreundschaften – Wie Männer Beziehungen herstellen

Zu Beginn der Teilnahme an einer therapeutischen Männergruppe fällt es den Männern schwer, einen tragfähigen sozialen Kontext herzustellen. Auch im weiteren Gruppenverlauf tauchen immer wieder Phasen der gemeinsamen Hilflosigkeit auf, die häufig mit dem Wunsch nach der Anwesenheit von Frauen verbunden sind. Wie bereits beschrieben übernehmen Frauen in gemischtgeschlechtlichen

Gruppen wie auch in Alltagsinteraktionen häufig die Rolle den Männern ein Sprechen über sich und ihre Gefühle zu ermöglichen. Immer wieder erlebe ich in meinen Männergruppen, das – scheinbar scherzhaft – der Wunsch nach der Aufnahme von Frauen in die Gruppe geäußert wird.

Hieraus ergibt sich ein wichtiges Entwicklungsziel für den Gruppenprozess: Männer lernen über sich selbst und ihre Probleme zu sprechen, ihre Emotionen zu zeigen und sich anderen empathisch zuzuwenden und anzunähern. Gleichzeitig geschieht dies anders als in dem eben beschriebenen Muster von Frauen, das auf Unterordnung und Selbstverleugnung aufbaut (Brandes, 1992).

Das Berühren stellt unter Männern ein absolutes Tabu dar, was gerade zu Beginn der Männergruppenarbeit deutlich wird. Die ersten Berührungen erfolgen im Gespräch, wenn es möglich wird, offen über Verletzungen, Ängste und Bedürfnisse zu sprechen. Daraus kann sich das Bedürfnis nach körperlicher Berührung entwickeln.

Ich erlebe in meinen Männergruppen, dass es meist lange (ca. 1,5 – 2 Jahre) dauert bis sich unter einzelnen Teilnehmern auch private Freundschaften entwickeln oder die Gruppe auch außerhalb der Sitzungen etwas gemeinsam unternimmt. Die ersten Kontakte außerhalb passieren meist über konkrete Hilfestellungen. So reparierte beispielsweise ein Teilnehmer die Türklingel eines anderen. Aus dieser und ähnlichen Situationen heraus entstehen dann mit der Zeit auch private Freundschaften. Häufig beginnt sich die Gruppe nach längerem Gruppenprozess dann auch zwischen den Sitzungen oder in Anschluss an die Sitzungen im privaten Rahmen zu treffen.

Liebesbeziehungen

Unzufriedenheit in Liebesdingen ist häufig der Ausgangspunkt für die Teilnahme an einer therapeutischen Männergruppe. Liebesbeziehungen stellen oft Notgemeinschaften dar, in denen Unzufriedenheit mit der Sexualität, Abhängigkeitsgefühle, Verständigungsprobleme, symbiotische Verbindungen aus Mangelgefühlen und Probleme von Nähe und Distanz im Vordergrund stehen (Parpat, 1996). Die starke Abhängigkeit von den Frauen schlägt sich in einer Ambivalenz der Beziehungen zu Frauen nieder. Männer suchen zwar einerseits die intime Beziehung zu ihnen, da ihr männlicher Habitus aber ein distanziertes Beziehungsver-

halten ausgebildet hat, können sie in diesem engen, körpernahen Kontext nur wenig Sicherheit gewinnen (Brandes, 1992).

Viele Männer geben ihrer Partnerin die Schuld an ihren Unzufriedenheiten, Mangelerscheinungen und Enttäuschungen in Liebesdingen. Diese Projektionen dienen zur Aufrechterhaltung der inneren Stabilität und Entlastung des angeschlagenen Selbstwertgefühls. In der Männergruppe kann es gelingen, durch die Arbeit an den Ursachen des Unglücks in der Liebe die Basis zu schaffen, dass die Teilnehmer für sich selbst die Verantwortung übernehmen können (Parpat, 1996).

Ich erlebe in der Männergruppenarbeit häufig, dass Teilnehmern im Laufe des Gruppenprozesses bewusst wird, welche Sprachlosigkeit eigentlich in ihrer Beziehung herrscht. In der gemeinsamen Arbeit wird der Mangel, über seine Bedürfnisse, Wünsche und Gefühle mit der Partnerin zu sprechen, deutlich. Die Teilnehmer sind dann sehr interessiert, Veränderungsmöglichkeiten zu erarbeiten und versuchen diese auch in der Beziehung umzusetzen. Alleinstehende Männer inszenieren sich in der Männergruppe zunächst häufig als »lonely cowboys« die froh sind endlich alleine zu sein und ihre Ruhe zu haben. Im Laufe des Gruppenprozesses entsteht häufig der Wunsch nach mehr Kontakt und Austausch mit anderen – sei es mit einer Partnerin oder in Freundschaftsbeziehungen.

In der Männergruppe können Männer einen ihnen angemessenen, nicht an weibliche Erfahrung gebundenen Umgang mit Gefühlen und Verletzlichkeiten erlernen. Dadurch können Männer auch ihre Beziehungsfähigkeit zu Frauen weiterentwickeln. Durch das Erlernen von Formen nicht-sexualisierter, intimer Beziehungen zu Männern, machen Männer die Erfahrung, dass auch in der Beziehung zu Frauen Intimität und Sexualität voneinander abgegrenzt sein können (Brandes, 1992).

Sexualität, Angst, Aggression und Gewalt

Auf den ersten Blick ist die Kombination der Begriffe Sexualität, Angst, Aggression und Gewalt nicht ganz nachvollziehbar. Doch die Erfahrungen aus der Männergruppenarbeit machen diese Zusammenhänge deutlich. Sexualität wird in der Gruppe im Zusammenhang mit Angst und Aggressionen thematisiert und zieht sich so wie ein roter Faden durch.

Ein zentrales Tabu ist nach wie vor die Frage, ob ich als Mann Angst überhaupt eingestehen kann. Angst haben gilt als unmännlich, Furchtlosigkeit dagegen

als männlich (Parpat, 1996). Deshalb kommen viele Männer nicht in die Männergruppe, da dies bedeuten würde, sich seine Angst einzugestehen und diese zuzulassen. Die Angst des Mannes zeigt sich am ehesten versteckt: als Eifersucht, Neid, Sinnlosigkeit, Unterlegenheits- oder Minderwertigkeitsgefühl. Nach Jahren der Männergruppenarbeit erkennen Männer mitunter, dass sie auch Angst vor sich selbst haben, Angst die Kontrolle zu verlieren, jemanden zu verletzen, etwas zu zerstören oder zu hassen (Wieck, 1993).

Joachim Parpat (1996) beschreibt, dass männliche Probleme mit der Sexualität wie beispielsweise dem Pornografiekonsum oder Gewaltneigung und sexuelle Übergriffe gegenüber Frauen rasch einen wichtigen Stellenwert im Gruppenprozess einnehmen. Die Auswirkungen einseitiger Führungswünsche, der Wünsche schneller Verfügbarkeit über die Frau, konsumptive Sexualität, Pornografie als Sucht und das Hinterherlaufen hinter Illusionen sind nur einige Themen. Das Thema Gewalt, insbesondere gegenüber Frauen, erfordert die Aufarbeitung der eigenen Gewaltneigung. Über die Thematik des Pornografiekonsums werden männerspezifische Macht- und Unterwerfungsphantasien gegenüber Frauen deutlich. Pornografiekonsum befreit aber nicht, sondern vertieft unbewusste Abhängigkeiten und kann Suchtcharakter annehmen.

Männer sind gleichzeitig mit den Anforderungen eines sozial aggressiven Männlichkeitsideals und der Erwartung von Rücksichtnahme untereinander konfrontiert, was Irritationen und Schuldgefühle zur Folge haben kann. Das gilt besonders für die Sexualität, wo sich diese Widersprüchlichkeit in einer Mischung aus aggressiver Sexualität und Schuld- und Schamgefühlen dieser gegenüber äußert. Wenn selbst geringste aggressive Impulse unterdrückt werden, wächst die Fantasie ins Furchterregende. In der Sexualität vertreten viele Männer die Auffassung, dass sexuell aktive Frauen unehrenhaft bzw. ein sexuell passiver Mann unmännlich sei. Die Vorstellung von der sexuell aktiven Frau ist bei vielen Männern daher ambivalent besetzt und auch von Angst begleitet. Viele Männer können daher mit Frauen, die sie nicht kennen, viel eher Sexualität ausleben, als mit der eigenen Partnerin. Das führt häufig dazu, dass das Sexualeben in dauerhaften Beziehungen eintönig wird und ungehemmte Lust bei den Beteiligten Schuldgefühle hervorruft. Ein häufiges Tabuthema in der Paarbeziehung ist die Onanie. Die Männergruppe stellt einen sonst nicht verfügbaren Raum dar, in dem das Thema Platz findet (Brandes, 1992).

Meine Erfahrungen in der Arbeit mit Männergruppen sind, dass die Themen Sexualität, Angst, Aggression und Gewalt erst spät im Gruppenprozess Platz finden und viel Vertrauen und Schutzraum benötigen. Zunächst werden diese Themen auf gesellschaftlicher Ebene besprochen: Terroranschläge, Vergewaltigungen, Kriege, Ängste vor der Zukunft in dieser Welt werden thematisiert. Und auch wenn die Teilnehmer schließlich doch auf ihre ganz persönlichen Erfahrungen mit diesen Themen zu sprechen kommen, wird oft sehr rasch wieder auf »ungefährlichere« Themen abgelenkt.

Bedeutung und Notwendigkeit therapeutischer Männergruppen

Die beschriebenen Erfahrungen zur Arbeit mit therapeutischen Männergruppen zeigen eine Vielzahl von Aspekten auf, welche die Sinnhaftigkeit eines solchen Angebots unterstreichen. Für viele Männer stellt dies oft die erste Erfahrung dar, mit anderen Männern in tiefergehenden persönlichen und emotionalen Kontakt zu kommen. Die Gründe warum es trotz der offensichtlichen Sinnhaftigkeit und Notwendigkeit kaum Angebote in diese Richtung gibt, und warum ich abgesehen von den beschriebenen Publikationen in den 1990er Jahren auf keine weiteren Veröffentlichungen gestoßen bin, kann ich nur vermuten.

Die therapeutische Männergruppenarbeit zeigt, dass die beschriebenen männerspezifischen Problembereiche ihre Wurzeln sehr häufig in Dynamiken des Aufwachsens in der Herkunftsfamilie haben und der elterliche Einfluss für die Ausprägung traditioneller männlicher Wertevorstellungen sehr groß ist. Im Gruppenprozess werden oftmals Entwicklungsbehinderungen und Mangelereferenzen sowie sehr restriktive Erziehungsstile deutlich.

In der therapeutischen Männergruppe kann es nun durch die Erfahrung einer liebevollen und vertrauensvollen Beziehungsaufnahme zu anderen Männern zu einer positiven männlichen Identifikation und Ich-Stärke kommen. Wachsende Selbstsicherheit, mehr Offenheit im Austausch und nachlassende Abhängigkeitsgefühle gegenüber der Partnerin führen zu einem Wandel der Liebesbeziehung, einer Vertiefung von Freundschaften und mehr Spielraum und Entfaltungsmöglichkeiten im beruflichen Kontext.

Literatur

- Bohnisch, Lothar. (2013). *Männliche Sozialisation. Eine Einführung* (2. Auflage). Weinheim und Basel (Beltz Juventa Verlag).
- Bourdieu, Pierre. (1979). *Entwurf einer Theorie der Praxis* (erste Auflage). Frankfurt am Main (Suhrkamp Verlag).
- Bourdieu, Pierre. (1997). Die männliche Herrschaft. In Irene Dölling & Beate Kraus (Hrsg.), *Ein alltägliches Spiel. Geschlechterkonstruktion in der sozialen Praxis* (S. 153–217). Frankfurt am Main (Suhrkamp Verlag).
- Brandes, Holger. (1992). Ein schwacher Mann kriegt keine Frau. Männer unter sich. *Therapeutische Männergruppen und Psychologie des Mannes*. Münster (Votum).
- Brandes, Holger. (1996). Gruppenanalytische Psychotherapie mit Männern. In Holger Brandes & Hermann Bullinger (Hrsg.), *Handbuch Männerarbeit* (S. 140–153). Weinheim (Psychologie Verlags Union).
- Brandes, Holger & Bullinger, Hermann. (1996). Männlichkeit im Umbruch. In Holger Brandes & Hermann Bullinger (Hrsg.), *Handbuch Männerarbeit* (S. 36–58). Weinheim (Psychologie Verlags Union).
- Connell, Robert W. (2000). *Der gemachte Mann. Konstruktion und Krise von Männlichkeiten* (2. Auflage). Opladen (Leske + Budrich).
- Lange, Ralf. (1998). *Geschlechterverhältnisse im Management von Organisationen*. München (Rainer Hampp Verlag).
- Lenz, Hans-Joachim. (1996). Männergruppenarbeit. In Holger Brandes & Hermann Bullinger (Hrsg.), *Handbuch Männerarbeit* (S. 93–102). Weinheim (Psychologie Verlags Union).
- Lehofer, Sebastian. (2016). *Mann-Sein im Umbruch. Männergruppen in ihren Chancen, Gefahren und Grenzen*. Krems (Donau Universität Krems).
- Lipp, Wolfgang. (1990). Männerbünde, Frauen und Charisma. Geschlechterdrama im Kulturprozeß. In Gisela Volger & Karin v. Welck (Hrsg.), *Männerbünde Männerbünde. Zur Rolle des Mannes im Kulturvergleich*. Band 1 (S. 31–40). Köln (Rautenstrauch-Joest-Museum).
- Meuser, Michael. (2006a). *Geschlecht und Männlichkeit. Soziologische Theorie und kulturelle Deutungsmuster* (2., überarbeitete und aktualisierte Auflage). Wiesbaden (VS Verlag für Sozialwissenschaften/GWV Fachverlage GmbH).

- Meuser, Michael. (2006b). Modernisierte Männlichkeit? Kontinuitäten, Herausforderungen und Wandel männlicher Lebenslagen. In Marie-Theres Wacker & Stefanie Rieger-Goertz (Hrsg.), *Mannsbilder. Kritische Männerforschung und theologische Frauenforschung im Gespräch* (S. 21–42). Berlin (LIT Verlag).
- Parpat, Joachim. (1996). *Wie Männer lieben. Jenseits alter Rollenbilder*. Mainz (Matthias-Grünewald Verlag).
- Volger, Gisela & Welck, Karin von. (1990). Zur Ausstellung und zur Materialiensammlung. In Gisela Volger & Karin v. Welck (Hrsg.), *Männerbände Männerbünde. Zur Rolle des Mannes im Kulturvergleich*. Band 1 (S. XIX–XXVI). Köln (Rautenstrauch-Joest-Museum).
- Wieck, Wilfried. (1993). *Wenn Männer lieben lernen*. Frankfurt am Main (Fischer-Taschenbuch-Verlag).

Über den Autor

Sebastian Lehofer

Mag. (FH), MSc. Ich bin Sozialarbeiter und Psychotherapeut und leite seit vier Jahren therapeutische Männergruppen in Graz. Ich bin Mitarbeiter in einer psychosozialen Beratungsstelle, Psychotherapeut in freier Praxis und Vorsitzender des STLP (Steirischer Landesverband für Psychotherapie).

E-Mail: lehofer@praxismomentum.at