Vortrag von Markus Theunert

Alternativen zu dysfunktionalen Männlichkeitsnormen (er)lebbar machen: Sechs Horizonte zeitgemäßer Männerarbeit

Dresden, 24. November 2022

Was macht einen Mann aus? Das Y-Chromosom? Das Testosteron? Der Penis?

Das kann man(n) so sehen. Jedoch schließen wir bei einer Definition, die sich so stark an biologischen Gegebenheiten orientiert, all jene aus, deren Geschlechtsidentität männlicher ist als ihr Geschlechtskörper. Wenn wir unser Bekenntnis zu Emanzipation und Vielfalt ernst nehmen, sollten wir auf solche Ausschlüsse verzichten.

Doch bleibt dann überhaupt noch etwas übrig, das alle Männer eint?

Ja, der Zwang, ein männliches Selbstverhältnis herzustellen!

Was ist damit gemeint?

Männlichkeit bezeichnet das Gesamt an gesellschaftlichen Anforderungen, die erfüllen muss, wer als Junge und Mann Anerkennung finden will. Ob ich diese Anforderungen meistere, mich dran abarbeite oder sie ablehne, ist erst mal gar nicht entscheidend. Denn so oder so bin ich gezwungen, mich auf diese Anforderungen zu beziehen – oder eben: «ein männliches Selbstverhältnis zu entwickeln».

Das jedoch ist in mehrfacher Hinsicht problematisch:

- Erstens sind diese Anforderungen widersprüchlich und letztlich unerfüllbar. Mannsein heißt also immer auch, einen Umgang mit dem eigenen Ungenügen zu finden.
- Zweitens sind die herrschenden Männlichkeitsnormen in vielfältiger Weise dysfunktional. (In diesem fachlichen Rahmen wird klar sein, was ich damit meine. Ich belasse es deshalb beim Stichwort Männergesundheit.) Deshalb sind Männer gezwungen, sich auf dysfunktionale Normen zu beziehen.

Daraus ergibt sich eine erste und ganz grundsätzliche Bestimmung, was geschlechterreflektierte Arbeit mit Jungen, Männern und Vätern leisten kann und leisten muss:

Zentrale Aufgabe von Männerarbeit ist, funktionale Alternativen zu dysfunktionalen Männlichkeitsnormen zu entwickeln, anzubieten, bekannt zu machen und langfristig als neue Norm zu verankern.

Wie tut sie das?

Ich habe versucht, in sechs Fragmenten oder Mosaiksteinen eine nähere Bestimmung zu formulieren.

1 Männerarbeit **schafft Verbindung** – zu sich, zu anderen, zum großen Ganzen. Sie ist die Alternative zu Männlichkeitsnormen, die Männer isolieren, disziplinieren, kontrollieren, entfremden und dissoziieren.

Ich habe es bereits in der Einleitung angetönt: Zugehörigkeit zur Gruppe der «richtigen» Männer muss erarbeitet werden. Ob die Aufnahme gelingt, darüber entscheiden in letzter Instanz die gleichgeschlechtlichen Peers. Das Problem: Niemand kennt die Aufnahmekriterien genau. Wie kräftig ist kräftig genug? Wie leistungsstark ist leistungsstark genug? Wie souverän ist souverän genug? Wie «männlich» ist «männlich» genug?

So verinnerlichen Jungen eins ganz besonders: Den Imperativ, alles zu unterlassen, was «unmännlich» gelesen werden könnte. In der Negation gelingt die Definition leichter: Unmännlich ist, was mädchenhaft oder schwul wirkt. Das gilt es unter allen Umständen zu vermeiden. Doch der Preis dafür ist hoch: die «Verwehrung des Selbst» (Lothar Bönisch und Reinhard Winter). Denn nur wenn ich stets die Kontrolle darüber behalte, ob «unmännliche» Impulse meinen inneren Zensor überlisten, kann ich sicher genug sein, nicht als «Unmann» entlarvt zu werden. Das aber heißt: Ich kann mich meiner Innenwelt nicht vertrauensvoll zuwenden und wohlwollend annehmen, was kommt, so wie es der Ratgeber für psychische Gesundheit empfehlen würde. Ich muss mein Innenleben vielmehr als latenten Gefahrenherd im Auge behalten und alle Gefühle – insbesondere die verletzlichen – abwehren.

Das führt zu einem Leben, das stets leicht zeitverzögert ist. Denn wenn ich immer erst prüfen muss, was geht, bin ich nie identisch mit dem, was ist. Das Hier und Jetzt ist dann stets schon vorbei, bis ich da bin. Und das fühlt sich nicht gut an, weil man(n) immer zu spät kommt und immer etwas verpasst hat – egal wie viel man(n) hat oder ist. Hier wächst ein Lebenshunger, der nie richtig zu stillen ist.

Ich orte in dieser Dynamik einen zentralen Treiber dieser Wutspiralen, mit denen wir in Zeiten von Rechtspopulismus, Gender-Backlash und White Supremacy so bedrohlich konfrontiert sind. Es ist kein Zufall, dass Männer in Gruppierungen mit extremistischer Tendenz und antidemokratischer Ausrichtung stark überrepräsentiert sind. Denn dieses zeitverzögerte Lebensgefühl bringt ja auch mit sich, dass ich immer etwas neben mir stehe. Beobachter meiner selbst bin. Mir selbst fremd bleibe. Natürlich fühlt sich das wie Betrug an. Es ist auch ein Betrug. Aber eben kein Betrogen-Werden von «denen da oben», sondern ein Sich-Betrügen von «dem da innen». Ich möchte deutlich sagen: Leben im Autopilot ist Gewalt an sich selbst.

Das Knifflige daran: Der Mann, der sich diese Gewalt antut, ist nicht nur Täter. Er ist Opfer und Täter zugleich. Er ist Opfer seiner männlichen Sozialisation. Doch weil er im Opfer-Sein immer noch Handlungschancen hat, ist er eben auch Täter, wenn und weil er sie nicht nutzt.

2 Männerarbeit macht **Gemeinschaft** unter Männern erlebbar und schafft **Raum für den Austausch**. Sie ist die Alternative zu Männlichkeitsnormen, die Konkurrenz und Wettbewerb unter Männern einfordern, männliche Sprachlosigkeit fördern, Alles-im-Griff-Attitüden belohnen und Einzelkämpfertum idealisieren.

Männer leben (Zitat) «in der permanenten, bisweilen ins Absurde getriebenen Spannung und Anspannung, in der die Pflicht, seine Männlichkeit unter allen Umständen zu bestätigen, jeden Mann hält» (Bourdieu 2005, 92).

Der Geschlechtersoziologe Michael Meuser kommt auf dieser Basis zum Schluss, dass (Zitat) «Wettbewerb ein zentrales Mittel männlicher Sozialisation ist und dass, so paradox das möglicherweise erscheinen mag, der Wettbewerb Männer nicht (oder nicht nur) voneinander trennt, sondern dass er zugleich, in ein- und derselben Bewegung, ein Mittel männlicher Vergemeinschaftung ist» (Meuser 2008, 5172). Diese (Zitat) «Simultaneität von Gegen- und Miteinander ist kennzeichnend für zahlreiche Männlichkeitsrituale.» Diese Rituale seien für Männer Risiko und Rettung zugleich: «Männer sind einerseits ständig gefordert, ihre Männlichkeit unter Beweis zu stellen – insofern ist ihre Männlichkeit fragil –, sie wissen aber andererseits und werden darin durch die Gruppe bestärkt, was sie tun müssen, um sich als Mann zu beweisen – insofern gibt es eine habituelle Sicherheit.»

Nur wer in diesen «ernsten Spielen des Wettbewerbs» unter Männern besteht, gilt als richtiger Mann. Genau deswegen ist das Zusammensein unter Männern nie ganz entspannt, solange männlicher Wettbewerbszwang nicht bewusst reflektiert und ausgehebelt wird. Denn man(n) muss immer auf der Hut bleiben. Jederzeit kann die Vertrautheit durch ein Wettbewerbssignal beendet werden. Es ist eine Aufgabe von Männerarbeit, Räume zu öffnen, in denen dies nicht – oder bewusst und abgesprochenemassen – passiert.

Für mich persönlich ist es immer wieder extrem eindrücklich zu sehen, was in Männern geschieht, wenn sie zum ersten Mal eine Geborgenheit unter Männer jenseits von Konkurrenz und Genügensangst erleben. Solche Räume zu ermöglichen, ist eine der Aufgaben von Männerarbeit. In der 1:1-Situation in der Männerberatung leitet sich daraus eine besondere Sorgfaltspflicht des Beraters ab. In Gruppensituationen ist eine besondere Aufmerksamkeit gefordert, um diesen Schutzraum herzustellen und zu halten.

3 Männerarbeit gibt **Orientierung und Impulse** auf dem Weg zu gerechten Geschlechterverhältnissen. Sie ist die Alternative zu Männlichkeitsnormen, welche jede Infragestellung von Männlichkeit als Unverschämtheit abwerten und/oder als Bedrohung abwehren.

Männlichkeit wird seit einigen Jahren zusehends problematisiert. Das Schlagwort «toxischer Männlichkeit» hat einer breiteren Öffentlichkeit bewusst gemacht, dass es Männlichkeitsanforderungen gibt und diese nicht unbedingt gesundheitsförderlich. Das ist meines Erachtens ein großer Fortschritt.

Die Gefahr besteht darin, die Toxizität gesellschaftlicher Erwartungen zu individualisieren und in der Folge Männern das Gefühl zu vermitteln, sie selbst seien toxisch. Dagegen hilft nur eins: Immer wieder darauf beharren, die strukturelle Dimension im Blick zu behalten. Dort ist das Wachstum – aber leider auch der Widerstand.

Denn wenn wir Männlichkeit strukturell verstehen, wird klar: Es gibt keine «natürliche», archaische oder gottgebene Männlichkeit. Es gibt überhaupt keine ambivalenzfreie Männlichkeit, zu der wir zurückkehren könnten. Die einzige Option heißt: eine Weiterentwicklung aus dem jetzigen Spannungszustand hinaus.

Denn zeitdiagnostisch müssen wir festhalten: Trotz aller Veränderungen haben sich Männlichkeitsanforderungen nicht im Kern transformiert. Das alte Ideal des leistungsstarken Ernährers gilt ja noch immer. Es kamen bloß zusätzliche Anforderungen hinzu: die Anforderung, ein einfühlsamer Gesprächspartner zu sein, beispielsweise, ein präsenter Vater oder ein sozial kompetenter Teamplayer. Dass diese alten und neuen Anforderungen weder zeitlich noch inhaltlich kompatibel sind, wird im öffentlichen Diskurs geflissentlich übersehen. Übrig bleiben die vereinzelt Männer mit ihrem Unbehagen: Manche leiden still, andere wüten laut, aber nur einer Minderheit gelingt es, das individuelle Scheitern in seiner politisch-kulturellen Gewolltheit zu sehen.

In dieser Situation ist die Rede von «toxischer Männlichkeit» für viele (weiße Cis-) Männer eine Reizfigur. Sie erleben es als Zumutung, wenn wir die Auseinandersetzung mit patriarchalen Strukturen und männlichen Privilegien einfordern. Sie wollen in Ruhe gelassen werden – und am vielleicht wirkmächtigsten männlichen Privileg überhaupt festhalten: dem Privileg, die eigenen Privilegien übersehen zu dürfen. Denn solange Männer Mittelpunkt und Nullpunkt der Gesellschafts- und Geschlechterordnung sind, haben sie kein Geschlecht. Sie sind einfach der nicht weiter hinterfragbare Normalfall.

Dass die eigene Perspektive plötzlich ihren universalen Geltungsanspruch zu verlieren droht, verursacht bei vielen unserer Geschlechtsgenossen auch tiefe Kränkungen. Sie fühlen sich – mangels strukturellem Blick auf sich selbst – *als Personen* fundamental abgewertet. Sie sind es sich nicht gewohnt, in ihrer Sprechposition markiert zu werden. Sie sind es sich nicht gewohnt, auf das Partikuläre ihrer Perspektive hingewiesen zu werden. Sie sind es sich nicht gewohnt, nicht länger «Mensch» zu sein, sondern «nur» noch ein «weisser Cis-Mann».

Da müssen wir durch. In diesem Punkt muss Männerarbeit normativ und unmissverständlich sein: Das unsichtbare Privileg, so tun zu können, als profitierten Männer nicht von strukturellen Privilegien, liegt nicht mehr drin. Die Irritationen und Vorwürfe, die wir uns damit einhandeln, müssen wir aushalten.

Wichtig: Es geht nicht darum, Männern eine Erbschuld am Patriarchat zu geben. Es geht darum, von Männern ihr Verantwortung für ihre heutige Teilhabe am Patriarchat einzufordern. Das sind zwei verschiedene Dinge!

4 Männerarbeit fördert männliches **Sorgen und Kümmern**. Sie ist die Alternative zu Männlichkeitsnormen, die Männer im Irrglauben halten, einen Anspruch auf häusliche, emotionale und sexuelle Versorgung durch Frauen zu haben.

10 Stunden mehr Familien- und Hausarbeit leistet der durchschnittliche Schweizer Mann heute im Vergleich zu seinem Engagement vor 20 Jahren. Das ist ein echter Tatbeweis. Die Zahlen für Deutschland dürften ganz ähnlich aussehen.

		Haus- und Familienarbeit	Freiwilligenarbeit	Erwerbsarbeit	Total
Mütter	2020	52,3 h	1,3 h	16,1 h	69,7 h
	1997	51,6 h	2,0 h	10,8 h	64,4 h
	Verlauf	+0,7 h	-0,7 h	+5,3 h	+5,3 h
Väter	2020	31,7 h	1,0 h	35,4 h	68,1 h
	1997	21,8 h	1,8 h	40,7 h	64,3 h
	Verlauf	+9,9 h	-0,8 h	-5,3 h	+3,8 h

Abbildung: Familiäre Aufgabenteilung bei Eltern von Kindern im Alter von 0 bis 14 Jahren im Zeitvergleich 1997/2020 (eigene Darstellung mit Zahlen des Bundesamts für Statistik)³

Das Problem: Frauen werden dadurch nicht entsprechend entlastet. Und: Häufig übernehmen Männer zwar mehr Aufgaben, aber nicht unbedingt mehr Verantwortung. Das führt dazu, dass der viel zitierte «mental load» – also die Anstrengung, alles zu planen und an alles zu denken – bei den Frauen bleibt. Auch Zuwendung ist eine Ressource, von der Männer mehr zu tanken gewohnt sind als sie zu geben bereit und in der Lage sind. Männer (in heterosexuellen Beziehungen) (Zitat) «verlassen sich darauf, dass sie Erholung in der Beziehung erhalten. Geborgenheit, Nähe, Sex und dass sie mit ihren Partnerinnen etwa Probleme im Beruf besprechen können», schreibt Geschlechterforscherin Franziska Schutzbach (2021, 241). Daraus leitet sich die Forderung einer *affective equality* – also Gleichstellung in der Beziehungs- und Gefühlsarbeit – ab.

Dafür müssen wir verlernen, uns ganz automatisch an Frauen zu wenden, wenn wir bedürftig sind. Wir müssen aufhören, Frauen als Sanitäterinnen, Köchinnen, Trostpenderinnen, Wäscherinnen, Mutmacherinnen etc. zu beanspruchen, wenn wir bedürftig sind. Weil wir uns an die Verfügbarkeit weiblicher Zuwendung gewöhnt haben, verpassen wir eine wichtige Erfahrung: Ich kann das auch. Ich kann das selbst. Es ist zwar schön, umsorgt zu werden. Aber ich bin nicht darauf angewiesen! «Caring masculinities» lautet der seit einigen Jahren intensiv diskutierte Fachbegriff.

5 Männerarbeit leitet an, im Einverständnis mit existenziellen **Begrenzungen** zu sein. Sie ist die Alternative zu Männlichkeitsnormen, die ewiges Wachstum, egoistischen Hedonismus und die Ausbeutung der natürlichen Ressourcen «normal» erscheinen lassen.

Das Patriarchat ist heute nicht mehr die «Herrschaft DER Männer». Denn offensichtlich gelingt es immer mehr Frauen, in die Sphären wirtschaftlicher und politischer Macht vorzudringen: nämlich jenen Frauen, die mit den nach wie vor männlich geprägten Spielregeln umzugehen wissen. Dadurch wird das Patriarchat weiblicher, jünger und vielfältiger. Seine Systemeigenheiten bleiben aber unangetastet.

Ich habe in dieser Übergangssituation vorgeschlagen, das Patriarchat als männlich geprägtes Herrschaftsprinzip zu verstehen, das die Ausbeutung zur Normalität erklärt, zu der es keine Alternative gäbe. Wichtig: Es geht sowohl um die Ausbeutung meiner eigenen Ressourcen wie auch um die Ausbeutung Dritter und die Ausbeutung der natürlichen Lebensgrundlagen. Dieser Mindset führt uns schnurstracks in die Klimakatastrophe. Trotzdem gelingt es dem patriarchalen System weiterhin erfolgreich, so zu tun als gäbe es dazu keine Systemalternative. Mich macht das zuweilen fassungslos und ohnmächtig.

Gibt es Alternativen zur Rebellion? Was können wir tun, wenn wir uns nicht auch an Kunstwerken festkleben wollen?

Meine These ist: Männerarbeit muss im Kleinen suchen, vermitteln und vorleben, indem wir den Umgang mit Einschränkungen und Begrenzungen als Teil unseres Auftrags verstehen.

Der Philosoph Björn Vedder benennt es in seinem Buch «Väter der Zukunft» als väterliche Aufgabe, dem Kind zu lehren, das «Leben vom Ende her zu denken», also den kindlichen Übermut sanft und eindringlich mit den Begrenzungen der Wirklichkeit in Kontakt zu bringen. Mir gefällt diese Idee. Wir könnten dann die Zeitdiagnose formulieren, dass es unserer Gesellschaft an einer Väterlichkeit mangelt, die den Umgang mit Begrenzungen zur Selbstverständlichkeit macht – und die Gier nach Immer-schneller-immer-mehr zur Ausnahme.

6 Männerarbeit fördert **Versöhnung**. Sie ist die Alternative zu Männlichkeitsnormen, instrumentell-mechanistische Formen der Selbstführung, Selbstentfremdung und Bitterkeit unvermeidlich erscheinen lassen.

Der Soziologe Hartmut Rosa schlägt vor, Resonanz als Gegenbegriff und Gegenkonzept zum Erleben einer tiefgreifenden Entfremdung vom «Eigentlichen» zu nutzen, das so kennzeichnend für unsere Zeit scheint. Ich halte das für fruchtbar.

Technisch gesprochen ist Resonanz die Fähigkeit, mit meiner Aufmerksamkeit gleichzeitig bei mir, bei meinem Gegenüber und im gemeinsam konstellierten Zwischenraum zu sein. Diesen Modus Operandi müssen wir Männer uns zurückerobern – und andere Männer dabei anleiten.

Resonanz ist der Weg, um aus existenzieller Einsamkeit herauszufinden. Resonanz ist der Weg zu einer Liebe, die mehr ist als ein «Egoismus zu zweit» (Fromm). Resonanz mit mir selbst ist radikale Selbstfürsorge.

Svenja Gräfen schreibt in ihrem gleichnamigen Buch (Zitat): «Selbstfürsorglich zu sein, bedeutet, genau hinzusehen und deine Bedürfnisse besser kennenzulernen. Dir überhaupt zuzugestehen, Bedürfnisse zu haben und diese erfüllen zu dürfen – auch wenn dir gesellschaftliche Normen, unterdrückende Strukturen oder vergangene Erfahrungen das Gegenteil einreden. Indem du lernst, deine Bedürfnisse einzuordnen und auf eine Art und Weise auf sie zu reagieren, die dir guttut, bekämpfst du diese Normen und Strukturen – im Kleinen, ja, sicher, aber immerhin bekämpfst du sie.»

Ich mag die Idee, Selbstfürsorge als politischen Akt zu begreifen. In dieser Perspektive wirkt Männerarbeit auf heilsame Art subversiv, indem sie Männer den Weg heim zu sich selbst weist; indem sie Männer lehrt, sich selbst mehr zu vertrauen als den Versprechen und Verheissungen der Aussenwelt.

Stellt sich zum Schluss die Frage: Wollen Männer das überhaupt?

Ich entgegne erstens: Traditionelle Männlichkeit ist ein Gesundheitsrisiko. Wir können ohne Zögern die evidenzbasierte Aussage wagen: Wer so lebt, wie es von einem «richtigen Mann» erwartet wird, stirbt früher, einsamer und bitterer. Wollen Männer denn das?

Ich behaupte zweitens: Natürlich haben Männern eine Sehnsucht nach Gleichstellung, einen tiefverwurzelten Wunsch nach einem Leben jenseits des „Mann-sein-Müssens“, einen Hunger nach Beziehungen ohne Hierarchie und Gewalt – auch sich selbst gegenüber. Männerarbeit ist nicht manipulativ oder übergriffig, wenn sie sich mit dieser Sehnsucht verbündet.

Wenn wir daran glauben, dass diese Sehnsucht besteht, verändert sich aber die Dynamik. Denn nun stehen wir nicht mehr konfrontativ einem bockigen Profiteur gegenüber und versuchen, ihn auf unsere Seite zu ziehen. Sondern wir stehen auf seiner Seite und versuchen mit ihm zusammen, Schritte ins Offene zu gehen – wir verbünden uns mit seiner Sehnsucht und kämpfen gemeinsam mit ihr gegen jenen fatalen Reflex, den die Männer so verinnerlicht haben, dass sie es meist selbst gar nicht mehr merken: den Reflex, in ihrem Innern alles auszublenden und abzuspalten, was bedürftig ist.

Männer heute sind Gefängniswärter und Gefangene in Personalunion. Solange wir sie als Gefängniswärter ansprechen, verhärten sie weiter. Begegnen wir ihnen aber (auch) als Gefangene, ist der erste Schritt zur Flucht aus dem Gefängnis bereits gemacht.