



Foto: Aline Pape

Gefühle und Erwartungen

Wie sieht er denn aus, der Mann von heute?

Leistung sollen Männer bringen, Härte zeigen. Aber auch einfühlsam und aufmerksam sein. Der Schweizer Psychologe Markus Theunert hat ein paar Ideen, wie sich die Widersprüche versöhnen lassen.

Ein Interview von **Charlotte Theile** mit Fotos von Aline Pape • 20.06.2023, 18.40 Uhr

 Artikel zum Hören • 8 Min

 [Anhören](#)



Ein lauer Sommerabend in Zürich, draußen locken der See, der Fluss, unzählige Bars. Drinnen ist es voll und etwas zu warm, Sonnenlicht kommt nicht herein. Auf der Bühne kündigt ein Mann einen anderen Mann an, auch im Publikum überwiegend Männer: Ältere Semester im karierten Hemd, jüngere mit kurzgeschorenen Haaren, andere mit Dutt und Yogahosen. Sie alle interessieren sich für Markus Theunert und sein neues Buch: »Jungs, wir schaffen das.« Es

handelt von toxischer Männlichkeit, Verantwortung für das Patriarchat, Machtmissbrauch, Angst vor Veränderung und Statusverlust.

ANZEIGE		
	Das Online-Girokonto Für alle, die ihre Bankgeschäfte einfach digital erledigen. postbank.de	
	Smart & Safe Home Finde jetzt Sicherheitstechnik für dein Zuhause bei Conrad! conrad.de	
	congstar Allnet Flat M 16 GB (+ jedes Jahr 5 GB mehr) mit max. 50 Mbit/s - inkl. LTE 50 congstar.de	

In der Schweiz ist der 50-Jährige ein gefragter Mann: Er kennt sich aus, schließlich ist er, der Psychologe und Soziologe, seit Jahrzehnten in der Männerberatung aktiv, mitfühlend und unaufgeregt beschreibt er immer wieder, wie sich die großen Gleichstellungsdebatten für Männer anfühlen. Zu Beginn des Abends liest er aus dem Intro seines Buches vor: »Ein Misstrauen gegenüber dem Männlichen schlechthin durchdringt nicht nur die gesellschaftliche Meinung, sondern auch das Selbstbild der meisten Männer.«

Zur Person

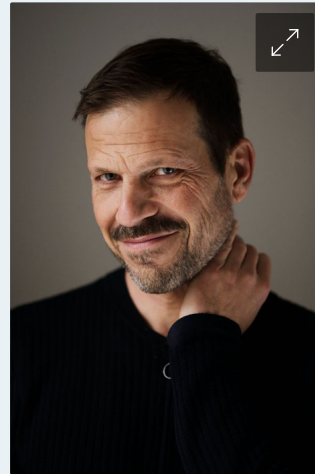


Foto: Annick Ramp

Markus Theunert, 50, Soziologe, Psychologe und seit Jahrzehnten in der Männerberatung aktiv. Er sagt: »Ich bleibe nicht bei der Problembeschreibung stehen, sondern wage eine Positivskizze, wie nachhaltiges Mannsein gelingen könnte.«

WERBUNG



Theunert ist es gewohnt, schnell in die Tiefe zu gehen. Die Männer, die an diesem Abend hier sind, wollen genau dahin, an den Kern ihrer Emotionen, den Kern ihrer Männlichkeit. Seine Gedanken beruhen »auf der feministischen Analyse«, stellt Theunert zu Beginn klar. Dass Biologie und Hormone natürlicherweise dazu führen, dass Männer im Chefessel und Frauen am Wickeltisch landen, will er nicht mehr diskutieren, gegendert wird so selbstverständlich, dass es nicht auffällt.



Typisch Mann, oder? Mit ihrem Fotoprojekt »**Modern Gender**« hinterfragt die nicht-binäre Fotografin und Aktivistin Aline Pape traditionelle Darstellungen von »Männlichkeit«: Wie verändert sich der Blick auf eine männliche identifizierte Person, wenn sie ein typisch »feminines« Attribut trägt. Ein Kleid zum Beispiel? Lippenstift? Schmuck? So spielt sie mit der typischen binären Mann-Frau-Geschlechterordnung – und lässt neue Bilder entstehen. Foto: [Aline Pape](#)

Und tatsächlich gibt es niemanden, der dazu eine Frage stellt. Was die Männer stattdessen wissen wollen?

Einer, Mitte 20, trägt ein Fußballtrikot und fragt, wie er kritische Männlichkeit in sein bildungsfernes »Herkunftsmilieu« tragen kann. Theunert antwortet, für ihn sei das auch eine Herausforderung. Er wolle sich gern vernetzen und künftig enger zusammenarbeiten.

ANZEIGE

WARUM SIND SIE BEI SWICA GENAU RICHTIG?

Mehr erfahren und einen von 100 Preisen gewinnen.

SWICA

Mehr zum Thema

6+ Intergeschlechtlichkeit: Wann ist ein Mann ein Mann? Von Heike Klovert**6+ Sexualitätsdebatte: »Mindestens drei Geschlechter, mitunter auch vier oder fünf«** Ein Interview von Katja Iken

Ein anderer will wissen, warum Theunert das Raufen und Rangeln von Jungs auf dem Schulhof verteidige. Theunert antwortet, Dominanz und Gewalt verurteile er natürlich. Andererseits sei es aber für Jungen oft die einzige akzeptierte Art, körperliche Nähe herzustellen. »Und solange wir nichts anderes haben, würde ich ihnen das ungern wegnehmen wollen.«

Ein älterer Mann setzt zu einem Kompliment an: »Ich fand es einfach zauberhaft... ich hatte rosige Wangen, als ich das gehört habe, diese Frage: ›Jungs, seid ihr bereit?‹ Da möchte man doch einfach nur rufen: ›Ja, ich bin parat!‹«



Felix: Er war die erste Person, die Pape für ihr Projekt fotografiert hat. Sie schreibt: »Ich beobachtete, wie er mit dem Kleid in den Kontakt kam, wie er sich drehte und bewegte und wie das Tragen dieses Kleides eine neue Erfahrung für ihn war. Es war, als ob er eine neue Seite an sich entdeckte, die er noch nie zuvor gesehen hatte.« Foto: Aline Pape

Wie geht es jetzt weiter, Herr Theunert?

SPIEGEL: Sie haben einen Kompass für »Männer von heute« geschrieben. Wie sieht er denn aus, der Mann von heute?

Theunert: Er versucht, widersprüchliche Männlichkeitsnormen unter einen Hut zu bekommen. Einmal die traditionellen Anforderungen von Leistung und Härte. Heute sollen Männer aber auch ein einfühlsam und aufmerksam sein.

SPIEGEL: Das klingt schwierig.

Theunert: Es ist unmöglich. Und daraus erwächst eine große Kränkung: Der Mann von heute scheitert am Vereinbaren des Unvereinbaren.

SPIEGEL: Die Ansprüche an Frauen sind ähnlich unvereinbar.

Theunert: Absolut. Ich konzentriere mich einfach auf Männer. Konkret: Auf die Frage, welche Kompetenzen sie brauchen, um Männer mit Zukunft zu werden. Einer, der gern und fair Mann ist. Damit meine ich nicht nur, dass man von anderen nicht mehr Care-Arbeit erwartet, als man selbst zu geben bereit ist. Sondern auch: einen nachhaltigen Umgang mit den eigenen und den ökologischen Ressourcen zu finden. Das ist das Besondere: Ich bleibe nicht bei der Problembeschreibung stehen, sondern wage eine Positivskizze, wie nachhaltiges Mannsein gelingen könnte.





Joachim: 30 Personen hat Pape für ihr Fotoprojekt fotografiert, sie waren zwischen 20 und 58 Jahre alt. Die meisten Fotografierten, so Pape, hätten zum ersten Mal »Femininität« für sich ausprobiert. Ein Teilnehmer habe berichtet, dass es für ihn eine große Überwindung war teilzunehmen – er hatte demnach Angst vor der Reaktion seiner Arbeitskolleginnen und -kollegen, wenn sie die Fotos sehen.
Foto: [Aline Pape](#)

SPIEGEL: Und wie soll das gehen?

Theunert: Ich beschreibe im Buch drei Kompetenzen: Zunächst das Sich-Selber-Beistehen – sodass man nicht reflexhaft Zuwendung von Frauen in Anspruch nehmen muss. Zum Zweiten die Kompetenz, sich selbst zu begrenzen und zu konfrontieren, etwa mit den eigenen Privilegien. Und zum Dritten die Kompetenz, sich zu öffnen, zu vertrauen und Begegnung zuzulassen.

SPIEGEL: Sie schreiben vor allem für weiße, heterosexuelle, Cis-Männer. Worunter leiden diese Männer Ihrer Beobachtung nach?

Theunert: Ihr Unglück ist, wie leicht es ihnen fällt, eigene Privilegien zu übersehen. Keine Angst haben müssen. Nicht infrage gestellt werden. Nicht um Raum kämpfen müssen. Sich nicht mit Gender fragen konfrontieren müssen. Paradoxerweise übersehen sie dadurch die empirisch bestens gesicherte Tatsache: Dass die Orientierung an traditionellen Männlichkeitsnormen ihr Leben kürzer, einsamer und bitterer macht.



Fikri: Nach den Shootings führte Pape Interviews mit den Porträtierten. Ein Teilnehmer sagte der Fotografin: »Sein Äußeres zu ändern ist eine Möglichkeit, sein Gender und sich zu hinterfragen und zu schauen, wie fühle ich mich eigentlich; als wer fühle ich mich eigentlich?« Foto: [Aline Pape](#)

SPIEGEL: Sie schreiben, Ihre Überlegungen fußen auf einer »feministischen Analyse«. Was heißt das?

Theunert: Für mich bedeutet das: Geschlecht ist gewollt, gemacht – und deshalb auch gestaltbar. Natürlich ist auch der biologische Körper relevant. Aber die Biologie ist so vielfältig und erklärt allein so wenig. Die Behauptung, dass sich alle Menschen eindeutig dem weiblichen oder dem männlichen Geschlecht zuordnen lassen, ist unhaltbar. Als Propagandalüge taugt sie trotzdem, weil wir Geschlechternormen so sehr verinnerlicht haben. Das fühlt sich alles viel naturgegebener, an als es ist. Da können wir Heteromänner vieles von der LGBTQ-Szene lernen: Vielfalt anerkennen und uns vielleicht auch trauen, selbst freier und selbstbestimmter zu leben.

Mehr zum Thema

6+ Datenanalyse von 92 Songs: Wie viel Gewalt steckt in Rammsteins Texten?

Von Holger Dambeck und

Christoph Winterbach

**6+ Vorwürfe gegen Rammstein: Sex, Macht, Alkohol – was die jungen Frauen aus der »Row Zero« berichten****6+ Zu den Vorwürfen gegen Till Lindemann: Der Nussknacker im verbarrikadierten Raum**

Eine Analyse von Arno Frank



SPIEGEL: Die Enthüllungen um die Band Rammstein und deren Frontmann Till Lindemann haben einen zumindest fragwürdigen Umgang mit jungen Frauen zutage gebracht. Hätten Sie damit gerechnet, dass es heute noch derartige Systeme gibt?

Theunert: Was mich überrascht hat, ist das Ausmaß, das hier mutmaßlich zutage tritt. Aber dass es diese Ausbeutungssysteme gibt, hat mich nicht überrascht. Das Patriarchat gedeiht ja nach wie vor bestens. Bloß sein Antlitz ist etwas bunter, jünger und weiblicher geworden. Doch das patriarchale Grundprinzip von Ausbeutung – seiner selbst und anderer – das bleibt unhinterfragt.



Gregor: Viele Porträtierte hätten nach dem Shooting von einem neuen Körpergefühl berichtet, schreibt die Fotografin. »Einige Personen nahmen sich den Schmuck oder ein Kleidungsstück sogar mit nach Hause, oder schickten mir Fotos von ihren neuen Errungenschaften.« Foto: [Aline Pape](#)

SPIEGEL: Die Texte, die Till Lindemann als Sänger und Dichter verfasst, berauschen sich an Gewalt und Frauenfeindlichkeit. Die Band füllt damit riesige Stadien. Wie erklären Sie sich das?

Theunert: Hier weise ich auf eine Studie von 2017 hin, aus der man herauslesen kann, dass 40 Prozent aller deutschen Männer empfänglich für antifeministisch-männerrechtlerische Denkfiguren sind. Eine neue Umfrage hat ergeben: Jeder dritte befragte Mann in Deutschland findet Gewalt in der Partnerschaft akzeptabel. [Auch wenn es methodische Fragezeichen gibt](#) , sollte uns dieses Resultat alarmieren. Wir leben in einer Gesellschaft, in der Verachtung von und Hass gegenüber Frauen bis heute Alltag sind. Als Tarnung kommt oft Ironie als Stilmittel zum Einsatz, gepaart mit dem Verweis auf die Kunstfreiheit. Das kenne ich so ähnlich aus vielen Incel-Foren. Am Schluss soll immer alles nur ein Witz gewesen sein.

Mehr zum Thema

6+ **Umstrittene Daten von Plan International: Jeder dritte Mann findet Gewalt gegen Frauen akzeptabel – oder doch nicht?** Von Sina Horsthemke



6+ **Frauen und Alkohol: »Ich habe getrunken, um mich selbstbewusst, tough und emanzipiert zu fühlen«** Ein Interview von Marilena Berends



6+ **Aktivistin über häusliche Gewalt: »Ich werfe der Frauenbewegung vor, dass sie Männer pauschal verurteilt«** Ein Interview von Heike Klovert



SPIEGEL: Und wer nicht mitlacht, hat keinen Humor?

Theunert: Genau. Daran bin ich aber gewöhnt: Als progressiver Männlichkeitskritiker bist du immer der humorlose Kerl vom Dienst.

SPIEGEL: Was kritisieren Sie am modernen Feminismus?

Theunert: Es gibt so viele Feminismen. Ich arbeite mich am politisch geförderten Gleichstellungsfeminismus ab, der die männliche Norm nicht zu hinterfragen wagt. Ich freue mich für jede einzelne Frau, die es nach oben schafft. Aber wenn Gleichstellung nur dazu führt, dass auch immer mehr Frauen bis zum Umfallen arbeiten, Sex kaufen, rasen oder zuschlagen, ist das doch nicht der Fortschritt, den wir wollen. Wir müssen das Patriarchat transformieren – und nicht einfach Frauen ermuntern, sich genauso zerstörerisch zu verhalten, wie es bislang Männern vorbehalten war. Dafür müssen wir auch erkennen: Männliche »Privilegien« sind zutiefst zweischneidig. Denn dieses Leben macht einsam, und es entfremdet einen von den eigenen Gefühlen.

SPIEGEL: Und was lässt sich dagegen tun?

Theunert: So banal es klingt: überhaupt erst mal spüren und fühlen üben – so oft es geht. Am besten täglich trainieren. **5**

ANZEIGE



Markus Theunert
Jungs, wir schaffen das: Ein Kompass für Männer von heute

Verlag: W. Kohlhammer GmbH
Seitenzahl: 251

Für 29,00 € kaufen

Bei Amazon
bestellen

Bei Thalia bestellen

Produktbesprechungen erfolgen rein redaktionell und unabhängig. Über die sogenannten Affiliate-Links oben erhalten wir beim Kauf in der Regel eine Provision vom Händler. [Mehr Informationen dazu hier](#)