



Psychotherapeutische **Dial**oge

Typisch Frau, typisch Mann?

Die Bedeutung
von Genderfragen
für die Psychotherapie

Rosemarie Piontek
und Björn Sufke

im Gespräch mit Uwe Britten

V&R

Psychotherapeutische **Dia|loge**

Herausgegeben von Uwe Britten

Rosemarie Piontek/Björn Sufke

Typisch Frau, typisch Mann?

Die Bedeutung von Genderfragen
für die Psychotherapie

Rosemarie Piontek und Björn Sufke im Gespräch mit Uwe Britten

Vandenhoeck & Ruprecht

Mit 2 Abbildungen und 2 Tabellen

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

ISBN 978-3-647-45191-6

Weitere Ausgaben und Online-Angebote sind erhältlich unter: www.v-r.de

Umschlagabbildung: dalinas/shutterstock.com

Texterfassung: Regina Fischer, Dönges

Korrektur: Edda Hattebier, Münster; Peter Manstein, Bonn

© 2017, Vandenhoeck & Ruprecht GmbH & Co. KG,

Theaterstraße 13, D-37073 Göttingen /

Vandenhoeck & Ruprecht LLC, Bristol, CT, U.S.A.

www.v-r.de

Alle Rechte vorbehalten. Das Werk und seine Teile sind urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung in anderen als den gesetzlich zugelassenen Fällen bedarf der vorherigen schriftlichen Einwilligung des Verlages.

Satz: SchwabScantechnik, Göttingen

Inhalt

Die beiden Geschlechter und ihre Wirklichkeit	11
Veränderung als Bedrohung – Veränderung als Lösung	12
Welche Wirklichkeit?	21
Überforderungsgefühle durch Flexibilisierungserwartungen	25
Aufbruch in einen offenen Prozess	32
Geschlechterblinde Therapieforschung	43
Empirie	44
Männer und Frauen verstehen – qualitative Forschung	52
Hirnforschung	62
Die individuelle Konstruierung des Geschlechts	69
Biografische Muster	70
Androgyn oder ganzheitlich?	83
Sexualität	93
Körperlichkeit	102
Geschlechterkonstellationen in der Psychotherapie	109
Der Zugang zu den Gefühlen	110
Der Mut zur Konfrontation	122
Vom »Quatschen« zum Handeln	129
Gleichgeschlechtliche und gegengeschlechtliche Verstrickungen	130
Das therapeutische Setting – zu sehr »typisch weiblich«? ...	135
Ausgewählte Literatur	141

Februar 2016. In dem kleinen fränkischen Ort Geisfeld, nahe Bamberg, treffen sich Rosemarie Piontek und Björn Sufke zu einem Gespräch über die veränderten Geschlechterverhältnisse, die Macht von Stereotypen sowie die Notwendigkeit, das Geschlecht im konkreten therapeutischen Geschehen stärker zu berücksichtigen. Diese Themen werden heute überaus kontrovers diskutiert: Von manchen werden die Geschlechterdifferenzen als unerheblich oder jedenfalls marginal für die Psychotherapie erachtet, andere reduzieren die Unterschiede auf physiobiologische und damit eher unveränderbare Prozesse, die es zu akzeptieren gelte, wieder andere insistieren, es gebe im Therapiegeschehen überhaupt keine »neutrale Person«, denn alle Beteiligten hätten immer ein Geschlecht, das hochgradig kulturell bedingt und geformt sei und sich auf den therapeutischen Prozess auswirke.

Fehlt also sowohl in der Therapieforschung und -lehre als auch in der psychotherapeutischen Praxis eine dringend notwendige Differenzierung? Müssen Therapeutinnen und Therapeuten nicht viel genauer auf die kultur- und sozialisationsbedingten Geschlechterunterschiede blicken?

ROSEMARIE PIONTEK, geboren 1955 in der Oberpfalz, absolvierte zunächst eine Ausbildung zur Erzieherin, um anschließend zehn Jahre lang in diesem Berufsfeld zu arbeiten, bis sie das Abitur machte und Psychologie und Erwachsenenbildung studierte. Anschließend war sie drei Jahre lang in der Forschungs- und Bera-



tungsstelle am Lehrstuhl für Klinische Psychologie der Universität Bamberg tätig. Sie machte eine Ausbildung als Verhaltenstherapeutin, approbierte und ist seither in einer Praxengemein-

schaft tätig. Der Traumatherapie und der Arbeit mit Menschen mit der Diagnose »Borderline« gilt ihr besonderes Interesse. Seit dem Jahr 2000 ist sie für verschiedene Ausbildungsinstitute als Lehrtherapeutin (VT) und Supervisorin tätig. Im Jahr 2005 war sie zudem Initiatorin und Mitbegründerin des Bamberger Instituts für Gender und Gesundheit (BIGG e. V.). Auf kommunaler Ebene engagiert sie sich in verschiedenen Gremien auch gesundheitspolitisch.

Qualität und Transparenz psychotherapeutischer Praxis waren Rosemarie Piontek schon immer wichtig, weshalb sie 2002 das Buch »Wegbegleiter Psychotherapie« veröffentlichte. Ein Ziel des Buches ist es, Klientinnen und Klienten zu vermitteln, welchen Qualitätskriterien eine Psychotherapie zu genügen hat. Ihr leidenschaftlich vertretenes Thema gilt allerdings den Geschlechterstereotypen im therapeutischen Prozess. In Vorbereitung ist ihr Buch »Doing Gender – Umgang mit Rollenstereotypen in der therapeutischen Praxis«.

BJÖRN SÜFKE wurde 1972 in Lübeck geboren und studierte in Bielefeld Psychologie. Anschließend absolvierte er die Ausbildung zum Gesprächspsychotherapeuten und arbeitete zunächst



in der Jugendhilfe, bis er im Jahr 2000 in die Bielefelder Männerberatungsstelle *man-o-mann* wechselte.

Von Anfang an war es sein großes Anliegen, Therapeutinnen und Therapeuten zu vermitteln, warum und wie bei der Psychotherapie mit Männern besondere psychologische, gesellschaftliche und sozialisatorische Bedingungen berücksichtigt werden müssen. So schrieb er gemeinsam mit Wolfgang Neumann 2004 das Buch »Den Mann zur Sprache bringen. Psychotherapie mit Männern«, in dem es darum geht, wie Männern therapeutisch der Weg zu den unerwünschten Gefühlen gebahnt werden kann. Im Jahr 2008 folgte »Männerseelen. Ein psychologischer Reiseführer«, worin er versucht, Männern wie Frauen die Psyche des Mannes näherzubringen. In jüngster Zeit interessiert sich Sufke verstärkt für die gesellschaftlichen Rahmenbedingungen heutigen Mannseins, woraus 2016 das Buch »Männer. Erfindet. Euch. Neu. Was es heute heißt, ein Mann zu sein« resultierte. Außerdem schreibt er Geschichten über das Vatersein, zuletzt »Papa, du hast ja Haare auf der Glatze! Aus dem Alltag eines Vaters«.

DIE BEIDEN GESCHLECHTER UND IHRE WIRKLICHKEIT

*»Die Auflösung der traditionellen Geschlechter-
verteilung bedeutet, dass nun beide möglichst
alles oder jedenfalls vieles können sollen.«*

Björn Stfke

Veränderung als Bedrohung – Veränderung als Lösung

Frau Piontek, früher konnten junge Frauen kochen wie ihre Mütter, heute können sie saufen wie ihre Väter – ist an dem Spruch etwas dran?

PIONTEK Das Geschlechtsrollenverständnis, also die Zuordnung zu dem, was eine Frau soll und darf, hat sich offensichtlich auf eine anstrengende Weise weiterentwickelt. Es ist nicht so, dass Frauen weniger fürs Waschen, Putzen und Kochen in den Familien zuständig wären. Familien-, Erziehungs- und Beziehungsarbeit sowie das Rückenfreihalten für die Männer, diese Arbeiten sind sehr oft noch wie vor hundert Jahren verteilt, das wird von Frauen weiterhin erwartet. Gleichzeitig ist die Erwartung aber auch, dass sie sich an ursprünglich männliche Erwerbsbiografien, also daran, was die am Männerrollenstereotyp entwickelte Erwerbsbiografie vorgibt, orientieren müssen. Nun sollen sie also offenbar auch Saufkumpaninnen sein. Insofern können sie inzwischen beides.

SÜFKE Oder *müssen*.

PIONTEK Sie müssen beides können: kochen wie ihre Mütter und saufen wie ihre Väter. Das heißt, die Erwartungshaltung meint: Sei weiterhin eine attraktive Frau, wie man es traditionell von dir erwartet, aber integriere dich gleichzeitig nach den männlichen Regeln in die Erwerbstätigkeit und ins Geldverdienen und in die damit verbundene Konkurrenzsituation des Arbeitslebens.

Ich kann mich erinnern, dass es in den Siebziger- und Achtzigerjahren diese Aussage gab: Frauen sollen Mutter, Heilige und Hure sein. Sie sollen alle Bereiche abdecken, die dem männlichen Bedürfnis entsprechen, und ich erweitere das und sage, sie sollen alle Bereiche abdecken, die der modernen Leistungs-

gesellschaft entsprechen, und dadurch kommen wir in die heutige Mehrfachbelastung.

Ich möchte aber hinzufügen, dass sich eine entsprechende Entwicklung natürlich längst auch bei den Männern vollzieht. Bei Frauen haben wir die ganze Zeit schon diese Mehrfachbelastung und auch die Klage darüber, die ich von den Klientinnen immer und immer wieder höre: Sei eine kochende Mami und sei die beste Freundin deines Mannes, sauf auch mal mit ihm, sei dabei aber möglichst immer sexy und unbeschwert, wenn er abends geschafft von der Arbeit nach Hause kommt. So ein ähnlicher Prozess mit anderen Vorzeichen, glaube ich, wird sich in den Biografien und Lebensgefühlen der Männer vollziehen, und zwar zukünftig immer stärker.

SÜFKE Genau, das sehe ich auch so.

Da kommen also auf beide Geschlechter historisch neue Rollenerwartungen und Belastungen zu.

SÜFKE Ja, ich kann das mit der Doppelanforderung nur unterstreichen, und ich sage das nicht in erster Linie, um zu jammern, dass wir Männer es immer schwerer hätten, denn die gleiche Situation kennen Frauen eben seit fünfzig Jahren: Es muss zusätzlich zum klassischen Rollenbild jetzt das andere Anforderungsprofil auch noch erfüllt werden. Und Männer müssen nun eben zunehmend die Beziehungs- und Familienarbeit neu integrieren.

Ich habe therapeutisch zwar nicht so viel mit Frauen zu tun, aber ich beobachte an Frauen bei Fortbildungen und bei der Ausbildung etwas ganz Interessantes: Da mache ich häufig eine Übung, um ihnen die männlichen Abwehrmechanismen, wie ich sie nenne, also Rationalisierung und so weiter, nahezubringen, und fordere die Teilnehmenden auf, nicht darüber zu sprechen, sondern sich im Raum aufzustellen. Also, wer hält sich selbst für einen Rationalisierer, für einen Macher, einen Sachorien-

tierten und Ähnliches. Beim klassischen Abwehrmechanismus des Schweigens und Sich-Zurückziehens stehen dann auf der einen Seite, also beim Pol starker Ausprägung, wirklich immer noch die Männer für sich allein und auf der anderen Raumseite die Frauen. Oder bei der Körperferne, das ist auch so etwas, bei dem wir Männer uns allein auf der einen Seite versammeln und die Frauen, ich nenne sie dann die »Wellness-Fraktion«, auf der anderen Seite. Beim Thema »Leistungsdruck« wird es dann aber spannend, weil sich die Männer dabei zwar auch noch sehr stark auf der einen Seite finden, aber sich dort zunehmend auch viele

Tabelle 1: Männertypische Bewältigungsstrategien (Süfke)

Männer	
<i>Externalisierung:</i>	Orientierung am Außen, am Objektiven, am Faktischen
<i>Leistungsdruck:</i>	Orientierung an dem, was getan werden <i>muss</i>
<i>Schweigen/ Alleinsein:</i>	Rückzug und Gesprächsvermeidung
<i>Rationalität:</i>	Versuch, »vernünftige« Lösungen zu finden
<i>Kontrolle:</i>	Versuch, die Situation unter die eigene Kontrolle zu bringen
<i>Körperferne:</i>	Nachlässigkeit im Umgang mit dem eigenen Körper und seinen Signalen
<i>Gewalt:</i>	Abwehr von Hilflosigkeit durch Aggression und Gewalthandlungen

Die Stichworte sind angelehnt an die »Grundprinzipien des Mannseins« von Lothar Böhnisch und Reinhard Winter (1997)