

M M Mächtige Stereotype

Geschlechterrollen im Beratungsprozess gezielt thematisieren

Festgefahrene Annahmen zu Mann- und Frausein beeinflussen die Erhaltung von Gesundheit bzw. die Entstehung von Lebenskrisen. Um diese Verbindung zu erkennen, bedarf es einer expliziten Genderkompetenz. Die Lebenswelten von Männern und Frauen sind spezifisch. Daraus erwachsen unterschiedliche Konfliktfelder, dem entsprechen tendenziell eher männliche bzw. weibliche Bewältigungsstrategien. Diese Konfliktfelder sollten durch die Beratungsperson bewusstgemacht und bearbeitet werden.

Rosemarie Piontek

«Gendering» bezeichnet den gesellschaftlichen Prozess der Konstruktion der sozialen Kategorie Geschlecht. Durch diese Konstruktionen wird in jeder Kultur ein Bild von Männlichkeit und Weiblichkeit («gender») vermittelt. Genetisch, biologisch, physiologisch, endokrin sind Männlichkeit und Weiblichkeit nur zwei von unzähligen möglichen Manifestationen («sex»). Durch das tägliche Erleben der geschlechtsspezifischen Arbeitsteilung, durch die geschlechtshierarchische Verteilung gesellschaftlicher Macht, durch geschlechtstypische Interaktionsformen (Körperkontakt, Sprechverhalten) und die Modelle der Rollenzuschreibungen aller Art geschieht eine dauerhafte, implizite Vermittlung dieser Geschlechterstereotype (im Folgenden GRS).

Menschen akzeptieren in der Regel zunächst unhinterfragt diese Sozialzuschreibungen und halten sich weitgehend daran, um nicht «aus der Rolle zu fallen». Gemeint ist damit selbstverständlich immer, dass sich jemand tendenziell eher männlich oder weiblich verhält. Das GRS ist auch nicht zwangsläufig gebunden an ein biologisches Geschlecht. Es ist in Therapie und Beratung hilfreich, diese Stereotype zu beschreiben. Durch die (therapeutische) Beschreibung der Auswirkungen dieser Stereotype werden diese nicht zementiert, sondern ganz im Gegenteil bewusstgemacht und erst einmal auch gewürdigt.

Offensichtlich unterscheiden sich die Lebensbedingungen und biografischen Verläufe von Männern und Frauen in der Gesellschaft (Piontek 2017). Die Teilhabe am Erwerbsleben, der Zugang zu Vermögen, die Art von Gewalterfahrung, das Leben mit Kindern und vieles mehr weisen je nach Geschlecht unterschied-

liche Ausprägungen auf. Das Risiko, durch einen Suizid zu sterben, ist bei Männern fast dreimal so hoch wie bei Frauen. Die Folgen eines Schwangerschaftsabbruchs oder einer Totgeburt zu bewältigen, betrifft Männer anders als Frauen. Bei der Beratung die potenziell möglichen geschlechtsspezifischen Auslöser für Krisen und Fragestellungen im Hinterkopf zu haben, schafft ein vertieftes Wissen. Dies wiederum erleichtert die gemeinsame Erarbeitung eines ätiologischen Modells über die Entstehung und Aufrechterhaltung einer Krise.

Rollenbilder beeinflussen die Lebensbedingungen Geschlechtsrollenstereotype (GSR) stehen in engem Zusammenhang mit der Lebenswelt von Menschen und den daraus folgenden Entwicklungsaufgaben im Laufe des Lebens (Piontek 2017). Aus diesem Grund ergeben sich aus GSR Risikofaktoren bei der psychischen Entwicklung. Ein Beispiel dazu sind Gewalterfahrungen.

Die Gefahr, im Kindesalter sexueller Gewalt ausgesetzt zu sein, hat für alle Geschlechter lebenslang negative Folgen. Aber immer noch sind Mädchen deutlich stärker davon betroffen. Oft erst im Erwachsenenalter in Psychotherapien kommt diese Gewalt zur Sprache, vorausgesetzt, die Therapeut:innen sind dafür sensibilisiert und im Umgang damit kompetent. Erst seit wenigen Jahren ist Gewalt in der Ehe strafbar. Die Dunkelziffer von Misshandlungen von Frauen in engen Beziehungen ist sehr hoch. Der Grad der Traumatisierung hängt unter anderem von der Schwere der Misshandlung, der Dauer und der Lebensbedrohung ab.

Jedoch sind Männer insgesamt gesehen häufiger Opfer männlicher Gewalt als Frauen. Besonders im jüngeren Alter (Peergroups) gelten Männlichkeitsnormen, die die Gewaltanwendung und Kämpfe legitimieren, manchmal geradezu sogar fordern (Böhnisch 2013). Wie oft und wie gründlich werden wohl Männer explizit nach Gewalterlebnissen in ihrem Leben gefragt? Für wie bedeutsam wird das im Beratungsprozess gehalten?

Bei Frauen kann alles, was mit der Gebärfähigkeit zusammenhängt, Auslöser für emotionale Krisen darstellen. Je mehr Männer das Vaterwerden aktiv in ihr Geschlechtsrollenmodell, und zwar auch emotional, aufnehmen, desto häufiger kann auch für sie alles, was mit der Vaterschaft zu tun hat, eine Bewältigungsaufgabe werden.

Themen wie Mehrfachbelastung, alleinerziehend zu sein, Armut, schlechtere Berufs- und Karrierechancen mit der Folge geringeren Einkommens betreffen vorzugsweise Frauen.

In der positiven Variante verfügen Frauen über mindestens «zwei Standbeine» für einen Lebenssinn:

Arbeit und Familie. Im traditionellen männlichen GRS hingegen hat Arbeit eine hohe Bedeutung und bekommt eine existenzielle Überwertigkeit. Wenn die Erwerbsarbeit gefährdet oder gar verloren geht und die Familie eher im Hintergrund steht, dann gerät das «ganze Leben» ins Wanken. Männern fällt es nicht leicht, emotional bedeutsame, einschneidende Lebensereignisse zu bewältigen, weil sie zu wenig Zugang zu ihren Emotionen gelernt haben, ungeübt sind und ihr GRS es auch nicht «erlaubt».

Geschlechtsrollenstereotypen bewältigen

Die unterschiedlichen Lebenswelten von Frauen und Männern führen zu verschiedenen Strategien, wie Menschen ihr Frausein oder Mannsein bewältigen.





Bei Frauen sind folgende Verhaltensweisen häufig zu beobachten:

- **Anpassung** (an die Weiblichkeitsnormen wie Mehrfachbelastung in der Familie, Erwerbsarbeit, Beziehungsarbeiterin, Geliebte, Sozialarbeiterin usw.),
- **Externalisierung:** Aussenorientierung, orientiert an einer «Gemochtwerden-Selbstdarstellung» (vs. machtvoller Selbstdarstellung),
- **«Opferrolle»:** Bewältigung von Erfahrung von Gewalt und Demütigung,
- **Stummheit,** gelernte Hilflosigkeit, Selbstbeschuldigung, Rückzug ins Leiden, sich kleinmachen, «verstecken», unsichtbar sein,
- **Kontrolle durch Leiden,** Aufopferung und Sich-Hingeben, Anklage, «moralischer Druck», unterschwellige Aggression,
- **Personalisierung:** sich emotional im Zentrum der Abläufe fühlen, strukturelle Machtlosigkeit kompensieren, Überidentifikation, Überverantwortlichkeit,
- **Abhängigkeit:** Wenn es den anderen gut geht, dann geht es auch mir gut, Identität über andere Personen aufbauen, andere wohlgesonnen halten, um sich selbst wertvoll zu fühlen.

Bei Männern ist häufig zu beobachten:

- **Externalisierung und Attributionsstil:** Aussenorientierung in Wahrnehmung und Handlung, sich orientieren an machtvoller Selbstdarstellung (guter Ernährer, Kämpfer, Vater, Liebhaber), Leistungsorientierung, Erfolg als hauptsächliche «menschliche Qualität»,
- **Stummheit:** wenig sprechen über sich selbst aus Mangel an Bezug zum eigenen Inneren,
- **Alleinsein:** Probleme, sich zu öffnen, in der Folge innere Isolation (Überhöhung!),
- **Rationalität und Emotionsferne:** Überbetonung von Wissenschaftlichkeit, Machbarkeit, Logik im Zusammenhang mit dem «Verbot» und der Vermeidung «weicher Emotionen»,
- **Kontrolle:** eigene Gefühle werden «in Schach» gehalten bei gleichzeitigem Versuch, andere zu kontrollieren zur Aufrechterhaltung des Machtsystems,
- **Nutzung von Gewalt:** «Zerstörung» anderer und sich selbst (siehe oben),
- **Abstraktion:** Ausfüllen abstrakter Rollenkonzepte und Positionen, etwa das Familienoberhaupt sein zu wollen anstelle inniger emotionaler Beziehungen. «Abstrakte» Lebenskonzepte deshalb, weil der Zugang zu den eigenen emotionalen Bereichen wie Wünschen, Sehnsüchten, Grenzen, Ängsten usw. nur schwer möglich ist.



Geschlechtsrollenanalyse

Genderkompetenz spannt sich wie ein transparentes Dach über den gesamten Therapie- und Beratungsprozess sowohl in der Beziehungsgestaltung als auch in der Umsetzung der Planung der einzelnen Schritte. Das kann beinhalten, Wirkungen und Belastungen durch Geschlechterrollen gezielt zu thematisieren und immer wieder zu hinterfragen. Ein Methodenbeispiel dazu ist die Geschlechtsrollenanalyse (Piontek 2017). Dabei werden die verschiedenen Rollen der Klient:innen besprochen und visuell dargestellt. Dies erlaubt es den Klient:innen, ihre eigenen Rollenvorstellungen zu überdenken. Auch die Beratungsziele sollten kritisch auf Geschlechterstereotype hin evaluiert werden.

Wirkfaktor therapeutische Beziehung

Neben der oben genannten gendersensiblen Anwendung von Methoden ist die Wirkung von GRS besonders im Zusammenhang mit der therapeutischen und beraterischen Beziehung sichtbar. Aus diesem Grund kommt der Frage nach dem Risikofaktor Beziehung eine besondere Bedeutung zu. Wir reproduzieren implizit beinahe sämtliche Beziehungs- und damit Geschlechtsrollenstereotype, die wir je gelernt haben. Kränkung und Traumatisierung geschehen vorzugsweise auf der Beziehungsebene zwischen Menschen

und häufig zwischen Männern und Frauen. Egal, ob Mutter, Vater, Bruder, Schwester oder andere Beziehungsgeflechte – immer spielt das Geschlecht der einen wie der anderen Person eine zentrale Rolle. Die oben beschriebenen kognitiv-emotionalen Bewältigungsmuster im weiblichen bzw. männlichen GRS erfordern eine grosse Verantwortung, Selbstreflexion und Sorgfalt hinsichtlich möglicher Grenzverletzungen und Übergriffe in der therapeutischen Beziehung.

Während der Psychotherapie oder Beratung wirkt das therapeutische Beziehungsangebot als Modell. Es ist deshalb für Therapeut:innen unerlässlich, sich der eigenen Rollenmuster bewusst zu sein. So gehören auch Therapeutinnen als Frauen tendenziell dem strukturell abgewerteten Geschlecht an. Und männliche Therapeuten unterliegen dem strengen Zwang zur Rollenkonformität (etwa des «starken Mannes»). Beides wirkt implizit in der Therapiebeziehung. Unreflektierte Muster führen zur Verstrickung mit Klient:innen und verstärken bestehende Konflikte mehr, als dass sie therapeutisch deren Auflösung dienen. Nicht nur das, immer deutlicher wird auch die Gefahr des (sexuellen) Missbrauchs in Psychotherapie und Beratung. Die Reflexion der eigenen GRS im Rahmen von Selbsterfahrung während der Ausbildung und der Supervision und Intervention ist unumgänglich, um sich selbst vor dem eigenen Fehlverhalten zu bewahren. Auch wenn Beratungspersonen in vielen kritischen Situationen intuitiv angemessen reagieren, kann eine explizite Reflexion der eigenen GRS eine Optimierung des Prozesses ermöglichen und vermutlich die Wahrscheinlichkeit für Fehlverhalten verringern.



*Rosemarie Piontek, Dipl.-Psych.,
Psychologische Psychotherapeutin VT,
Jahrgang 1955. Psychotherapie,
Lehrtherapeutin, Dozentin und Supervisorin
Verhaltenstherapeutin. Autorin mehrerer Bücher
und Aufsätze.
Kontakt: Piontek-Praxis@gmx.de*

LITERATUR

- Böhnisch, L. (2013). Männliche Sozialisation. Eine Einführung. Weinheim: Beltz.
- Piontek, R. (2017): Doing Gender. Umgang mit Rollenstereotypen in der therapeutischen Praxis. Tübingen: dgvt-Verlag.