

Zeitschrift: SuchtMagazin

Herausgeber: Infodrog

Band: 47 (2021)

Heft: 2

Artikel: Geschlechterreflektiert mit Männern arbeiten? Wenn es nervt, dann erst recht

Autor: Theunert, Markus

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-953582>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 13.04.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Geschlechterreflektiert mit Männern arbeiten? Wenn es nervt, dann erst recht

2021-2
Jg. 47
S. 32 - 34

Der kürzlich erschienene Orientierungsrahmen «Mann-Sein...?! Geschlechterreflektiert mit Jungen, Männern und Vätern arbeiten» zeigt auf, wie Fachleute im psychosozialen Feld die Variable Geschlecht in ihrer Arbeit mit männlichen Klienten bewusster einbeziehen können. Der Beitrag von Markus Theunert – Mitautor des Orientierungsrahmens – erklärt, weshalb es das braucht, wie das geht und warum auch die Klienten davon profitieren können. Ein Essay.

MARKUS THEUNERT

Lic.phil. Psychologe, Gesamtleiter des Dachverbands männer.ch und Inhaber der Social Affairs GmbH, www.maenner.ch, theunert@maenner.ch

Sofort würde ich es wieder tun: Gleich nach der Matur Psychologie studieren. Bis heute bin ich dankbar um einige ganz grundlegende Einsichten, die ich aus meiner Sicht auf die Welt nicht herausdenken möchte. Allen voran: Die Einsicht, dass jede und jeder die Welt so sieht, spürt, erfährt, wie er oder sie dies eben tut – und die damit verbundene Klarheit, wie albern es wäre, Anspruch auf «die Wahrheit» erheben zu wollen.

Um den Begrenzungen meiner fachlichen Sozialisation auf die Spur zu kommen, braucht(e) es mehr Zeit. Allen voran: Die Einsicht, wie isoliert das Individuum in der psychosozialen Praxis gedacht wird. Natürlich sind wir nicht dumm, denken vernetzt und wissen längst, dass alles System ist. Deshalb ist uns wohl bewusst, dass dieser einzelne Mensch uns gegenüber nicht bloss ein singuläres Atom im gesellschaftlichen Ganzen ist, sondern Teil einer Gemeinschaft. Durch Kultur geprägt. Von Rahmenbedingungen umgeben. Von sozialen Normen begrenzt. Und doch: Der Einzelne und die Einzelne existieren als Einzelne grundsätzlich unabhängig von all dem, was ihn oder sie umgibt. Es gibt ein Ich jenseits aller Verhältnisse.

Eine Provokation

In dieser Situation war es für mich eine ziemliche Irritation und Provokation,

als ich mit meinem Kollegen Matthias Luterbach vom Zentrum Gender Studies der Universität Basel an der Entwicklung eines «Orientierungsrahmens für die geschlechterreflektierte Arbeit mit Jungen, Männern und Vätern» zu arbeiten begann – und er genau diese Perspektive fundamental in Frage stellte. Freundlich, aber eindringlich beharrte Matthias auf der Prämisse, die er im Lauf seiner disziplinären Sozialisation in der Geschlechtertheorie verinnerlicht hatte: Nämlich, dass es eine Illusion sei, ein Ich jenseits der Verhältnisse zu propagieren. Denn das Ich existiere nur in diesen Verhältnissen. Und konsequenterweise lässt sich dieses Ich nur sprachlich, aber nicht tatsächlich von seinen Verhältnissen trennen.

Das klingt alles reichlich abstrakt und Streitbar, ist aber viel mehr als philosophische Spielerei, sobald es mit Inhalt gefüllt wird. Dann heisst der Gedankengang mit Blick auf «Gender», auf das kulturell und sozial vermittelte Geschlecht: Kein Mensch in unserer Gesellschaft und Geschlechterordnung hat die Freiheit, kein Geschlecht zu haben. Kein Mensch hat das Privileg, sich zur kulturellen Binarität von Mann und Frau nicht verhalten zu müssen. Kein Mensch kann sich geschlechtsneutral verhalten. Watzlawicks metakommunikatives Axiom gilt auch mit Blick auf das Geschlecht:

Genau so, wie man nicht nicht kommunizieren kann, kann man – zumindest in unserer Gesellschaft – auch nicht «geschlechtsfrei» sein.

Damit soll keinesfalls der bewusste Versuch abgewertet werden, den non-binäre oder gender-fluide Menschen unternehmen: Sie entscheiden sich dafür, sich dieser Binarität entziehen zu wollen – in paradoxer Anerkennung des Umstands, dass sie sich im Hinarbeiten auf ein anerkanntes «Drittes» bereits wieder auf diese unentrinnbare Binarität bezogen haben, so vielfältig dieses «Dritte» auch gedacht sein mag. Weniger respektabel empfinde ich das trotziges Beharren auf einer Nicht- oder Universalgeschlechtlichkeit, wie dies die so oft bemühten älteren weissen (Cis-)Männer tun. Sie wollen doch nicht als Mann, Politiker, Manager oder Therapeut sein, sondern in ihrem Politiker-, Manager- oder Therapeut-Sein ganz Mensch bleiben.

Eine Illusion

Doch leider entpuppt sich das bei genauerer Betrachtung als eitle Illusion derjenigen, denen das Privileg zuteil wird, in ihrer Gruppenzugehörigkeit nicht markiert zu sein, weil sie eben Vertreter jener Mehrheitsgruppe sind. Sie müssen sich für ihr So-Sein nicht legitimieren, weil ihr So-Sein eben «ganz normal» ist. Das ist für sie Geschenk und Privileg. So

zu tun, als sei es für alle selbstverständlich, nur weil man(n) nicht ausreichend Fantasie, Empathie und/oder Sensibilität hat, um zu sehen, dass das keineswegs für alle Menschen (sondern nur für alle Vertreter der privilegierten Mehrheit) gilt: Das scheint doch ausgesprochen selbstgerecht.

Die meiner Kritik zugrunde liegende Evidenz ist erdrückend: Ab dem ersten Atemzug – oder sogar noch früher – werden wir als geschlechtliche Wesen gelesen und dadurch in unserer geschlechtlichen Existenzweise geformt. So sprechen Eltern von Neugeborenen bspw. mit Baby-Jungen messbar lauter als mit Baby-Mädchen. Und Mütter interagieren mit ihren neugeborenen Töchtern zählbar wortreicher als mit ihren neugeborenen Söhnen. Bei den Vätern ist es genau umgekehrt (Johnson et al. 2014).

Es soll an dieser Stelle weder um eine Bewertung oder Erklärung dieser Automatismen gehen. Es reicht die reine Feststellung: Geschlecht durchdringt meine Identität, meinen Selbstwert, meinen Persönlichkeitskern. Ich bin nicht in der Lage, mich ungeschlechtlich zu denken.

Das ist gemeint mit der Aussage, das Ich existiere nicht unabhängig seiner Verhältnisse. Sie ist folgenreich für die psychosoziale Arbeit, denn sie verlangt von Fachleuten eine doppelte Auseinandersetzung: mit der eigenen Geschlechtlichkeit und mit der des Gegenübers. In unserem fachlichen Orientierungsrahmen (Theunert & Luterbach 2021) empfehlen wir, sich für diesen Prozess des «Entselbstverständlichens» mit folgenden fünf Fragen auseinanderzusetzen:

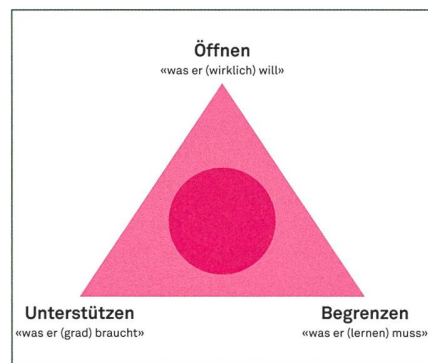
- Bin und halte ich mir bewusst, dass es kein geschlechtsneutrales Wahrnehmen, Denken und Handeln gibt?
- Reflektiere ich meine eigenen Prägungen, Geschlechterstereotypen und Wertungen?
- Habe ich einen liebevollen, zugewandten Blick auf Männer?
- Habe ich eine Vorstellung davon, was «auf gute Art Mann sein» heute heissen könnte?
- Habe ich ein Bild, wie Männer mit ihren Privilegien differenziert umgehen können? Ist mir bewusst, dass nicht alle Privilegien individuell ver-

änderbar sind und es deshalb auch der Kompetenz bedarf, veränderbare von nicht veränderbaren Privilegien unterscheiden zu können?

Der Erfahrungswert des idealistischen Aktivisten lautet: Je grösser des Lesenden Widerstand ist, umso dringlicher würde sich die Auseinandersetzung empfehlen ...

Ein Kompass

Das Herzstück des fachlichen Orientierungsrahmens ist ein Arbeitsmodell, das eher Kompass als Landkarte ist. Es soll Fachleuten helfen, die Selbstreflexion mit Blick auf die Arbeit mit männlichen Klienten zu strukturieren. Seine Kernaussage: Geschlechterreflektiert mit Männern zu arbeiten heisst, gleichzeitig und gleichwertig unterstützend, begrenzend und öffnend zu wirken, ersichtlich in der nachfolgenden Abbildung.



Der Pol des Unterstützens lässt sich als Auftrag verstehen, dem Klienten das zu geben, was er (grad) braucht. Auch das geschieht jedoch nicht in einem geschlechtsfreien Raum, sondern beinhaltet mit ihm zusammen ein Verständnis zu erarbeiten, inwiefern sein Leiden mit männlicher Sozialisation zu tun hat. Bspw. ist es eine der fundamentalen Einsichten der Männerarbeit, dass der Weg vom Junge- zum Mann-Sein damit verbunden ist, die Anforderung zu erfüllen, in jeder Lebenssituation leistungsstark und souverän zu bleiben (oder zumindest den Eindruck zu erwecken). Das ist offensichtlich nicht sonderlich realistisch, wird aber trotzdem als männlicher Imperativ verinnerlicht. Der Preis ist hoch: Alles, was Souveränität und Stärke bedroht, muss abgewehrt werden. Mit der Zeit wird diese «Verwehrgung des

Selbst» chronisch. Man(n) spürt sich dann eben nicht mehr – und antwortet auf die Frage «Wie geht es dir?» mit «Es muss» oder «Alles im grünen Bereich».

Dass solche Männlichkeitsimperative Risikofaktoren für die Entstehung von Abhängigkeiten sind, ist offensichtlich. Denn der Griff zur psychoaktiven Substanz oder Verhaltensweisen mit Ablenkungs-, Erregungs- und Zerstreuungspotenzial sind äusserst attraktiv, wenn ich nicht mehr wahrnehmen kann, was ich eigentlich bräuchte. Oder wenn ich zwar noch zu spüren vermag, was mir eigentlich gut tun würde, dies aber mit meinem Selbstbild und Männlichkeitskonzept im Konflikt steht. Denn Gefühlsdissonanzen sind nicht vorgesehen im Konzept des Mannes, der immer alles im Griff hat. In diesem Spannungsfeld zwischen Bedürfnis und Anspruch resp. der damit verbundenen Abwehr von Inkohärenz findet eine Suchtdynamik ihren idealen Nährboden.

Der Pol des Begrenzens ist im Orientierungsrahmen mit der Aufforderung an Fachleute verbunden, einen bewussten Umgang mit jenen Privilegien zu begleiten, der in unserer Gesellschaft Männern noch immer als «Rendite» ausbezahlt wird für die Übernahme gängiger Männlichkeitsanforderungen. Natürlich tritt die Kehrseite vieler «Privilegien» immer offensichtlicher zu Tage, bspw. Burnout-, Stress- und Suchtrisiken als Kehrseite des Privilegs, als Mann auch nach der Familiengründung auf die Erwerbsarbeit fokussiert bleiben zu «dürfen». Trotz aller Dynamik muss geschlechterpolitisch gleichwohl festgestellt werden: Männlichkeitsanforderungen sind nicht in echter Transformation begriffen, da die alten Anforderungen nicht abgelöst werden, sondern bloss durch zusätzliche neue Anforderungen an Männer erweitert werden (bspw. die Anforderung, ein achtsamer Zuhörer oder ein zugewandtpresenter Vater zu sein). Die innere Widersprüchlichkeit dieser Anforderungen wird öffentlich jedoch genau so wenig thematisiert wie das damit verbundene Überforderungspotenzial.

In der Suchtarbeit führt der Pol des Begrenzens zur Auseinandersetzung mit der Frage, wie liebevoll-direktive Selbstführung im Spannungsfeld von Selbstdisziplin und Selbstsorge gelingen

kann. Denn die Kunst des Begrenzens wird als autoritärer Appell an sich selbst höchstens kurzfristig Wirkung zeigen. Mittelfristig ist die Wahrscheinlichkeit eines innerpsychischen Aufbegehrens gross, welche kontraproduktiv wirken dürfte. Lernperspektive kann deshalb nicht sein, ein «anständiger Mann» sein zu wollen. Viel eher geht es darum, eine innere Instanz des «guten Vaters» zu beleben (oder neu zu erfinden, wenn sich im biografischen Zusammenhang an keiner positiven Väterlichkeitserfahrung anknüpfen lässt).

Der Pol des Öffnens verweist auf all jene Entwicklungshorizonte, die durch das aktuelle Leiden verbaut sind. In der Männerarbeit sind dabei insbesondere jene Potenziale angesprochen, die sich ein «echter Kerl» verbieten muss, bspw. das vermeintlich «Unvernünftige», Spielerische, Zarte etc. Natürlich geht es dabei auch um ein Ausloten, inwiefern die Selbstbegrenzung des «Ein-echter-Kerlsein-Müssens» noch stimmig ist.

In der Suchtarbeit wird hier auch eine Auseinandersetzung mit dem bislang Ungelebten gefordert sein, mit der Trauer über all das Verpasste. Sie legt den Blick frei auf die Frage, welche Impulse durch den Griff zum Suchtmittel abgewürgt wurden – und jetzt ins Leben drängen.

Über die dynamische Balance dieser drei Ecken wird der Anspruch auf geschlechterreflektiertes Fachhandeln eingelöst. Ziel ist, allen drei Aspekten mittelfristig ähnlich viel Raum zu geben (auch wenn vor allem in der Phase des Beziehungsaufbaus der Aspekt des Unterstützens dominieren wird). Die Annahme ist, dass eine solche dynamische Balance am ehesten der merkwürdigen Doppelrolle gerecht wird, die Männer aus der historischen Entwicklung heraus haben: Einerseits waren und sind sie Profiteure eines patriarchalen Systems, das ihnen den Machtbereich ausser Haus – die öffentliche und wirtschaftliche Sphäre – zuweist. Gleichzeitig leiden sie unter dem gleichen System, das enge und strenge Anforderungen vorgibt, denen ein «richtiger Mann» genügen muss. Das Problem: Dieses Leiden am «Gezwungensein in die Männerrolle» ist unvereinbar mit den herrschenden

Männlichkeitsanforderungen, das Männer in eine Alles-im-Griff-Pose zwingt, in der Leiden Ausdruck von Scheitern ist.

Bildlich gesprochen: Männer sind Gefangene und Wächter in Personalunion. Das heisst: Männer lernen, Männlichkeitsanforderungen so zu internalisieren, dass sie diese nicht mehr als äussere Anforderungen, sondern als eigene Wünsche wahrnehmen. Je nach Dicke der Gefängnismauer ist die Ahnung mehr oder weniger präsent, dass es neben dem Wächter- auch einen Gefangenen-Anteil gibt. Das heisst für die fachliche Begleitung, dass es eine doppelte Resonanz braucht: kritische Wertschätzung für den Wächter-Anteil und eine – auch bei Kontaktabbrüchen des Klienten gehaltene – Tiefenverbindung zum Gefangenen-Anteil.

Je grösser die individuelle und kulturelle Notwendigkeit ist, das eigene männliche Selbstverhältnis im Einklang mit den geltenden Männlichkeitsanforderungen zu halten, umso dicker müssen die Mauern gebaut sein. Untersuchungen zeigen, dass sich ältere und bildungsferne Männer überdurchschnittlich stark an traditionellen Männlichkeitsnormen orientieren und diese auch einfordern. Zu vermuten ist, dass es einen statistisch signifikanten Zusammenhang zwischen jenen sozialen Determinanten gibt, die ein rigides Festhalten an traditionellen Männlichkeitsidealen begünstigen und jenen sozialen Determinanten, die sich ungünstig auf die Gesundheit auswirken resp. gesundheitliche Chancenungleichheit hervorbringen.

Eine Zusammenfassung

Im Sinn einer Zusammenfassung und einer weiterführenden Perspektive sei abschliessend der Versuch unternommen, die im Orientierungsrahmen formulierten acht Leitsätze für die geschlechterreflektierte Männerarbeit auf eine geschlechterreflektierte Praxis der Suchtarbeit mit männlichen Klienten zu übertragen. Urteilen Sie selbst, ob die Übertragung gelingt und sich als fruchtbar für die konkrete Praxis der Therapie-, Beratungs- und Präventionsarbeit erweisen könnte.

– Geschlechterreflektierte (Sucht-) Arbeit mit Männern bringt Männer in

Verbindung – mit sich, mit Anderen und mit ihren Sehnsüchten auf individueller Ebene: nach einem anderen Mannsein; auf struktureller Ebene: nach gerechte(re)n Geschlechterverhältnisse(n).

- Geschlechterreflektierte (Sucht-) Arbeit mit Männern versteht es als Teil ihrer Aufgabe, widersprüchliche oder unvereinbare Anforderungen an Männer sichtbar zu machen und im Spannungsfeld von Aufbruch und Widerstand zu vermitteln.
- Geschlechterreflektierte (Sucht-) Arbeit mit Männern unterstützt Männer dabei, einen individuell passenden Umgang mit widersprüchlichen Männlichkeitsnormen zu erarbeiten.
- Geschlechterreflektierte (Sucht-) Arbeit mit Männern führt Männer zur Einsicht, dass auch sie nicht den einzig relevanten, sondern einen von vielen möglichen Blickwinkeln einnehmen.
- Geschlechterreflektierte (Sucht-) Arbeit mit Männern begleitet Männer auf dem Weg, mit der männlichen Rolle verbundene Privilegien und mit männlicher Sozialisation verbundene Polarisierungstendenzen als solche zu erkennen und zu überwinden.
- Geschlechterreflektierte (Sucht-) Arbeit mit Männern zeigt die Vorteile auf, die Männer in einer binären/heteronormativen Geschlechterordnung haben und fragt nach Alternativen.
- Geschlechterreflektierte (Sucht-) Arbeit mit Männern ist solidarisch mit den Sehnsüchten und gefangenen Potenzialen von Männern.
- Geschlechterreflektierte (Sucht-) Arbeit mit Männern fördert die Kompetenz von Männern, möglichst wertungsfrei Vielfalt von Männlichkeiten denken und leben zu können.

Literatur

- Johnson, K./Caskey, M./Rand, K./Tucker, R./Vohr, B. (2014): Gender Differences in Adult-Infant Communication in the First Months of Life. *Pediatrics* 134 (6): 1603-1610.
- Theunert, M/Luterbach, M (2021): Mann-Sein...?! Geschlechterreflektiert mit Jungen, Männern und Vätern arbeiten. Ein Orientierungsrahmen für Fachleute. Weinheim: Beltz Juventa.

