

## **STARKE MÄNNER SCHLAGEN NICHT**

Männerarbeit als Gewaltprävention

Markus Hofer

### **Ein Sohn über seinen Vater**

Ein 16-jähriger Junge schreibt über seinen Vater: "Mein Vater hat eigentlich keine Zeit für mich. Er arbeitet den ganzen Tag, da er mal Leiter seiner Abteilung werden will. Er lässt uns irgendwie im Stich, obwohl ich weiß, dass es uns allen zu Gute kommen würde. Was mir überhaupt nicht gefällt, ist, wenn er einen schlechten Tag hat oder ihn sein Vorgesetzter ärgert. Er kommt dann schon mit schlechter Laune nach Hause und sucht Gründe, um mir auch etwas zu leide zu tun. Wenn er ganz schlechte Tage hat, ist er auch aggressiv und schlägt mich. Doch das ist für ihn dann alles wieder vergessen. Für mich nicht, ich werde mir jedes Mal merken und das nie vergessen. Vielleicht werde ich mich einmal rächen, denn ich will es nicht in mich reinfressen und es dann an meinen Kindern auslassen."

Gewalt steht in Zusammenhängen. Gewaltberater mögen solche Geschichten nicht gern, weil sie befürchten, sie könnten Gewalt rechtfertigen. Im Setting der Gewaltberatung hören sie solchen Geschichten oft genug als Rechtfertigung, als Ausrede ihrer Klienten. Körperliche Gewalt an Unbeteiligten, Unschuldigen oder Schwächeren kann aber nicht gerechtfertigt werden. Es liegt trotz Allem an der Entscheidung des Betroffenen selbst, zuzuschlagen oder nicht und es ist richtig, wenn die Gewaltberatung an dieser persönlichen Kompetenz und Verantwortung ansetzt.

Gewalt steht in Zusammenhängen und die Gewaltberatung braucht eigentlich gar nicht so viel Angst zu haben vor der Darstellung solcher Zusammenhänge, denn rein logisch folgt aus der Darstellung dessen, wie etwas ist, keine Rechtfertigung darüber, wie es sein soll. In der Logik würde man das einen naturalistischen Fehlschluss nennen. Macht man sich allerdings Gedanken über die Möglichkeit von Gewaltprävention, dann sind gerade solche Zusammenhänge wichtig. Prävention muss weit vor dem Zeitpunkt ansetzen, in dem der Einzelne vor der Frage steht, ob er jetzt zuschlägt oder nicht. Übrigens würde niemand den Mann aus der obigen Geschichte in die Gewaltberatung schicken, wenn er nach einem demütigenden Arbeitstag zu seinem Chef gehen und ihm ordentlich Eine langen würde. In diesem Fall stellte sich höchstens die Frage, ob es auch zielführend wäre. Wir sehen: Auch die Beurteilung von Gewalt steht in Zusammenhängen.

## Zurück zum Anfang

Was sind nun die Zusammenhänge dieses Mannes, zumindest in der Sicht, wie sie uns sein Sohn vermittelt?

Er verfolgt ein ehrgeiziges Ziel: Abteilungsleiter zu werden. Diesem Ziel, und er selber merkt es vielleicht gar nicht mehr, opfert er im Grunde alles, was ihm daneben noch wichtig sein könnte: die Familie, die Liebe seines Sohnes, vermutlich auch die seiner Frau, die Freizeit, seine Gesundheit. Er ist „zielblind“, scheint fast wie besessen von seinem Ziel, der Abteilungsleiter ist zur fixen Idee geworden. Der Mann hat den Überblick verloren, opfert alles einem übergeordneten Ziel, kann nicht mehr jonglieren zwischen den verschiedenen Dingen, die ihm im Leben eigentlich wichtig wären (Beruf, Partnerschaft, Familie, Hobbys).

Er scheint ein großes Persönlichkeitsdefizit mitzubringen, das er mit dem Erreichen seines großen Zieles kompensieren will. Vielleicht ist es mangelndes Selbstwertgefühl als Mann, innere Unsicherheit, nie oder nur selten erfahrene Anerkennung, eine große Vaterwunde – was immer. Der Mangel muss groß sein, sonst würde er nicht alles seiner Kompensation opfern, nicht alles tun, um vom Regen in die Traufe zu kommen. Der Mann hat den Überblick verloren. Er kann seine Bedürfnisse und Motive nicht mehr einordnen, nicht mehr abgleichen, nicht mehr nach alternativen Lösungen suchen. Der Abteilungsleiterposten ist für ihn zur fiktiven Erlösung geworden und bis dahin muss er eben jedes Kreuz auf sich nehmen. Er wird auf diese Weise zum Opfer seiner selbst.

Der Mann steht vermutlich in unmenschlichen beruflichen Zwängen, von denen er – inklusive seiner Zielvorgabe – mehr diktiert wird, als dass er sie gestalten könnte. Er hat zu erfüllen, was ihm vorgesetzt wird und niemand fragt ihn mehr, wie es ihm geht dabei. Er wird zunehmend zu einem ohnmächtigen Zahnrad eines großen Getriebes, in dem er ganz einfach zu funktionieren hat. Seine Arbeit hat vermutlich nicht mehr viel mit sinnerfülltem Dasein zu tun, mit Selbstverwirklichung und Bestätigung im Beruf, mit Spaß an Arbeit und Leistung. Er steht in einer unmenschlichen Tretmühle, wird getreten und tritt auch – wenn auch an anderem Ort.

Der Mann steht gleichermaßen hilflos vor dem Chaos seiner Gefühlswelt. Es sind vor allem negative Gefühle, die ihn bestimmen: Wut, Zorn, Angst, Ohnmacht. Und entgegen anders lautenden Gerüchte sind auch das Gefühle! (Ein männlicher Autor meinte einmal: „Männer sind zu gar keinen ordentlichen Gefühlen fähig, die kriegen höchstens einen Wutanfall.“ Was ‚ordentliche Gefühle‘ sind, bestimmt hoffentlich nicht nur ihr Romantik-Faktor.) Er ist diesen Gefühlen gegenüber hilflos, ist ihnen ausgeliefert. Er kann sie nicht mit-teilen, nicht mehr relativieren, nicht mehr klar zuordnen und findet kein adäquates Ventil mehr dafür. Wenn er heim kommt, ist er wie eine geladene Bombe, ein Kelomat unter Hochdruck. Er ist nicht mehr im Stande, sich am richtigen Ort in einer passenden Weise abzureagieren.

## **Männerarbeit als Gewaltprävention**

Nochmals: Diese Schilderung kann in keiner Weise eine Rechtfertigung dafür sein, dass er seinen Sohn schlägt; sie soll im Übrigen auch keine Aufforderung sein, es dem Chef heim zu zahlen. Diese Schilderung soll viel mehr aufzeigen, in welchem einem breiten Feld Männerarbeit als Gewaltprävention gesehen werden kann. Unter „Männerarbeit“ – der Begriff ist grundsätzlich schillernd – soll hier vor allem der Bereich der männerspezifischen Persönlichkeitsbildung verstanden werden, die von Vorträgen über Seminare und Workshops bis zu lebensbegleitenden Männergruppen reicht.

In diesem Sinn ist es auch Gewaltprävention, wenn in der Männerarbeit (und die folgende Auflistung soll gleichzeitig skizzieren, was unter ‚starken Männern‘ verstanden werden kann):

- Männer Klarheit bekommen über die Ziele und Werte in ihrem Leben
- Männer lernen Ziele, Mittel und Opfer gegeneinander abzuwägen und gegebenenfalls auch fähig sind, Ziele lebensfördernd zu verändern
- Männer sich zunehmend von falschen Rollenzwängen befreien, die sie selbst oder ihr Umfeld seelisch oder körperlich kaputt machen
- Männer bestärkt werden, ihre eigenen, persönlichen Wünsche und Bedürfnisse wahrzunehmen und zu äußern
- Männer lernen äußere Zwänge und innere Notwendigkeiten abzugleichen und zunehmend von Getriebenen zu Gestaltern ihres Lebens werden
- Männer ihre Rollen in Beruf, Familie und Partnerschaft reflektieren und gestalten können ohne sich über einseitige Leistungen zu definieren
- Männer untereinander ihr Selbstwertgefühl als Mann stärken können, die Achtung vor dem spezifisch Männlichen erfahren und damit nicht mehr so viel beweisen oder kompensieren müssen
- Männer lernen, ihre männliche Kraft und Aggression gut zu integrieren ohne sie zu unterdrücken
- Männer konfliktfähig werden ohne die Problemflucht anzutreten, wenn etwas auszuhalten ist, ohne dass es gelöst werden kann
- Männer mit ihren Gefühlen vertraut werden, zu ihnen stehen und verantwortlich mit ihnen umgehen können, ohne dass sie sie deshalb ständig vor sich her tragen müssen
- Männer Wege und Ventile finden, auch mit Wut, Zorn, Angst und Ohnmacht umzugehen, ohne dass es für sie oder andere zerstörerisch wird
- Männer fähig werden eigene Grenzen zu setzen, sie zu verteidigen und die Grenzen der anderen zu respektieren
- Männer erfahren, dass es nicht unmännlich ist, Probleme zu haben und dass Indianer auch verantwortungsvoll mit ihrem Schmerz umgehen können
- Männer erfahren, dass sie auch mit Problemen nicht allein sind und Hilfe holen können

- Männer beginnen, sich selber mitzuteilen und aussprechen können, was sie innerlich bewegt
- Männer beginnen, sich anderen Männern mitzuteilen und so fähig werden zu echten Männerfreundschaften
- Männer ein liebe- und auch lustvolles Verhältnis zur eigenen Körperlichkeit und zur eigenen Gesundheit bekommen
- Männer Freude an der eigenen Kraft und Stärke, an den eigenen Fähigkeiten, am eigenen Mannsein bekommen
- Männern trotz allem das Lachen nicht vergeht und sie ihren Humor pflegen können

### **Aggression ist (noch) nicht Gewalt**

Wenn von männlicher Gewalt und Gewaltprävention die Rede ist, sind zwei Dinge vorerst ganz klar auseinander zu halten: Gewalt und Aggression. Konflikte, Auseinandersetzungen und auch manche Rangeleien (sic: Es geht um den Rang in der hierarchisch gestrickten Männerwelt!) sind für Männer ein Teil des Lebens. Der Sport, die Konkurrenzkämpfe in der Wirtschaft und auch viele private Revierkämpfe geben Zeugnis davon. Es wäre aber verhängnisvoll, Männer deshalb gleich als streitlustig hinzustellen, nur weil sie solchen Dingen nicht aus dem Weg gehen bzw. sogar einen Gefallen daran finden. Aggression ist in gewissem Ausmaß ein natürlicher Bestandteil der Männerwelt. Das lateinische Wort „aggrederere“ heißt so viel wie „in Angriff nehmen“. Diese Aggression ist zuerst einmal eine vitale Kraft, eine Antriebsfeder, neudeutsch die Power, um etwas zu leisten, etwas zu verändern, zu gestalten. Letztlich liegt dahinter wohl auch das männliche Geschlechtshormon Testosteron, das diese Eigenschaften mitbewirkt.

In diesem Sinn ist davor zu warnen, Aggression vorschnell mit Gewalt gleichzusetzen. Empirische Untersuchungen der Väterforschung haben gezeigt, dass die Frage, ob Jugendliche später gewalttätig werden, wesentlich davon abhängt, ob sie schon in frühen Jahren gelernt haben, mit ihrer Kraft umzugehen; und das wäre vor allem eine Aufgabe der Väter, den Söhnen das Streiten beizubringen. Sie müssen lernen zu kämpfen und dabei gleichzeitig Grenzen einzuhalten, zu kämpfen, ohne jemand zu verletzen. Sie dürfen ihre Kraft nicht unterdrücken, aber sie müssen lernen, mit ihr gut umzugehen. Der gewalttätige Mann ist nämlich durchwegs jener, der es nicht gelernt hat, mit seiner Aggression und Kraft umzugehen. Gewalt und Brutalität sind gerade nicht Ausdruck männlicher Stärke. Vielmehr sind es innerlich schwache und unreife, manchmal auch hilflose und überforderte Männer, die zu körperlicher Gewalt greifen. Es sind jene, von denen es dann in der Zeitung heißt: „Von dem hätten wir es nie gedacht, das war doch immer so ein Ruhiger...“ Die großen Katastrophen passieren interessanterweise nicht in jenen Familien, bei denen fast täglich einmal eine Türe laut ins Schloss kracht.

### **Die süditalienischen Vulkane**

Sehr viel Lebensweisheit im Umgang gerade mit negativen Gefühlen und auch mit Aggression steckt in der Betrachtung der süditalienischen Vulkane, von denen zwei völlig unterschiedliche Typen existieren. Da gibt es einmal

den Ätna oder den Vesuv. Das sind ganz stille Vulkane, äußerst ruhige, die ganz selten oder fast nie ausbrechen. Sie haben innen wie einen Korke, der sie an wiederholten Spontanausbrüchen hindert. Wenn sie dann aber wirklich ausbrechen, endet es immer in einer großen Katastrophe. Solche Männer sind vielleicht lange ruhig, aber dann können sie plötzlich explodieren - oder auch implodieren.

Neben dem Modell Ätna oder Vesuv gibt es aber auf den Liparischen Inseln auch noch einen ganz anderen Vulkantyp: den Stromboli. Der spuckt und speit tagein tagaus und ununterbrochen macht er ein bisschen Lärm, ständig geht es irgendwie „pft, pft, pft“. Aber an seinem Fuße leben schon seit vielen Jahrhunderten Menschen, ohne dass je etwas passiert wäre. Stromboli-Typen sind vielleicht etwas gewöhnungsbedürftig, aber sie leben viel gesünder. Vielleicht wäre es sinnvoll, in der Männerarbeit mehr diesen Stromboli-Mann zu fördern, wenn es uns gleichzeitig gelingt, die Partnerinnen davon zu überzeugen, dass dieses „pft, pft, pft“, das sie vorerst ängstigt, im Grunde ganz harmlos ist.

### **Der innere Krieger**

Es ist nur auf den ersten Blick paradox, wenn ausgerechnet der Archetyp des Kriegers als Instrument der Gewaltprävention herangezogen wird. Beim Wort „Krieger“ denken natürlich die meisten an die fehlgeleitete und unreife Kriegerenergie, die sich in Form männlicher Gewalt oder Brutalität äußert. Es ist, archetypisch gesprochen, der unreife Schattenkrieger, der keinem oder einem schlechten König dient, deshalb auch für das Falsche kämpft und dessen Energie nicht in die gesamte Persönlichkeit integriert ist. Doch wäre es verhängnisvoll, wegen dieser unreifen Fehlentwicklung das Kind mit dem Bade auszuschütten.

Viele Männer haben ihren inneren Krieger tief vergraben, vielleicht aus Angst vor ihm, halten ihn tief im Keller versteckt und kennen ihn kaum mehr. Die schwachen und ängstlichen Männer sind abgeschnitten von einer vitalen Lebensenergie, verlieren Mut, Ausdauer und Entschlusskraft. Letztlich verlieren sie damit auch die Frauen, wenn sie nicht zu ihrer Vitalität, zu ihrem Krieger zurückkehren. Die erste Anfrage unserer anonymen Internet-Männerberatung begann mit dem Satz: „Nach nun 20 Jahren Ehe bat mich meine Frau (aus mir unerklärlichen Gründen) um die Trennung. Ich habe Ihrem Wunsch - wie immer - nachgegeben. Ich bin in eine Mietwohnung gezogen.“

Stephen G. Gilligan, der in seinem Buch „Liebe dich selbst wie deinen Nächsten. Die Psychotherapie der Selbstbeziehung“ einen interessanten theoretischen Entwurf für die therapeutische Arbeit mit den vier Archetypen vorgelegt hat, schreibt über seine eigene Geschichte mit dem Archetyp des Kriegers: „In meiner Kindheit lebte mein Vater seine nicht integrierten Kriegerenergien in seiner trunkenen Gewalt aus. In meiner Teenagerzeit war es der Vietnam-Krieg, in dem die Kriegerenergien ausgelebt wurden. So ist es leicht verständlich, warum meine ursprüngliche Vorstellung von Kriegerenergie sehr negativ war und warum ich versuchte (letztlich ohne Erfolg), den Beatles-Song *All You Need is Love* zu meinem Lebensmotto zu machen. Als ich einige Jahre später heiratete, wurde es zu einem gravierenden Problem, dass ich den Krieger-Archetyp ableugnete. Ich konnte mich nicht auseinander setzen, wenn es Streit gab; weil ich Angst

vor Gewalt hatte, zog ich mich tagelang in Schweigen zurück. Ich musste mich also auf den langen Prozess einlassen, die wesentlichen Aspekte dieser Energie zu kultivieren.“

So wie Aggression nicht von vorne herein etwas Schlechtes ist, ist der Krieger nicht automatisch der Gewalttäter, ganz im Gegenteil. Beim Krieger geht es um Grenzen, um Entschlusskraft und Entschiedenheit und um den Dienst am König, der die Grenzen setzt und die Werte definiert, die der Krieger verteidigt. Mit der Entwicklung unserer Kriegerenergien lernen wir Grenzen zu wahren, zu Werten zu stehen, Verpflichtungen einzuhalten und für die eigene Integrität zu kämpfen. Ebenso kann die Aggression – für Männer wie Frauen – ein wichtiger Bestandteil der Partnerschaft sein. Sie hilft uns die eigenen Wünsche und Bedürfnisse klar anzumelden und zu bekunden, damit wir selber nicht zu kurz kommen. Und sie hilft uns, die eigenen Grenzen zu markieren und zu verteidigen, damit wir nicht verletzt oder überfahren werden. Vielleicht wäre es zielführender statt die Männer zu domestizieren, manche Frauen im guten Sinne aggressiver zu machen?

### **Krieger gegen Gewalttäter**

Kann man gegen Gewalt kämpfen? Oder ist das schon ein Widerspruch in sich, weil Kampf Gewalt ist? Man(n) kann, weil der Kampf oder der Krieger nicht an sich etwas Schlechtes sind, sondern es auf die Frage ankommt, wofür oder wogegen gekämpft wird und natürlich mit welchen Mitteln. In diesem Sinn ist es gerade der reife, innere Krieger, der ein wirkungsvolles und entschiedenes Nein zu Gewalt ausspricht. Es macht nämlich auf Dauer einen Unterschied, ob ein Mann nur nicht zuschlägt, weil er zu schwach ist bzw. sich nicht traut oder ob seine integrierte Kriegerenergie ein klares Nein zur körperlichen Gewalt sagt.

Der innere Krieger mit seinem Schwert hilft uns Grenzen zu ziehen, zu unterscheiden zwischen gut und schlecht, zwischen zulässig und unzulässig und er hat die Kraft, sein Nein auch durchzuziehen. Wenn wir noch so unter Druck oder verletzt sind, ist es der reife Krieger, der Nein sagt zur Gewalt, der uns gerade in dem Augenblick auch noch die Kraft gibt, die Fäuste zurückzuhalten. Wenn manches weibliche Fleisch noch so reizvoll verpackt an uns vorbei zieht, ist es der reife Krieger, der Nein sagt zur Anzüglichkeit, der uns im Augenblick der Versuchung auch die Kraft gibt, die Hände beisammen zu halten. Wenn das Fleisch noch so willig ist, muss der Geist nicht alles zulassen, was das Fleisch will und der Krieger gibt dem Geist die Kraft dazu. Die Kriegerenergie hilft uns, Abstand von uns selbst zu gewinnen, auch zu uns selbst nein zu sagen. Ist der unreife Krieger die Ursache der Gewalt, ist der reife Krieger deren Lösung.

## **Reifung statt Domestizierung**

Das Ziel der Männerarbeit auch im Sinn der Gewaltprävention kann nicht sein, den Mann - kirchlich oder feministisch oder beides - zu domestizieren, so lange an ihm herum zu feilen, bis ein pflegeleichter neuer Mann heraus kommt. Wir müssen unsere eigene Männlichkeit ernst nehmen und dazu gehört auch unsere eigene Kraft und Stärke. In Bezug auf kirchliche Männerarbeit kommt hinzu, dass die Kirche lange genug ein kastratives Verhältnis zu den Männern hatte und es verhängnisvoll wäre, würden wir wieder an diesen alten Mustern anknüpfen. Das Ziel müssen ganze und starke Männer sein und wenn wir uns selbst trauen ist unbestritten: Starke Männer schlagen nicht.

Erscheint in einer Dokumentation zur Studentagung vom 30.-31. März 2001 der Kath. Männerbewegung Österreichs  
© Markus Hofer