

Männlichkeit und Männlichkeitsideologie:

Achtung: Allzu viel Männlichkeitsideologie schadet ihrer Gesundheit

Für meinen persönlichen Diskussionsbeitrag zur Genderfrage habe ich den Titel »**Männlichkeit und Männlichkeitsideologie**« gewählt. Ich persönlich finde, dass in den letzten Jahren zu viel unter uns GestalttherapeutInnen über Krankenkassenanerkennung, unsere materiellen Lebensbedingungen und unsere Position im staatlichen Gesundheitswesen geredet worden ist.

Ich will in keiner Weise unterschätzen, dass diese Fragen für viele von existentieller Bedeutung sind, aber mir erscheint es dringend notwendig, dass wir offensiver, in **positiv aggressiver** Weise zu grundlegenden gesellschaftlichen Fragen Stellung nehmen und auf diese Weise deutlich machen, warum Gestalttherapie wichtige Zukunftsaussichten hat.

Die Psychoanalyse hatte in ihren Anfängen auch eine andere Bedeutung als nur diejenige, der Krankenbehandlung. Es ging in vielen Fragen um **Kulturkritik**, um eine heftige Attacke auf gesellschaftliche Tabus, insbesondere auf die Tabuisierung und Leugnung der Sexualität im wilhelminisch geprägtem Deutschland und in der K&K Monarchie Österreichs.

Ich werde im Folgenden versuchen, einen Bogen zu schlagen von der Genderfrage zu dringenden und wichtigen gesellschaftlichen Themen, z.B. zum Thema der Gewaltprävention. Zum Schluss werde ich gestalttherapeutischen Haltungen und Vorschläge formulieren, wie wir als GestalttherapeutInnen auch politisch Stellung nehmen können und sollen. (s.a. den Artikel von Peter Schulthess indiesem Heft)

Im Anschluss an unsere Diskussion über Gender auf der Tagung zu Ehren von Lore Perls in München 2005 geht es mir um die Auseinandersetzung mit dem Thema **Männliche Identität**, mit den gesammelten Introjekten der Männlichkeitsideologie, die **Gewalt** als letzten Ausweg aus schwierigen Situationen nahe legen.

Wir leben erwiesenermassen in einer patriarchalen Gesellschaft, aber das ist kein Naturgesetz. Auch das Patriarchat in seiner heutigen Wirkungsweise ist keinesfalls eine nützliche, bewusst gewählte Verfassung für die Mehrheit der Männer. Vieles setzt sich hier als «natürliche Ordnung» getarnt durch und das muss keinesfalls so bleiben.

Wenn Renate Becker in ihrem Artikel (im gleichen Heft) fragt, wie wir über Gender in unserer Arbeit nachdenken, so versuche ich hier eine bewusst einseitige Antwort – ich denke zunächst einmal über eine Seite, meine Seite als Mann nach.

Männlichkeit ist wie Weiblichkeit keine biologische Begrifflichkeit, die Grundhaltungen zur eigenen Geschlechtlichkeit entstehen in einem historischen und sozialen Feld, sie werden über Generationen hinweg konstruiert – und sie können dekonstruiert werden.

Männlichkeitsideologie und Männlichkeitswahn

Unter **Männlichkeitsideologie** verstehe ich das in einer Kultur gesammelte Inventar an Regeln und Haltungen, das die Definition regelt, was »Männlichkeit« bedeuten soll, was als männlich und was als unmännlich zu betrachten ist. Dieses Inventar findet das Individuum in der Umwelt bereits vor, es ist unter anderem in Märchen und Filmen, Kleidungsvorschriften und Berufsregelungen manifestiert

Die Systeme der bestehenden Männlichkeitsideologie und Weiblichkeitsideologie werden von beiden Geschlechtern konstruiert und aufrechterhalten. Bilder, Leitsätze werden in die Kultur transportiert und in der Erziehung an die nächste Generation (auch von Müttern an ihre Söhne, sowie von Vätern an ihre Töchter) weitergegeben. Diese nächste Generation introjeziert mehr oder weniger getreu solche Ideologiepakete und macht sie sich zur Handlungsanlei-

Text zum Gender-Podium an der Laura-Perls-Tagung München 2005
Panel: R.Becker (D),
D.Bongers (CH),
B.Schigl (AT),
D. Schmoll (AT);
Moderation: G.Wyss (CH)



Dr. Dieter Bongers ist Diplom-Psychologe, Dr. phil. und Gestaltpsychotherapeut.

Er hat an den Universitäten Bonn und Köln studiert und an den Universitäten Konstanz und der Technischen Universität Berlin unterrichtet. Promoviert hat er 1984 an der TU Berlin über „Männerselbstbilder“ Die Grundausbildung in Gestalttherapie absolvierte er 1983-86 am IGG in Berlin. beim Gestalt Institute of Cleveland (GIC , u.a. Prof. Ed Nevis) und beim „Center for Intimate Studies“ (Mass, USA, Sonja Nevis und Joseph Zinker)

tung. (Bei den Frauenrollen hat sich in den letzten 30 Jahren einiges mehr verändert, als bei den Männern.)

In meiner Praxis habe ich ein anschauliches Beispiel dafür erlebt, dass bei beiden Geschlechtern Mechanismen vorhanden sind, die männliche Gewaltideologie aufrechterhalten.

Ein junger Mann, der wegen Straftaten und Drogenmissbrauchs eine stationäre Therapie gemacht hatte, lernte gegen Ende der Therapie eine junge Frau kennen, die in einer anderen Einrichtung eine Drogentherapie absolviert hatte. Die beiden wurden ein Paar, lebten zusammen und hatten vier Kinder.

Immer wieder gab es recht heftige Auseinandersetzungen, die sich vor allem um Eifersucht drehten. Der junge Mann mit lateinischer Herkunft war ausserordentlich eifersüchtig und besitzergreifend, was die junge Frau allerdings bis zu einem gewissen Grad auch genoss und bewunderte. Diese Eifersucht gipfelte jedoch in einigen tätlichen Auseinandersetzungen, die im Verlauf einer schweren Ehekrise zu Gewalt seinerseits führte, die Gefahren für ihr Leib und Leben entstehen liessen.

Nach einer Krisenintervention und einer Anzeige bei der Polizei zog die Ehefrau Wochen später die Anzeige zurück und erklärte das ganze zum Unfall. Wenige Monate danach war die Gewalt schon wieder vergeben und vergessen und die junge Frau erzählte in einem Paargespräch voller Stolz, wie ihr impulsiver und leidenschaftlicher Freund ihren eigenen Vater zurecht gewiesen und mit Prügel bedroht hatte.

Die Relativität der Einschätzung von Gewalt wird in diesem Beispiel deutlich, die junge Frau war erschrocken und schockiert von der ausgeübten Gewalt gegen sie selbst, aber fasziniert von der »gerechten Gewalt« die ihr Freund gegen ihren Vater angewendet hatte. Das ein richtiger Mann schon mal dreinschlägt ist ein Bild, welches durchaus von vielen Frauen geteilt wird.

Die Gewalt wird relativiert, damit teilweise salonfähig. Hier tragen beide Geschlechter zu Gefährlichkeit bei, wenn Gewaltanwendung in der Familie in bestimmten Situationen legitim ist.

Besonders im Bereich des eigenen männlichen Selbstentwurfes, dem was die Psychoanalytiker »**idealisiertes Selbst**« nennen und was die Orientierung für die männliche Identität bildet, findet man eine ganze Reihe solcher ideologischer Vorstellungen über Männer und Männlichkeit.

Unter **Männlichkeitswahn** verstehe ich die extreme Zuspitzung der Männlichkeitsideologie, die zu notorischer Grenzüberschreitung führt: Ohne die eigenen Gefühle und Grenzen und die anderer wahrzunehmen, werden Berge bezwungen, Rennen auf normalen Strassen gefahren und mittelalterliche Prügelrituale (Fussballhooligans) veranstaltet.

Sich selber nicht zu spüren, besonders Regungen von Angst und Scham, den innerlichen, zu weichen Schweinehund zu überwinden gehört zu diesen wahnhaften Ausschreitungen

Ich habe vor über 20 Jahren in meiner Dissertation über Auffassung von Männlichkeit im Selbstbild junger Männer versucht, einige dieser zentralen ideologischen Figuren zu identifizieren. (Bongers 1985)

Hier eröffnet sich auch heute noch ein Feld für psychotherapeutische, philosophische und politische Arbeit. Einige Glaubenssätze, die wir introjeziert haben, gilt es zu hinterfragen und zu verhindern, dass weitere Generationen solche Introjekte schlucken müssen.

• So der **Glaubenssatz, dass Männer »Krieger« sein müssten.** (wie z.B. Bert Hellinger in verschiedenen Veranstaltungen zur »Familienaufstellung« glaubte postulieren zu müssen)

Eine Vielzahl der jungen Patienten im Straf- und Massnahmenvollzug, insbesondere aus dem Balkan und der Türkei, betonen immer wieder in eindrucklicher Klarheit, wie sehr diese kriegerrische Auffassung Teil ihres Männer-

bildes ist. Vielfach ist in diesen Kulturen die Männlichkeitsideologie noch so ungebrochen, wie in Mitteleuropa im ausgehenden 19. Jahrhundert.

Mancher erlebt Friedfertigkeit und Willen zum Kompromiss als Feigheit und die entsprechende Kultur in der Schweiz als »degenerative Erscheinung«, Potenz wird mit Krieger-Sein gleichgesetzt.

Hier gilt für mich aus gestalttherapeutischer Sicht wie bei individuellen Neurosen die Erkenntnis, dass neurotische Mechanismen zu anderen Zeiten einmal einen rationalen Hintergrund hatten. Sie haben sich in einem bestimmten Feld entwickelt, werden aber in andere Situationen und Zeiten tradiert, in denen sie nicht mehr funktional sind, sondern dem weiteren Wachstum hinderlich.

Es mag in vergangenen Jahrhunderten sehr nützlich gewesen sein, kriegerisch und kämpferisch Haus und Hof zu verteidigen und sich gegen wilde Tiere und fremde Eroberer zu stellen. In unserer Zeit mit solch hoch entwickelten technischen Waffen geht es nicht mehr um Verteidigung des eigenen Territoriums - es ist möglich mit wenigen hundert Menschen mittels Flugzeugen und Raketen ganze Länder zu zerstören.

Mannesmut und Tapferkeit sind im bestimmten historischen und sozialen Umfeld achtenswerte Eigenschaften, heute ist Krieg eine Tätigkeit, die vielmehr mit Strategie und Computersimulation zu tun hat und so gut wie gar nichts mehr mit ritterlichen Tugenden.

☛ Einige Elemente der heutigen Männlichkeitsideologie stammen aus Zeiten des sich entwickelnden Bürgertums, wie zum Beispiel die Idee: **»Ein Mann muss sein eigener Herr sein«.**

Hier schwingt die Ideologie des bäuerlichen Hofes oder des kleinen Gewerbetreibenden mit, die den adligen Grundbesitzern davon laufen – »Stadtluft macht frei!«

Man muss sich heute nur die Geschichte kleinerer Unternehmungen anschauen und ihre Abhängigkeiten von Banken und Kreditgebern, um zu sehen, dass

für den weitaus grössten Teil der Bevölkerung solche ideologischen Gestalten reine Vergangenheit sind.

Es geht eigentlich nur um die Wahl, von welchen Personen oder Gruppierungen man als »Mittelständler« abhängig sein möchte. (Gilt m.E. auch für fast alle selbständigen Psychotherapeuten, die schlecht bezahlte Beschäftigte im Gesundheitssektor sind.)

Wer ist denn wirklich heute sein eigener Herr? Auch viele leitende Kader haben zwar ein gutes Gehalt, aber von ihnen wird verlangt, dass sie für dieses Geld fast rund um die Uhr verfügbar sein müssen.

Die ideologische Leit-Figur des »freien Individuums«, möglichst ohne soziale Abhängigkeiten ist ein zentraler Bestandteil unserer abendländischen Kultur, Gordon Wheeler setzt sich in seinem neuen Buch »Jenseits des Individualismus« (2006) mit dieser Ideologie und der Kritik durch die Gestalttheorie auseinander.

Es käme heute im Gegenteil zu dieser individualistischen Haltung vielmehr darauf an, **soziale Fähigkeiten und Verantwortungsübernahme in einem sozialen Umfeld** in den Mittelpunkt des Männerbildes zu stellen. Eigenschaften wie Kontaktstärke, Humor und Liebefähigkeit als wären als Orientierung zu propagieren.

☛ **Ist die Konkurrenz etwas Naturgesetzliches?**

Müssen wir Männer immer um Frauen und Ressourcen konkurrieren und machen es dann Gemeinde, Kantone, Staaten und Staatenbünde genauso? Gibt es dazu keine Alternative, wie manche Bestsellerautoren behaupten, weil das eben seit der Steinzeit so in unseren Genen angelegt ist?

Mit der ideologischen Konstruktion, dass der Mensch nun mal in der Konkurrenz zu anderen lebt und nach Darwins Gesetzen nur die Besten überleben, wird eine Art biologischer Unveränderbarkeit beschrieben, als ob unsere soziale Lebensweise, die Ideologie und Kultur darauf keinen Einfluss hätten.

In den letzten Jahren sind die Stichworte der **Standortkonkurrenz** und der **Globalisierung** immer mehr in das politische und in das Alltagsdenken eingedrungen. Auch in der Schweiz wird die Frage oft diskutiert, wie man einen Standortvorteil vor anderen Ländern bewahren kann, wie sich dieses kleine Land in der internationalen Konkurrenz behaupten kann.

In dieser Denkweise werden einige Axiome von vornherein vorausgesetzt, die es eigentlich in Frage zu stellen gelte:

Gilt als Beziehungsmotiv immer primär die Konkurrenz oder funktioniert auch das Prinzip der Kooperation, in welchen sozialen Umfeldern?

Ist **Gier** in der Form von Konsumgier, Geldgier und Profitgier ein adäquater Motor für gesellschaftliche Entwicklung oder wäre solche Gier nicht vielmehr zu kritisieren und zu ächten?

Sollen ganze Länder und Regierungen ihre Politik grundsätzlich davon abhängig machen, welche internationalen Finanzmagnaten in einem bestimmten Land bessere Profitraten erzielen? Ob sich z.B. bei Verlagerung der Produktion in Billiglohnländer mehr Gewinn erzielen lässt?

Ist es moralisch zu rechtfertigen, dass 8, 10 oder 15% Gewinn auf eingesetztes Kapital als unzureichend empfunden werden und dass deshalb Fabriken geschlossen und Arbeitsplätze vernichtet werden, weil eine Profiterwartung von 25, 30 oder 50% verfolgt wird?

Wie weit ist es Ziel sozialdemokratischer Politik oder allgemein linker Politik, eine solche Logik mitzumachen?

Mit der historischen Niederlage des osteuropäischen Sozialismusmodells ist eine Lähmung auch im intellektuellen Bereich ausgelöst worden – über andere als »strikt marktwirtschaftliche« Ökonomiemodell darf gar nicht mehr diskutiert werden.

Das ein recht autoritäres Sozialismusmodell, welches sich um eine völlig idealisierte »Arbeiterklasse« herum gruppiert hat, gründlich gescheitert ist, gibt

ja nicht automatisch denjenigen recht, die schon immer behauptet haben, dass nur das Gesetz der Wildnis und »Jeder gegen Jeden« zu optimalen wirtschaftlichen Ergebnissen führt.

Das der freie Welthandel Gewinner und Verlierer produziert ist inzwischen deutlich, es ist an der Zeit, den unverschämten Ideologen zu widersprechen, die hier die einzige Zukunftsoption sehen.

☛ **Der Zweck heiligt die Mittel?**

Oder:

☛ **Ein Mann muss tun, was ein Mann tun muss!**

Moralische Werte, Orientierungen aus Religion und kultureller Tradition werden (besonders in Wahl und Sonntagsreden) zwar gepriesen, aber in den Momenten der Wahrheit wird – zumindest den Männern – erlaubt, sich über solche kleinlichen Grenzen hinwegzusetzen.

In den Sagen des klassischen Altertums findet sich die Geschichte von Alexander dem Großen und dem gordischen Knoten:

Schon viele Jahre hatten verschiedene Personen und Weise versucht, den gordischen Knoten zu entwirren und aufzuknüpfen.

Der junge Alexander kam zu dem Ort, zog kurzerhand das Schwert und schlug den Knoten entzwei. So löst man das Problem, nicht mit dem Kopf und mit Geschicklichkeit, sondern mit Gewalt.

Man kann sich bei dieser Sage erinnert fühlen an die Politik der US Administration gegen den Irak – in einer komplizierten Welt war keine Mehrheit in der Uno und kein völkerrechtsgemäßes Vorgehen gegen den irakischen Feind zu finden – dann eben mit der Macht und ohne das Völkerrecht.

Diese »Der Zweck heiligt die Mittel Politik« setzt sich in der rechtswidrigen Behandlung von Gefangenen in Guantanamo (Kuba) fort, die ja vom eigenen »Supreme Court« als gesetzwidrig gerügt wurden.

Ich finde, der Zweck darf die Mittel nicht heiligen, sondern Zweck und Mittel müssen eine aufeinander bezogene Gestalt bilden!

Auch in der aktuellen Diskussion über Israels Kriegsführung im Libanon gilt für mich weiterhin:

Humanistischen Ansprüchen und menschlichem Wachstum verpflichtete Politik darf sich nicht inhumaner Mittel bedienen und Demokratie entwickelt sich niemals als eine Diktatur von oben.

☛ Die Zunahme von **Gewalttätigkeiten** insgesamt und besonders bei männlichen Jugendlichen ist eines der häufigsten Themen in den aktuellen Medien, in der Schweiz werden 95% der zu Verurteilung führenden Gewaltstraftaten von Männern begangen.

Das Thema der sexuellen Gewalt auch im häuslichen Bereich und des sexuellen Missbrauchs hat wie kaum ein anderes in den letzten Jahren und Jahrzehnten die Öffentlichkeit beschäftigt. In den Arbeiten von Lempert und Oelemann (1995) aus dem Hamburger Institut »for male« wird darauf hingewiesen, dass die grösste Gefahr bei gewalttätigen Männern für diejenige Frau besteht, die der gewalttätige Mann liebt. In der Intimität, in der Nähe entstehen nämlich auch die grössten Bedrohungen für die männliche Identität, die in Krisensituationen eben auf gewalttätige Weise »gelöst« werden können.

Nach meiner Erfahrung haben männliche Sexualstraftäter eine tief greifende Kontaktstörung – anstatt erotische Attraktion als Anziehung zu erleben, die Energie zur Annäherung und zur Kontaktnahme freisetzt, wird Angst und Scham aktiviert, Angst vor Ablehnung Verletzung Vernichtung, Scham davor gründlich »falsch« zu sein. Um diese unerträglichen Gefühle nicht zu spüren erfolgt eine Art Selbstanästhesie: **Nichts mehr spüren.**

Solche unerträglichen Gefühle sind z.B.: Die Angst das Gesicht zu verlieren, als impotent erlebt zu werden und die phantasierte oder reale Dominanz einzubüssen. Das alles bedeutet in diesen ideologischen Figuren: **Kein richtiger Mann zu sein!**

Stattdessen erfährt der Täter durch die Beängstigung seines Opfers Bestätigung - er ist der Mächtige. Wenn das Opfer Angst zeigt, spürt der Täter seine Angst nicht mehr, stattdessen eine Art der Ersatzbefriedigung: **Mächtig fühlen, anstatt Kontakt spüren!**

Die Gewalt ist oft Resultat von abgewehrter Ohnmacht (vgl. Lempert, J & Oelemann B., 1995).

Wir als GestalttherapeutInnen sollten die Energie nehmen, an diesem wichtigen und emotional sehr besetzten Thema teilzuhaben. Für mich heisst das:

Nahe heran gehen
– nicht sich ohnmächtig abwenden!

Was können wir diagnostisch über Gewalt, über sexuelle Gewalt und über die Arbeit mit Sexualstraftätern sagen?

Durch die gewalttätige Bemächtigung des Gegenübers wird die eigene Macht gespürt und damit die befürchtete Ohnmacht abgewehrt. Also braucht es einerseits Akzeptanz der unangenehmen Gefühle wie Angst, Unsicherheit und fehlende eigene Fähigkeiten. Dies sind gestalttherapeutische Herangehensweise bei vielen Störungen: den Patienten zu ermutigen Vermeidungshaltungen aufzugeben und neue Wege auszuprobieren. **Die Angst akzeptieren lernen.**

Was kann Gestalttherapie zur Verminderung der Rückfallgefahr beitragen?

Die Täter - fast immer Männer, müssen lernen, ihre Bedürfnisse und ihre eigenen Grenzen wahrzunehmen und die Grenzen andere Menschen genauer zu spüren, wahrzunehmen und zu respektieren. Dies alles in einem Bereich, der energetisch hoch besetzt ist und gleichzeitig oft einen pädagogischen oder therapeutischen Zugang wegen der Tabuisierung nur sehr schwer zulässt. Die Gestalttherapeuten, die auf den Kontakt fokussieren, sind eigentlich prädestiniert, sich mit solchen Themenbereichen zu beschäftigen.

So gilt es u.a. der Frage nachzugehen, wo es im Zusammenhang mit Sexualität um **gesunde Aggressivität** geht, um Herangehen und um Werben und wo Ge-

walt und zerstörerische Impulse und Energie im Spiel sind. Diese Unterscheidung scheint mir für die gesamte Arbeit mit Gewalttätern außerordentlich wichtig, für die Arbeit mit Sexualstraftätern in ganz besonderem Masse.

Um es knapp zusammenzufassen, würde ich behaupten, dass es darum geht, Sexualstraftätern eher eine **kontaktvolle Aggression** beizubringen, sie dabei zu unterstützen, »Ich-Funktionen« und »Ich – Grenzen« zu entwickeln, die befriedigende, verantwortungsvolle Kontakte zu dem anderen Geschlecht ermöglichen, damit sie sich von ihren gewalttätigen Strategien bewusst entfernen.

Politische Wurzeln der Gestalttherapie - Inspiration und Auftrag !

Dies ist nicht eine erschöpfende Liste von ideologischen Figuren, die zum Inventar der Männlichkeitsideologie gehören, aber es sind wichtige Elemente, die unmittelbare Wirkung in unser Leben entfalten.

Auseinandersetzung mit irrationalen Glaubenssätzen, die unsere Selbstentfaltung und ein freudvolles Miteinander beeinträchtigen, ist therapeutische und politische Arbeit.

Es gerät leider in Vergessenheit, in welchen starken Spannungsverhältnissen viele unserer gestalttherapeutischen LehrerInnen zu den jeweils aktuellen politischen Verhältnissen standen.

Fritz und Lore Perls mussten nicht nur aus Deutschland emigrieren weil sie Juden waren, sondern auch weil sie innerhalb der Antifaschistischen Bewegung aktiv waren und weil sie zu vielen politischen Fragen in der Auseinandersetzung mit dem Deutschen Faschismus ganz dezidiert Stellung genommen hatten.

Ervin und Myriam Polster haben in den 60er und 70er Jahren in Kalifornien nicht nur Gestalttherapie gelehrt, sondern sich in verschiedenen Fragen der Bürgerrechtsbewegung engagiert, insbesondere gegen den alltäglichen Rassismus und für die Rechte der Frauen.

Paul Goodman wird oft heute eher

schamhaft als eine wichtige Quelle der Gestalttherapie zitiert. Seine sexuellen Eskapaden führen dazu, ihn mehr als eine Belastung anzusehen, anstatt sein inspirierendes und vorwärts drängelndes Werk auch heute immer wieder zur Kenntnis zu nehmen. Dabei wird leider vergessen, welche wichtige Rolle Paul Goodman, sowohl als ein Philosoph der Antikriegsbewegung in Bezug auf den Vietnamkrieg, als auch als Inspirator einer ganzen Bewegung für Genkultur, gespielt hat.

Ideen über Architektur und Städteplanung (Goodman, Paul & Goodman, Percival: *COMMUNITAS*, dt. 1994) hat er ebenso veröffentlicht wie ganz wichtige Aufsätze über den Gesundheitsbegriff (Goodman P.: *Natur Heilt*, dt. 1989).

Paul Goodman hat seine politischen Auffassungen am Ende seines Lebens zusammengefasst, er hat sich in seinem Leben konsequent solchen Introjekten widersetzt, wie ein Mann zu leben hat. Er hat gegen den Mainstream auch während des zweiten Weltkrieges an seiner pazifistischen Gesinnung festgehalten, obwohl selbst seine linken Freunde zur Rettung der Sowjetunion aufriefen und anarchistische Zeitungen ihn deswegen lange nicht mehr druckten.

In seinem Aufsatz »Gestalt, Erfahrung«, den er nach einem Seminar aufgeschrieben hat, welches er 1971 an der University of Hawaii hielt, erklärte Goodman unter anderem sein Konzept von Anarchismus:

»Für mich ist das Hauptprinzip des Anarchismus nicht Freiheit, sondern Autonomie, die Fähigkeit etwas in Gang zu setzen und es auf eigene Weise zu vollbringen – ohne Befehle von Herrschenden, die das anstehende Problem nicht kennen und die zur Verfügung stehenden Mitteln nicht einschätzen können... Tätigkeiten sind anmutiger, kraftvoller und umsichtiger, wenn Bürokraten, Aufsichtspersonen, leitende Angestellte, Planer und Rektoren sich nicht einmischen.... Äußere Herrschaft verhindert inneres Funktionieren, die Seele bewegt sich selbst sagt Aristoteles.«

(Goodman Paul, *Stossgebete*, dt. 1992, Seite 85)

Heute scheint mir wieder gestalttherapeutische Arbeit angezeigt, die wir auch früher bei verschiedenen Introjekten gemacht haben:

Woher kommt dieses Introjekt - willst Du dich weiter damit identifizieren oder willst du es ausspucken und hinter Dir lassen?

Viele hundert mal haben wir solche Arbeiten, besonders mit religiösen Introjekten über Lebensführung und Sexualität gemacht - ist es nicht an der Zeit, dies auch mit den neuen Introjekten der »Globalisierungsreligion« zu machen ?

Gestalttherapeutische Arbeit in der heutigen Zeit besteht für mich nicht in erster Linie darin, Störungen zu behandeln, die für die Krankenkassenabrechnung auf der ICD 10 Skala gut eingeschätzt werden können. Die grossen Fragen, die viele beschäftigen, kommen in der ICD Klassifikation gar nicht vor.

Zum Beispiel die aktuelle **Sinnkrise** und Orientierungslosigkeit in der männlichen Jugend. Für Jugendliche heute ist es schwer eine männliche Identität mit Sinn aufzubauen, es gibt wenig Vorbilder und nach wie vor eine grosse Suche nach Sinn und Orientierung, besonders in der Adoleszenz. Die aktuelle Politik hat kaum Visionen und wirkt mit ihren mittelmässigen Kompromissen furchtbar ermüdend.

Welchen Zielen will ich folgen, was will ich mit meinem Einsatz und meinen Lebensenergien erreichen? Wie und womit will ich mich als Mann profilieren?

Es kann ja nicht nur um einen grossen Plasmafernseher gehen!

Hier eine weitere Fallskizze aus meiner Praxis:

Ein 15 Jähriger hochintelligenter Junge fällt im 8. Schuljahr durch massives Leistungsversagen (Konzentrationsstörungen) und zunehmende Isolation in der Klasse auf. Beide Eltern sind sehr aktiv, sie studiert nach der Kinderpause Psychologie, er ist ein hochengagierter Mediziner mit Praxis in einem sozialen Brennpunkt. Bei den Eltern fällt das Problem zu hau-

se kaum auf, der Sohn galt als selbstständig. Erst als eine heftige Rückmeldung vom Gymnasium kam (Sitzbleiben) wird folgende Konstellation deutlich:

Der Junge spielt bis zu 12 Stunden am Tag Computerspiele online, lebt in einer abenteuerlichen virtuellen Welt und findet nicht nur das Gymnasium, sondern auch das Leben seiner Eltern äusserst spießig.

Die elterlichen Ideale – Helfen und Gerechtigkeit verbreiten- sagen ihm nichts, sie stammen aus der Lebenswelt der Eltern in einer anderen Generation. Für ihn ist helfen nicht interessant, aber er weiß auch nicht, wohin er sein Leben lenken soll. Vieles, was er um sich herum sieht, packt ihn nicht – »macht keinen fun!«

So will er »Gamer« werden – eine Vorstellung die den Vater mit Unverständnis und Entsetzen erfüllt.

Für mich ist dieses Beispiel nicht nur ein Generationenkonflikt, sondern auch eine Metapher für eine Orientierungskrise, jede Generation braucht ihre eigenen Entwicklungsaufgaben, besser aber in der Realität als nur virtuell.

Das Menschenbild der Gestalt

In meiner Schulzeit Ende der 60er Jahre und in den Jahren an der Universität habe ich Dutzende von Diskussionen über Menschenbilder geführt:

Welches Menschenbild wird von diesem Psychologieprofessor vertreten?

Was setzt diese klinische Theorie voraus und will ich diese Setzungen akzeptieren?

So lauteten die Fragen, mit denen wir an viele Theorien herangegangen sind. So war z.B. die Auseinandersetzung mit Skinners Positionen in der Verhaltenstherapie sehr stark davon geprägt, dass der Mensch als Subjekt und Schöpfer seines eigenen Lebens in der Verhaltenstherapie einen viel zu geringen Platz einnimmt.

In der heutigen Diskussion sind meines Erachtens solche Themen wieder von grosser Wichtigkeit. Die Diskussion über Sinnkrisen wird ja bei weitem nicht nur unter Psychologen und Psychotherapeuten geführt. Sie betrifft genauso Kirchen, Jugendarbeiter, Juristen und Politiker.

Wohin will der Mensch im 21. Jahrhundert? Was prägt ihn und wie kann man ihn beeinflussen?

Wie kann ein Männerbild heute formuliert werden, was nicht nur negativ beschrieben wird und was nicht noch mehr Last und Schuldgefühle wegen wahrscheinlichen Versagens erzeugt?

Dies sind Fragen, zu denen wir als GestalttherapeutInnen Stellung nehmen müssen.

Die Gedanken, die Paul Goodman zusammen mit seinem Bruder Percival im Buch »**Communitas**, Lebensformen und Lebensmöglichkeiten menschlicher Gemeinschaften«(dt. 1994) entwickelt hat, hören sich seltsam modern an. Das Zusammenwirken kleiner Gemeinschaften, die sich aufeinander beziehen und im direkten Kontakt miteinander stehen, das wird auch kirchlichen Kräften und von Netzwerkern heute als Vision vertreten.

Auf der Tagung der verschiedenen deutschen Gestaltverbände in Hohenroda 2006 hat u.a. Prof. Margit Kennedy Modelle erläutert, wie mit alternativen Zahlungsmitteln und Komplementärwährungen (in der Schweiz den WIR) Gegenmacht aufgebaut werden kann.

Es kann nicht darum gehen, zu Illusionen über das allgegenwärtige Gute im Menschen, welchem man nur zum Durchbruch verhelfen müsste, zurückzukehren

Allerdings ist es auch notwendig, den Blick zu schärfen, für die **positiven Möglichkeiten im Hier und Jetzt!** Das Potential sozial und nachbarschaftlich zu leben, ist uns Menschen gegeben, wobei es auf die gesellschaftlichen pädagogischen und soziologischen Umgebungen ankommt, ob es zum Wachstum und zur Reife gelangt.

In meiner persönlichen aktuellen Arbeit mit jungen Gewaltstraftätern gilt es auch, nach den Potentialen und Ressourcen Ausschau zu halten und nicht nur auf ein Bündel von Defiziten herabzuschauen. Es ist dann aber eine befriedigende persönliche Erfahrung, zu realisieren wieviel Kreativität und Lebensmut, wie viel Ästhetik dann auch bei solchen »Gescheiterten« zu Tage tritt.

Hier sollten wir **gegen jeden Kulturpessimismus auch in Genderfragen** antreten, dieser schützt in der Regel nur die bestehenden Verhältnisse vor Veränderung.

Ich plädiere hier für »gewaltlose Aggressivität«! (Goodman).

Gestalt hat zu diesen Fragen viele Essays und Denkanstösse anzubieten. Hier erscheint mir wichtig, darauf hinzuweisen, dass diese Debatten von anderen philosophischen und therapeutischen Richtungen eher vermieden werden. Auch die Verhaltenstherapie hat ein Menschenbild (wie ich finde ein recht mechanisches), die Psychoanalyse genauso und die ärztliche Verschreibungswut von Medikamenten bei Depressionen beinhaltet auch eine Sicht des Menschen, auch wenn diese nicht explizit dazu geäußert wird.

Gestalt als Handlungsanleitung

In seinem oben zitierten Aufsatz sagt Paul Goodman:

»Überdies sind Menschen in Herrschaftspositionen besonders anfällig für Dummheit, weil sie keine Berührung mit der eingegrenzten Erfahrungsaktualität haben, sich stattdessen in andere Leute Angelegenheiten mischen und dadurch auch diese dumm machen« (Stossgebete, 1992, Seite 87).

Es ist mein Anliegen krisenhafte gesellschaftliche Vorgänge einzuschätzen und mit anderen zusammen auf die notwendigen Veränderungen zu drängen, das ist für mich gestalttherapeutische Arbeit im Bereich Figur und Grund. Nur bei diesem aktuellen politischen Treiben zuzusehen und sich ausgeliefert zu fühlen, macht gelähmt und depressiv.

Mit massiver Waffengewalt werden Resentiments und Hass unter den Völkern nicht beseitigt, diese Erfahrung macht Israel nun schon seit vielen Jahren im Konflikt mit den Palästinensern. Friedenspolitik macht Kontaktnahme nötig, Bereitschaft zur Aufarbeitung von Vergangenheit und zur Versöhnung.

Eine meiner wichtigsten Erfahrungen aus der Arbeit mit Straftätern ist, dass man Verleugnung von Schuld nicht dulden, keine »Schwamm-Drüber« Haltung einnehmen darf.

Verantwortung wirkt dagegen ansteckend - wenn PädagogInnen und TherapeutInnen sich ihrer eigenen Position bewusst sind und - auch politisch - verantwortlich handeln, so verbessert das auch die Beziehungen zu den PatientInnen.

Für mich ist das jüdische und das anarchistische Erbe der Gestalttherapie äußerst wertvoll und Paul Goodman ein inspirierender Mann, auch wenn man mit vielen seinen psychotherapeutischen und sexuellen Haltungen nicht übereinstimmen muss.

GestalttherapeutInnen können und sollten auch **Quelle von Unruhe und Beunruhigung** sein. Wer gewachsene Strukturen hinterfragt, wer Partizipation fordert, wer sexuelle Tabus attackiert, darf sich nicht wundern, wenn das Gegenreaktionen hervorruft.

Gestalttherapie kann so nicht ein »ganz normales Verfahren« sein - Gestalttherapie ist von der Quelle her avantgardistisch und in gutem Masse subversiv!

Man muss sich allerdings trauen!

Paul Goodman verstand sich als ein Mahner, als ein Gewissen der Nation, der die Aufgabe hat, in jeder Situation ganz konkrete kleine Verbesserungsvorschläge zu machen. Dass diese kleinen Verbesserungsvorschläge immer auf besonderen Widerstand stoßen, erklärte Goodman damit, dass **»gerade die konkreten realisierbaren Verbesserungsvorschläge den sozialen Frieden dadurch gefährden, dass sie deutlich machen, dass nicht alles genau so weiterlaufen muss, wie es läuft....«**

In diesen Verbesserungsvorschlägen ist ein Moment **aggressiven Veränderungswillens** enthalten, der die **Wiedererlangung der Kontrolle über die Umwelt** für jeden einzelnen Menschen ermöglicht....

»Mangelnde Kontrolle macht krank, dumm und gewalttätig!« (Goodman, 1992)

**My anarchy as I grow old
is, Let me alone with my habits
I learned when I was poor
- nor did they ever work.
I like to have a flag
I too, and hold it up.
I really don't expect
anybody to salute.**

(Meine Anarchie besteht nun,
da ich alt werde, darin:
Lasst mich in Ruhe mit meinen Gewohnheiten,
die ich gelernt habe, als ich arm war
- sie haben auch nie funktioniert.
Ich mag es, ein Banner zu haben,
auch ich, und es hochzuhalten.
Ich erwarte wirklich nicht,
dass irgendjemand salutiert.

(Aus Paul Goodman , *Collected Poems*)

**Unsere tiefste Angst ist nicht,
 dass wir unzugänglich sind.
 Unsere tiefste Angst ist,
 dass wir kraftvoll sind, über alle Massen.
 Es ist unser Licht, und nicht unsere Dunkelheit,
 das uns am meisten erschreckt.
 Wir fragen uns,
 wer bin ich denn, dass ich strahlend,
 wundervoll, begabt und phantastisch bin?
 Wer bist du denn eigentlich,
 dass du es nicht sein darfst?
 Du bist ein Kind Gottes.
 Wenn du dich klein machst,
 hilft es der Welt nichts.
 Wenn du dich einengst,
 damit andere Menschen um dich herum
 sich nicht unsicher fühlen,
 ist das nichts Erleuchtendes.
 Wir sind geboren, um den göttlichen Glanz,
 der in uns ist, zu offenbaren.
 Dieser Glanz ist nicht nur in einigen von uns,
 er ist in uns allen.
 Und indem wir unser Licht leuchten lassen,
 lassen wir es unbewusst zu,
 dass andere Menschen dasselbe tun.
 Wenn wir von unserer eigenen Angst befreit sind,
 macht unsere Anwesenheit andere frei.**

Mariann Williamson, »A Return to Love«

Nelson Mandela, Inaugurate Speech 1994

Literatur:

- Becker, Renate,** *Ein Diskussionsbeitrag und eine offene Frage*, Gestalt 1/2006 S 163-165
- Bongers, Dieter:** *Männerselbstbilder*, Auffassungen von Männlichkeit im Selbstbild jungen Männer, Dissertation, Wilhelm Ritter Verlag Berlin 1985
- Bongers, Dieter:** *Gestalttherapie mit straffälligen jungen Männern*, in Handbuch der Gestalttherapie, 1999, S. 965ff
- Goodman, Paul:** *Natur heilt*, Köln 1989
- Goodman, Paul:** *Stossgebete*, Köln, 1992, 1999
- Goodman, Paul & Goodman, Percival:** *Comunitas*, Köln, 1994
- Höll, Kathleen:** *Politische, sozialpsychologische und ökologische Dimensionen der Gestalttherapie*, in Handbuch der Gestalttherapie, 1999 S. 513ff
- Lempert, Joachim & Oelemann, Burkhard:** *Dann habe ich zugeschlagen*, Hamburg, 1995
- Perls, Fritz. S.:** *Das Ich, der Hunger und die Aggression*, 1978
- Perls, F.S.; Hefferline, R.; Goodman, P.:** *Gestalt-Therapie* (2Bd), 1979
- Perls, Lore:** *Leben an der Grenze*, Köln, 1989
- Polster, Ervin & Miriam,** *Gestalttherapie*, 1983
- Schulthess, Peter:** *Die Fähigkeit zur sozialen und politischen Verantwortung als gestalttherapeutisches Ziel*, in Gestalt 1/2006 S.34-45
- Wheeler, Gordon,** *Jenseits des Individualismus*, Köln, 2006

Dr. Dieter Bongers
 Consulting & Psychotherapie
 Grünhagweg 2
 CH-4410 Liestal
 061 921 61 50
 info@bongers.ch