

# Wenn das Patriarchat anklopft

Der Titel meines Referats tönt vielleicht etwas provokativ und je nach dem was für ein Thema man selber damit hat, kommen andere Gedankengänge ins Bewusstsein. Und genau darum geht es mir, ums Nachdenken über das Patriarchat. Es liegt mir fern über Männer zu poltern. Der Geschlechterkampf langweilt mich. Überhaupt glaube ich, dass der Kampf langsam ein Auslaufmodell werden sollte. Bin aber realistisch genug, dass ich weiss, dass das sehr einfach dahergesagt ist. Doch das ständige Hick Hack bringt meiner Meinung nach nichts weiter als Rechthaberei, verhärtet und schafft Distanz statt Nähe und Verständnis füreinander. Denn ich gehe davon aus, dass Unterschiede nichts Bedrohliches sind, dass wir voneinander lernen und profitieren können aber einander nicht kopieren müssen. Wir können miteinander ins Gespräch gehen, was Interesse am Andern, Verbindung, Anerkennung und Austausch bedeutet.

Zwischen Kampf und Resignation liegt ein Feld, das man betreten kann. Feldarbeit ist nicht immer ohne Mühen zu bewältigen. Wer schon einmal in der Landwirtschaft oder im Gartenbau tätig war, weiss, wie es sich anfühlt, nach einem Arbeitstag.

So ist es auch bei meiner Arbeit. Von nichts kommt nichts. Zwar gibt es begünstigende Faktoren, Einflüsse von aussen, ein gutes Umfeld, Freunde und Familie, ein Land wie die Schweiz, Wohlstand, Gesetze etc. Ebenso können genau diese Faktoren behindern, stören, abhalten, provozieren oder frustrieren.

Bei der Feldarbeit geht es mal um den Boden und mal um die Saat. Je nach der Beschaffenheit des Bodens können Wurzeln Halt finden, wachsen und erstarken. Die Qualität des Samens bestimmt die Qualität der Ernte mit.

Warum bringe ich diese Vergleiche? Weil für mich die Natur um uns herum die genau gleichen Wege nimmt, wie unsere innere Natur. Ich hole mir Bilder aus der Natur um mich und andere Menschen besser zu verstehen und um zu praktikablen Lösungen zu finden. Denn Ausgangspunkt für das Leben und die Lebendigkeit ist für mich das Innere, das Versteckte, das zu Ent-rollende. Deshalb hole ich das Unbewusste ins Bewusstsein.

Unser Feld können wir bearbeiten oder aber auch brach liegen lassen. Wir können es verfluchen oder in den Himmel loben. Doch es ändert nichts an der Tatsache, dass wir es sind, die unsere Früchte ernten, ob wir nun reflektieren oder nicht.

Meine Arbeit ist grösstenteils Reflektion über das Leben und was gerade darin läuft. Es ist kein Besserwissen oder ein Korrekturstift, auch kein Rezeptbuch oder ein Zauberstab. Es ist ein Hinschauen auf die momentane Ordnung und die dazugehörigen Gefühle und sichtbaren Resultate.

Und wenn es um Gefühle geht, sind wir bereits mittendrin im Thema: das Patriarchat.

Das Patriarchat ist entstanden in einer Zeit, die weit zurückliegt. Es bedeutete erst einfach einmal Klarheit und Halt. Denn der starke Mann bedeutete genau dies für die schwache Frau. Es ging ums Überleben und diente nicht zuletzt der Stärkung der Familie. Denn wenn der Mann im Aussen gut kämpfte, konnte die Frau geschützt im Haus (und Herd ;-) für das Wohl der Familie sorgen.

Soweit so gut.

Doch das Ganze hat einen nicht zu unterschätzenden Nachteil: Ein Indianer kennt keinen Schmerz. Die Gefühle der Männer blieben auf der Strecke. Ein „echter Mann“ lernt, diese zu unterdrücken, nicht ernst zu nehmen oder abzuwürgen.

Ich möchte gar nicht weiter ausholen, denn diese Ausprägung ist heute noch aktiv. Leider sind die Verlierer nicht nur die Männer selber, sondern auch ihre Partnerinnen, das ganze Umfeld, die Gesellschaft.

Achtung: es geht hier nicht darum, dass Männer ihre Gefühle gegen ihren Willen preisgeben müssen und ständig darüber sprechen müssen. Männer sind anders, Frauen auch.

Es geht mir um die Prägung und darum, was die patriarchale Struktur verhindert.

Denkt einmal an eure Väter, Onkel, Lehrer ... sprachen diese oft über ihre Gefühle? Habt ihr sie je weinen sehen? ... oder eure Grossväter?

Konnten sie euch in den Arm nehmen und trösten? Oder ist das wirklich eine rein weibliche Angelegenheit?

Was verliert ein Mann, wenn er über seine Schwierigkeiten spricht?

Was, wenn er öffentlich zu seinen Fehlern steht?

Was bedeutet Erfolg zu haben?

Wie ist das mit der Leistung und wann ist genug auch wirklich genug?

Ich erinnere mich an einen Besuch des Oberförsters bei uns zu Hause. Mein Mann sprach oft von ihm als Autorität und beeindruckende Persönlichkeit in Bezug auf die Forstwirtschaft. Wie staunte ich, dass dieser starke Charakter praktisch stumm neben seiner Frau am Tisch beim Nachtessen sass. Die Frau bestritt den Abend, der Oberförster liess sie reden und ich fragte mich, wie dieses Ungleichgewicht entstehen konnte.

Wir wissen alle, dass sich die Rollenverteilung aufgeweicht hat. Doch auch heute noch kann ich beobachten, dass Männer weniger geübt sind, wenn es um Gespräche über Gefühle geht, dass eine gewisse Zurückhaltung und manchmal sogar Angst oder Scham besteht.

Wir Frauen haben unsere Frauenkreise, wo wir über alles reden. Doch die Männer haben oft nur ihre Partnerin, mit der sie über ihre innersten Gefühle, Ängste, Sorgen und Nöte sprechen.

Das Patriarchat hat nicht nur euch Männer geprägt. Es hatte auch auf uns Frauen eine riesige Wirkung. Denn wir haben Bilder und Vorstellungen erhalten, wie der richtige Mann sei, unsere Väter haben auch uns geprägt und Vorurteile und Erwartungen herangezogen.

Versteht mich bitte richtig: es darf sein, wie auch immer. Mir geht es um die Freiwilligkeit und um die Wahl. Ob nun ein Mann über Gefühle spricht oder nicht, ist seine eigene Entscheidung. Ich glaube nur einfach nicht, dass es auf die Dauer gesund ist, die Gefühlswelt zu übergehen. Und dazu habe ich auch genügend Fallbeispiele, wo ich sehe, wie behindernd das Patriarchat ist.

### 3 Fallbeispiele

Frau: „Mein Mann hat einfach nie Zeit für mich. Er arbeitet zu viel, man könnte meinen, er sei mit dem Büro verheiratet. (Leistung zählt)

*Da brauchte es erst einmal das Verständnis und die Anerkennung der Frau, dass der Mann ja einfach seine Pflicht erfüllt, dass er auch eine andere Vorstellung seines Lebens hätte, wenn er ausbrechen könnte.*

*Die Frustration der Frau konnte erst gelöst werden, als sie realisierte, dass sie mit ihren Erwartungen (so müsste er sein, er ist nicht gut wie er ist, er müsste für mich da sein ...) dazu beiträgt, das alte Rollenbild zu erhalten.*

Mann: „Ich fühle mich oft einfach leer, wo ist die Lebensfreude geblieben? Der Sinn ist verloren gegangen, ich sehe nur noch Pflicht und Arbeit. Alles ist selbstverständlich.“

*Der Mann hat vor lauter Arbeit gar nicht gemerkt, wie er den Spass am Leben immer mehr zur Seite schob und muss erst wieder daran glauben, dass es auch anders geht, dass er es selber in der Hand hat, was er aus seinem Leben macht und dass er sich die Erlaubnis gibt, seine Gefühle zu spüren und auszusteigen.*

Mann: „Mit meinem Vater kann man nicht reden, Gefühle lehnt er ab.“

*Der Klient hatte ständige Schmerzen auf der Brust und bis jetzt konnte ihm kein Therapeut Linderung verschaffen. Er erzählte mir von seiner Kindheit, wo er als ältester Sohn seinem Vater nichts recht machen konnte. Das steigerte sich so weit, dass er den Kontakt zum Vater meidet und nur noch selten nach hause geht.*

*Sein Schmerz war Ausdruck seiner unausgesprochenen (jahrelangen) Wut und Enttäuschung, dass sein Vater ihn ständig klein machte und in seiner Wut sogar verprügelte. Es brauchte Verständnis und Versöhnung sowohl zum Vater als auch zu sich selber.*

Stress, Wut, Depression, Aggression, Druck ... können ständige Begleiter sein und den Alltag behindern. Wird es unterdrückt oder klein geredet, rächt sich das irgendwann. Unverarbeitetes arbeitet sich hoch, bis es angeschaut wird. Dies kann sich durch eine Krankheit bemerkbar machen oder einen Unfall, das Auseinanderfallen einer Beziehung, durch seltsames Verhalten, Ängste etc.

Ich glaube an die Ganzheitlichkeit. Das Ganze ist mehr als nur die Hälfte. Deshalb bin ich überzeugt, dass wir alle, sowohl Männer als auch Frauen miteinander den passenden Weg finden dürfen, raus aus der Sackgasse Patriarchat. Es ist ein veraltetes Modell ... und es passt sehr gut in unsere Zeit des Aufbruches und der nicht mehr tauglichen Systeme. Wir brauchen die Bereitschaft, das Feld bearbeiten zu wollen, uns voneinander berühren zu

lassen und in einer gemeinsamen Reflektion Anpassungen zu machen, über Resultate sprechen aber auch über Bedürfnisse und Wünsche.

So logisch das tönt, so schwierig ist genau dies in der Umsetzung. In unserer schnelllebigen Welt suchen wir eher Halt als Veränderung. Wir sind ausserdem getrieben von einem Perfektionismus, von unrealistischen Sehnsüchten, von uns aufgezwungenen Vorstellungen, von Kontrolle etc.

Schade eigentlich, es wird so kompliziert, doch das Schöne ist meist das Einfache.

So möchte ich euch eine einfache Geschichte zum Schluss vorsetzen:

## Vom Teilen

Es war einmal ein Bauer, dessen Mais auf der Landwirtschaftsmesse stets den ersten Preis gewann. Der Bauer hatte allerdings die merkwürdige Angewohnheit, seine besten Samen mit allen Bauern in der Nachbarschaft zu teilen. Als man ihn fragte, warum er das tue, sagte er:

*" Es liegt in meinem eigenen Interesse. Der Wind trägt die Pollen von einem Feld zum andern. Wenn also meine Nachbarn minderwertigen Mais züchten, vermindert die Kreuzbestäubung auch die Qualität meines Korns. Darum liegt mir daran, dass auch sie nur den allerbesten anpflanzen. "*



Mit einem Schmunzeln möchte ich hinzufügen:

Genau das machen wir Frauen auch. Wir sprechen über unsere Gefühle, weil wir uns erhoffen, dass auch unsere Nachbarn/Väter/Partner etc. dies uns eines Tages ganz selbstverständlich gleichtun.

Der Frau Oberförster ist es leider nicht gelungen, ihren Mann zum Sprechen zu bringen. Zu denken gibt mir, dass eigentlich beide als Verlierer vom Feld gegangen sind. Sie leben beide nicht mehr und gehören einer vergangenen Generation an, wo das Patriarchat noch ausgeprägter wirkte.

Egal, wie fest es in eurem eigenen Leben Bestand hat, wir tun gut daran darüber nachzudenken. Denn das Teilen miteinander wie in obiger Geschichte geschieht auch im Negativen und ohne Böses BEWUSST zu wollen. Wir geben vor allem das weiter, was wir kennen. Es passiert einfach ...



Es gibt jedoch einen Ausstieg und dieser läuft über das Bewusstwerden, das Hinschauen und die Reflektion, die BERÜHRUNG und den Willen zur Veränderung.

Und dort beginnt meine Arbeit und endet mein Vortrag.  
Ich hoffe, ich konnte euch zum Innehalten bewegen und danke euch für eure Aufmerksamkeit.