

Josef Aldenhoff

Mensch, Mann!

Was ist los in Männerseelen?

HERDER 

FREIBURG · BASEL · WIEN

Für die Inhalte auf Webseiten Dritter übernimmt der Verlag Herder GmbH keine Haftung, da lediglich auf deren Stand zum Zeitpunkt der Erstveröffentlichung verwiesen wird.

In diesem Buch wird neben der Doppelnennung in wenigen Fällen auch verallgemeinernd das generische Maskulinum verwendet. Diese Formulierungen umfassen gleichermaßen weibliche und männliche Personen; alle sind damit selbstverständlich gleichberechtigt angesprochen.



© Verlag Herder GmbH, Freiburg im Breisgau 2021
Alle Rechte vorbehalten
www.herder.de

Satz: Daniel Förster, Belgern
Herstellung: GGP Media GmbH, Pößneck

Printed in Germany

ISBN: 978-3-451-60116-3
ISBN E-Book: 978-3-451-82377-0

Für alle, die daran glauben wollen, dass Gespräche und Kooperation besser sind als Abgrenzung und Gewalt.

Inhalt

Vorwort	9
Warum ich ein Buch über Männer und ihre Seele schreibe	13
Männer dominieren unsere Zivilisation	23
Die dunkle Seite der Männer – sexualisierte Gewalt an Kindern	33
Zwischenbilanz: Hinsehen und einschreiten statt wegsehen und totschweigen	69
Im Zwielficht – Lust auf Macht	77
Die Internationale der Frauenverächter	97
Männersache: Kriege, Völkermord, Kolonialismus	103
Seelenkunde 1: Das Kind im Mann – wie es entsteht	115
Seelenkunde 2: Wie geht das Kind im Manne verloren?	131

<i>The Ugly</i> ist unser Bruder – Gewalt als jedermanns Option	147
Der Gewaltzünder schlechthin: Fremdes!	177
<i>The times, they are a-changin'</i> : Die Welt endlich wieder bewohnbar machen	189
Schwarze Schwäne: Die Extreme stigmatisieren alle Männer	195
Wie wir Macht unattraktiv machen können	205
Die Blüten der Männlichkeit	207
»Soll Rettung kommen, so kommt sie nur so«	225
Mensch – ein Plädoyer für Altmodisches	235
Dank	237
Anmerkungen	239

Vorwort

Braucht es das? Einen Mann, noch dazu cis, weiß, alt (Entschuldigung!), der über Männlichkeit und Mannsein schreibt – und, herrje, über sich selbst? Als Frau und als Journalistin, deren Themen Sexismus und Feminismus sind, bin ich geneigt zu sagen: Nein. Denn Männer sind schon überall. Sie sind Abgeordnete im Bundestag (Männeranteil im vierten Kabinett Merkel: 68,6 Prozent), in den Vorständen der DAX-Konzerne (Männeranteil: 83,4 Prozent). Sie sind Chefredakteure deutscher Regionalzeitungen (Männeranteil: 95 Prozent) und dominant vertreten in den Kommentarspalten von Onlinemedien, wo sie einem gerne vorwerfen, nicht gründlich recherchiert zu haben (aber trotzdem ganz nett anzusehen zu sein). Nicht mal mehr unter Feministinnen hat man noch Ruhe vor ihnen. In Berlin, wo ich lebe, vergeht kein Barabend mehr, ohne dass einem irgendwann ein Mann gegenüber sitzt, der einem in einem beeindruckenden Monolog die eigene kritische Männlichkeit zu demonstrieren versucht. Er mansplains dann mit einem Gin Tonic in der Hand das Patriarchat und den Feminismus gleich mit, als hätte es ihn und seine Auseinandersetzung gebraucht, um all die komplizierten Fäden endlich zu einem stimmigen Ganzen zusammenzufügen.

Ich kann sehr gut nachvollziehen, warum daraus bei vielen Frauen der Impuls erwächst zu sagen: Haltet doch einfach mal kurz die Klappe, liebe Männer. Es geht, endlich – nach wie vielen Tausend Jahren Patriarchat? – nicht um euch. Sondern um unsere Erfahrungen, die Wunden, die ihr uns Frauen zugefügt habt, uns und unseren Müttern, Großmüttern, Töchtern, Schwestern.

Ihnen sollte nun für eine Weile der begrenzte Platz in der Öffentlichkeit, auf Theaterbühnen, in Kinofilmen und auf Zeitungsseiten gehören. Die Frage, wer gehört und gesehen wird, wem Empathie entgegengebracht wird, wer es in den gesellschaftlichen Diskurs schafft, ist auch eine der Ressourcen. Einer bekommt Geld und Aufmerksamkeit, um seine Geschichte zu erzählen, ein anderer (meistens immer noch: eine andere) nicht – so einfach ist das und so hart. Der Verlag hätte den Vertrag für dieses Buch auch einer jungen Frau geben können, die etwa über ihre Gewalterfahrungen mit Männern hätte schreiben können. Manche Feministinnen würden so weit gehen zu sagen: Selbst wenn die Frau über ihre Hausschuhe oder ihre Liebe zu den perfekt kross gebratenen Bratkartoffeln ihrer Oma geschrieben hätte, wäre das immer noch besser, als schon wieder einem alten, weißen Mann eine Bühne zu bieten.

Es ist wichtig, sich dieser realen Verteilungskämpfe bewusst zu sein, besonders als Mensch, der Ressourcen zu vergeben hat. Und dennoch ist es wichtig, im Diskurs um toxische Männlichkeit auch Männer zu Wort kommen zu lassen. Weil es bei der gewaltigen Arbeit, die wir auf dem Weg in eine geschlechtergerechtere Welt noch zu leisten haben, auch und vor allem auf sie ankommt. Es braucht ihre Auseinandersetzung mit sich selbst und der Art und Weise, wie sie möglicherweise zu dem Männerproblem unserer Gesellschaft beitragen.

Wie Josef Aldenhoff bin ich überzeugt davon, dass dieses Problem nicht naturgegeben ist, also etwa mit dem Y-Chromosom oder mit tiefen Stimmen, Penissen oder Brustbehaarung zu erklären ist. Sondern mit männlicher Erziehung und Sozialisation, mit bestimmten, über Jahrhunderte geprägten Vorstellungen davon, wie ein Mann zu sein und sich zu verhalten hat. Als Psychiater und Psychotherapeut richtet Aldenhoff seinen Blick nicht nur auf die gesellschaftliche Umgebung, in der Männer zu dem werden, was sie sind, sondern auch auf ihre Seele: das Kind, das jeder

Mensch, auch jeder Mann, einmal war, ein Kind mit Bedürfnissen nach Nähe und Liebe, ein von sich aus gutes Wesen mit einem elementaren Drang nach Kontakt zu anderen. Diese psychologische Perspektive ist wichtig und wertvoll. Für männergeplagte Frauen, um sich einen menschlichen, auch empathischen Blick auf »die Männer« zu bewahren. Und letztlich für alle, um zu verstehen, wo im Leben von Männern möglicherweise etwas schiefgelaufen ist, wenn sie später gewalttätig, unterdrückend oder auch »nur« furchtbar selbstherrlich werden.

Jeder Mann war mal ein Junge, hinter dieser fast banalen Erkenntnis verbergen sich zwei Aufträge: Wir müssen darauf achten, wie wir Jungs erziehen. Vermitteln wir ihnen Durchsetzungsfähigkeit, Stärke (»Indianerherz kennt keinen Schmerz«), sagen wir ihnen ständig, sie seien »wild«, ein »Racker« oder ein »kleiner Mann«? Oder bringen wir ihnen Empathiefähigkeit, Kooperation mit anderen, auch: Schwäche, bei? Und nicht zuletzt ist diese psychologische Perspektive auch ein Auftrag an erwachsene Männer, sich zu fragen: Was für ein Mann bin ich eigentlich? Wie bin ich so geworden, wie ich bin? Wer hat mir welche Glaubenssätze beigebracht? Und wann habe ich dadurch vielleicht schon einmal Menschen verletzt? Eine kritische Reflexion darüber darf nicht nur im Privaten, im Stillen stattfinden, sondern gehört auch auf öffentliche Bühnen. Damit mehr Männer sich solche Fragen stellen.

Das Ziel ist ja letztlich ein freundlicheres, sichereres Miteinander von allen Menschen, so hippiesk und utopisch das klingen mag. Um dieses Ziel zu erreichen, brauchen wir so viele Mitstreiterinnen und Mitstreiter wie möglich: Cis-Männer, alte Männer, junge, schwule, Schwarze Männer, tiefreligiöse ebenso wie atheistische, gebildete ebenso wie ungebildete. Probleme wie Sexismus und Gewalt gegen Frauen sind schlicht zu wichtig, um sie nur von denen bearbeiten zu lassen, die unter ihnen leiden. Wir können es uns nicht leisten, Männer aus dem Kampf gegen Sexismus

und für Gleichstellung auszuschließen. Ebenso wenig, wie wir es uns leisten können, Neonazismus nur von Opfern rechtsradikaler Gewalt bekämpfen oder nur queere Menschen gegen homophobe Gesetzeslagen demonstrieren zu lassen.

Nach wie vor bin ich schockiert darüber, wie wenige Männer feministische Texte lesen, sich etwa mit den Schriften von Simone de Beauvoir, Rebecca Solnit, bell hooks, Margarete Stokowski oder Siri Hustvedt auseinandersetzen. Ich würde mir wünschen, dass dieses Buch für die Leser eine Brücke ist, um sich weiter in das Thema einzuarbeiten. Es braucht Männer, die nicht bloß ein vorgegaukeltes Interesse an feministischen Diskursen haben, sondern die ihre eigene Rolle erkennen und hinterfragen wollen. Vor allem aber braucht es: Männer, mit denen Frauen ernsthaft reden können und die einem aufrichtig zuhören. Und so ein Mann, das weiß ich aus vielen persönlichen Gesprächen, ist Josef Aldenhoff. Ich bin nicht mit allem einverstanden, was in diesem Buch steht. Zu einzelnen Themen habe ich eine andere Meinung. Das alles werde ich mit ihm bei Gelegenheit diskutieren, in dem Wissen, dass er nicht wie viele andere Männer, die man auf ihre Privilegien anspricht, defensiv und emotional reagieren wird, sondern offen und seinerseits kritisch. Hoffentlich regt Sie, liebe Leserinnen und Leser, die Lektüre ebenfalls zum Nachdenken und Diskutieren an.

Carla Baum (ZEITmagazin ONLINE), August 2021

Warum ich ein Buch über Männer und ihre Seele schreibe

Der entscheidende Anstoß? Ich schäme mich nicht gerne. Es fühlt sich besser an, wenn ich mir in die Augen schauen kann. Aber jetzt schäme ich mich. Weil ich ein Mann bin. Absurd! Seit mehr als sieben Jahrzehnten bin ich ein Mann. Trotzdem habe ich ein Gefühl wie in der Kindheit, wenn etwas so richtig scheiße gelaufen ist. Tatsächlich läuft es immer noch scheiße:

Wenn ich laufen will, ziehe ich meine Laufschuhe an, Jogginghose, T-Shirt, je nach Jahreszeit, und laufe los. Ich denke nicht nach; was ja gerade das Schöne ist. Ich überlege nicht, ob ich meine 72-jährigen körperlichen Reize verummummen soll; meine Vorsicht richtet sich allenfalls auf Unebenheiten des Bodens, vielleicht auch mal auf frei laufende Hunde. Auf Männer achte ich nicht. Wozu auch? Ich bin ja selbst einer. Wovor sollte ich Angst haben? Joggen ist für Männer, abgesehen von der gewollten Schinderei, ein entspannender, gesundheitsfördernder Vorgang. Pfefferspray? Ich besitze gar keines, und noch nie habe ich zum Joggen Pfefferspray mitgenommen. Abwegig.

Ein wesentlicher Geschlechtsunterschied im Deutschland des Jahres 2021 besteht darin, dass dies alles bei Frauen anders ist. Vollkommen anders: Frauen, die joggen wollen, haben ihre Erlebnisse und ihre Ängste aufgeschrieben – wohlgemerkt: Das sind Berichte aus Deutschland.¹

Frauen laufen nicht einfach los. Sie grübeln und treffen Vorkehrungen, viele haben Angst, andere versuchen, die Gefahr ra-

tional einzuschätzen. Die Gefahr, das sind wir, die Männer! Und selbst wenn uns das nicht passt, ist der Generalverdacht sehr angemessen; denn wenn eine Frau auf einer einsamen Straße einem einzelnen Mann begegnet, ist es für ihr Wohlergehen, für ihr künftiges Sexualerleben und oft auch für ihr Leben sinnvoller, diesen Mann, auch Sie und mich, als Risiko anzusehen. Denn sie könnte vergewaltigt werden. Ein Autor, der das Beste aus dieser furchtbaren Situation machen wollte, schrieb, in so einem Augenblick sollte ich, der Mann, die Straßenseite wechseln.² Ich! Und er hat, so deprimierend es sein mag, mit diesem Hinweis wohl recht.

Eine Frau glaubt, vor dem Joggen mehreren Leuten Bescheid sagen zu müssen, wo sie läuft, damit man nach ihr suchen kann, wenn sie nicht zurückkommt; die andere weicht aus, wenn sie Stimmen von einer Männergruppe hört; hinter wieder einer anderen rannte ein Typ her und verlangte ein Wettrennen. Frauen werden beim Laufen angehupt und belästigt: Pfefferspray ist ein wichtiges Laufzubehör, wichtiger als das Stirnband.

Aus meiner männlichen Sicht ist der absolute Tiefpunkt dieser »ältere Herr«, der ihr beim Vorbeigehen auf den Arsch haut und sagt: »Du bist bestimmt gut fickbar.« Ich bin selbst ein »älterer Herr« und fühle mich in einer Weise sichtbar gemacht, wie ich absolut nicht gesehen werden will. Ich Mann, stigmatisiert durch das Verhalten von Männern. Ich würde so was nie sagen, aber wer weiß das schon? Ich schäme mich. Weil Männer die Welt der Frauen, der anderen versauen und ich ein Mann bin.

Die Geschichten sind nicht neu: Rebecca Solnit schreibt über ihre Wünsche, allein durch die Wildnis zu wandern, im Freien zu schlafen.³ Sie schreibt auch über Sylvia Plath, die ihre Wünsche als Frau selbstbestimmt in dieser Welt verwirklichen wollte und sich angesichts des Unmöglichen schließlich umbrachte.

Was all das angeht, bin auch ich typisch männlich ignorant; so wusste ich nicht, was *catcalling* ist: »eine Art der Belästigung

durch Fremde im öffentlichen Raum in Form von unerwünschten Äußerungen gegenüber Personen, die als Objekt der Begierde wahrgenommen und auserkoren werden. Oft begleitet von provokativen Gesten, Hupen, Pfiffen, unsittlichen Entblößungen, Stalking, hartnäckigen sexuellen Annäherungsversuchen und Berührungen.«⁴

Ich gestehe Ihnen an dieser Stelle mal zu, dass Sie noch nie Joggerinnen behelligt haben, geschweige denn vergewaltigt. Ich gehe mal davon aus, dass Sie ein »Netter« sind. Kostet mich nix, ich bin ja ein Mann. Wenn ich Freunde und Kollegen frage, ob sie schon mal *catcalling* gemacht haben oder ob sie jemanden kennen, der das und noch mehr macht, so ein klitzekleines bisschen Gewalt beim Sex, ab und zu: Fehlanzeige. Es ist wie in der Nachkriegszeit, wenn man fragte, wer Nazi gewesen war. Gab's nicht.

Nun sind die Ermittlungs- und Verurteilungszahlen bei der Vergewaltigung von Frauen im Allgemeinen und Joggerinnen im Besonderen ein statistisches Desaster, dominiert durch den Begriff »Dunkelziffer«. Und trotzdem so häufig, dass Frauen ihr Alltagsverhalten ändern. Ein Wahrnehmungsproblem? Oder eine Schande für unser Rechtssystem? Bei der in Corona-Zeiten sehr prominent gewordenen »häuslichen Gewalt« ist das nicht anders. Aber was geht Sie als Mann das an?

Betrachten Sie es doch einmal so: Wenn Sie als selbst definiert netter Mann dies alles nicht tun, kann es sich in Ihrer Weltsicht nicht um ein Problem von allgemeiner Bedeutung handeln – selbst wenn vielleicht einige wenige Männer so etwas tun. Beim Kindesmissbrauch gibt es übrigens belastbare Zahlen: In der Bundesrepublik ist jeder siebte Mann ein Täter. Einige wenige?

Trotzdem setzen Sie in einer Art männlicher Solidarität voraus: Männer tun so etwas nicht. In dieser Aussage lassen Sie ein entscheidendes Wort weg: Männer *sollten* so etwas nicht tun.

Interessanterweise ist die Dunkelziffer beim Mord ganz anders. 93,5 Prozent der Morde werden aufgeklärt.⁵ Liegt das vielleicht

daran, dass 80 Prozent der Opfer Männer sind?⁶ Sie finden das unsachlich? Dann nennen Sie doch mal einen anderen Grund.

Ich fände es gut, wenn Sie dieses Buch lesen würden. Als Mann. Ganz bewusst als Mann.

Mann sein gleich Täter sein?

»Auch heute noch kommt man am leichtesten durchs Leben, wenn man ein weißer, heterosexueller Cis-Mann ist, mindestens aus der Mittelklasse. Diese Gruppe ist es, die nach wie vor das gesellschaftliche Narrativ dominiert und definiert, was normal ist. Was eigentlich paradox ist, schließlich machen weiße, heterosexuelle Cis-Männer keineswegs die Mehrheit der Bevölkerung aus. Auch wenn sie selbst das nicht wahrzunehmen scheinen.«⁷

Mann, weiß, hetero, cis – ja. In meinem Fall auch noch: alt. Mittelklasse trifft es auch. Und damit bin ich nicht so schlecht durchs Leben gekommen. Liegt das an meiner Gruppenzugehörigkeit oder an meiner Individualität? Obwohl ich mich nicht in einer homogenen Männergruppe erlebe, bevorzuge ich die Kommunikation mit anderen Männern, die meine Merkmale teilen. Netzwerken nennt man das wohl, sich die Bälle zuspielen. Bälle passt: In der Fußballbundesliga liegt die Zahl der männlichen Zuschauer bei durchschnittlich 40 000 Männern und 1000 Frauen pro Spiel.⁸

Wir alten weißen Männer sollen uns nun ändern. Ausgerechnet die dominanten Netzwerker sollen sich ändern! Wie genau, ist nicht ganz klar, aber ändern auf jeden Fall. Natürlich mobilisiert sich gegen diese Forderung jede Menge Widerstand. Die meisten Männer halten die Frage ihrer Verstrickung in die »Ungerechtigkeit und die Zerstörung der Welt«⁹ für abwegig, da sie sich nie als Täter gesehen haben. Aber lässt sich diese Position wirklich durchhalten?

Dieses Buch hatte unterschiedliche Startpunkte. Einer hängt damit zusammen, dass ich Psychiater und Psychotherapeut bin und meinen Beruf mag. Auf halbwegs soliden wissenschaftlichen Grundlagen etwas zu bewirken, fühlt sich gut an. Und obwohl die von uns behandelten Krankheiten viel mit Stress zu tun haben, können wir Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten bei der Arbeit gemütlich dasitzen, zuhören und dürfen bei Bedarf sogar Kaffee trinken.

Irgendwann, erstaunlich spät in meinem Berufsleben, fiel mir auf, dass in sechs von zehn Fallgeschichten Gewalterfahrungen vorkommen. Diese »Fälle« sind Frauen. Darüber spricht niemand. Ist das also selbstverständlich? So wie die Tatsache, dass die Gewalt sehr, sehr häufig, meistens, ja fast immer von Männern ausgeht. Auch selbstverständlich? Wissen Sie, wie häufig sexueller Missbrauch vorkommt und dass er ein typisches Männerdelikt ist? Dieses »Wissen« ist seltsam folgenlos: Einerseits steht es in der Tageszeitung, andererseits leitet sich daraus keine gesamtgesellschaftliche Diskussion ab. Durch dieses Schweigen verhindern die Männer den eigentlich unerlässlichen Diskurs über ihre Dominanz und deren Folgen; egal, ob die feministischen Attacken wütend oder witzig geführt werden, Männer reden mehrheitlich einfach nicht mit.

Erst wollte ich dieses Buch also nicht wegen uns Männern schreiben, sondern wegen der Menschen, denen Missbrauch, Vergewaltigung von Männern angetan wird, Kindern, Frauen also. Doch irgendwann wurde mir klar, dass ich zur Gruppe der Täter gehöre, auch wenn ich selbst keiner bin. Und jetzt sitze ich in einem Thema drin, das durch seine Schwere dem Leben die unbeschwernte Alltäglichkeit raubt. Immer wieder: wir Männer. Was nun? Gibt es kein normales Leben mehr? Oder ist eben genau dieses Leben normal?

Bei folgender Frage ist es dann fast unmöglich, eine nüchterne distanzierte Haltung zu bewahren: Bedeutet Mann sein

Täter sein? Reicht es, ein normaler Mann zu sein, um Täter zu werden? Oder sind die Täter krank und alle anderen Männer normal nett?

Auch darüber redet fast niemand. Aber wenn Sie viel lesen und gerne ins Kino gehen, als Mann oder als Frau, könnten Sie merken, wie oft das Setting »Frau gleich Opfer, Mann gleich Täter« in Filmen auftaucht: »In der Kunst wird die Qual und der Tod einer schönen Frau ständig als erotisch, erregend, befriedigend dargestellt. Trotz der ständigen Beteuerungen von Politikern und Medien, dass Gewaltverbrechen die Taten von Außenseitern seien, wird diese Sehnsucht in den Filmen von Alfred Hitchcock, Brian de Palma, David Lynch, Quentin Tarantino, Lars von Trier verewigt.«¹⁰

Filmemacher werden durch Qual und Tod schöner Frauen berühmt, indem sie die – heimliche – Leidenschaft des wahrscheinlich ja männlichen Publikums befriedigen. Ist die Qual der Frauen ein Erfolgsrezept kreativer Männer? Oder ist Rebecca Solnit einfach nur eine Feministin, über die man nicht zu viele Worte verlieren sollte?

Feminismus war nie mein Thema, die Diskussionen über das Patriarchat hielt ich im 21. Jahrhundert für überzogen. Aber schließlich konnte ich die Frage nach der Beziehung zwischen männlicher Dominanz und der langfristigen Zerstörung von Menschenleben durch sexuellen Missbrauch von Kindern, durch die Vergewaltigung von Frauen, durch häusliche Gewalt nicht mehr wegschieben.

Woher kommt also der Anspruch, dass alles, was auf dieser Welt rumläuft, in erster Linie der Erheiterung und dem Lustgewinn von uns Männern dienen müsse? Und warum liegt bei uns Männern die Option von Gewalt so nahe, wenn dieser Anspruch nicht erfüllt wird?

Da ich Psychiater bin, stellt sich mir an dieser Stelle die Frage, was all das mit unserer männlichen Seele zu tun hat.