

New Work Men

Fritzsche / Pauw

2025

ISBN 978-3-8006-7171-7

Vahlen

schnell und portofrei erhältlich bei
beck-shop.de

Die Online-Fachbuchhandlung beck-shop.de steht für Kompetenz aus Tradition. Sie gründet auf über 250 Jahre juristische Fachbuch-Erfahrung durch die Verlage C.H.BECK und Franz Vahlen.

beck-shop.de hält Fachinformationen in allen gängigen Medienformaten bereit: über 12 Millionen Bücher, eBooks, Loseblattwerke, Zeitschriften, DVDs, Online-Datenbanken und Seminare. Besonders geschätzt wird beck-shop.de für sein umfassendes Spezialsortiment im Bereich Recht, Steuern und Wirtschaft mit rund 700.000 lieferbaren Fachbuchtiteln.

Anlehnung an Rousseaus Erziehungsphilosophie eine Reihe an Musterschulen, sogenannte Philanthropien, in denen »Knaben« zur Unabhängigkeit und Selbstständigkeit erzogen werden sollten. Mädchen sollten hingegen eine frühe Ausrichtung an Bedürfnissen, Wünschen und Erwartungen von Männern erfahren.²⁸ Die Erziehung junger Männer erlebte eine Militarisierung, in der die Wehrhaftigkeit ein wesentliches Element einer anerzogenen Disziplin sein sollte. Die im Verlauf des 19. Jahrhunderts nach und nach eingeführte Schulpflicht in Europa trug maßgeblich dazu bei, Menschen aller Schichten in dieses System »einzugliedern«. Gewissermaßen fand die »Perversion« dieses Leitbildes später seine Zuspitzung in der Konstruktion soldatischer Männlichkeit im faschistischen Deutschland. Die verweichlichte Jugend aus der Weimarer Republik sollte nun dem Ideal der Nazis folgen: »Flink wie Hunde, zäh wie Leder und hart wie Kruppstahl«.

Erst in der Mitte des letzten Jahrhunderts lässt sich graduell eine Transformation hin zu einem »modernen« Verhältnis der Geschlechter und somit auch von Männlichkeit erkennen. Nachdem die Rassenlehre weitestgehend im Prozess war, endgültig überwunden zu werden und Frauen zunehmend die gleichen Rechte (wie Männer) erhielten, entstand der Raum für den Feminismus als eine Art Massenpolitik, die bis zur Jahrtausendwende alle Gesellschaftsbereiche hinsichtlich der Geschlechterkonzeption veränderte oder zumindest berührte. Bis heute bleibt es das Hauptziel feministischer Positionen, Normen kritisch zu reflektieren und strukturelle Missstände sichtbar zu machen und zu verändern.²⁹ Das steht – nach wie vor – im Kontrast zu traditionellen Männlichkeitsidealen, die Souveränität fordern und die Tabuisierung von Selbstreflexion fördern. Dies ist auch ein Erklärungsansatz für die bisweilen starke Ablehnung feministischer Perspektiven in entsprechenden männlichen Milieus.

²⁸ Auf die Philanthropen (= Menschenfreunde) gehen viele moderne pädagogische Konzepte zurück. Diese leisteten unter anderem einen entscheidenden Beitrag im politischen Kampf um die Standesaufhebung. Wir fokussieren hier jedoch vor allem auf die geschlechtertrennenden Grundannahmen.

²⁹ Für einen Überblick der verschiedenen Strömungen empfehlen wir den (kurzen) Artikel von Ilse Lenz, der online verfügbar ist unter: <https://www.gwi-boell.de/de/2018/05/25/was-ist-feminismus>

Zusammenfassend lässt sich festhalten, dass die Geschichte der Männlichkeit *immer* im Kontext der Geschlechter- und Frauengeschichte sowie in Wechselwirkung mit den gesellschaftlichen und wirtschaftlichen Entwicklungen geschah. Männlichkeit hat sich in den letzten Jahrhunderten vor allem in Abgrenzung zur Weiblichkeit definiert und entwickelt. Dabei wurde das Narrativ bemüht, dass der Mann durch seine Rationalität und Kraft der emotionalen und dadurch ihrer Natur mehr ausgelieferten Frau überlegen ist. Neben der Kultivierung bestimmter »männlicher Qualitäten« ist die einhergehende Rollentrennung, die häufig auch mit »natürlichen Unterschieden« begründet wird, bis heute noch in vielen traditionell geprägten Rollenbildern vorhanden, auch wenn diese teilweise in einem modernen »Anstrich« daherkommen. Diese historisch verwurzelte Form von Männlichkeit basiert im Kern auf einem Narrativ der Trennung, was, wie wir gleich sehen werden, bis heute für viel (auch Männer-)Leid verantwortlich ist.

beck shop.de

Wann ist ein Mann ein Mann?

Die Frage, wann ein Mann ein Mann sei, passt eigentlich so gar nicht zu »New Work Men«. Wie wir zu Beginn des Buches schon schreiben, versuchen wir im Grunde genau das Gegenteil: Wir wollen Identitätsschablonen dekonstruieren und Raum für neue Männlichkeiten schaffen. Wir passen die Frage dementsprechend an: Wie kann ein Mann (mehr) er selbst sein? Und genau hierfür ist ein tieferes Verständnis über traditionelle Männlichkeit – und wann demnach ein Mann ein Mann sei – von besonderer Bedeutung. Denn erst die bewusste Reflexion der Muster traditioneller Männlichkeit und ihre jeweiligen Wirkweisen ermöglicht, diese potenziell bei uns selbst und anderen zu erkennen. Dies liegt vor allem daran, dass gesellschaftliche Rollenbilder durch ihre unhinterfragte Selbstverständlichkeit oft unsichtbar sind und von früh an gelernt und reproduziert werden. Doch wie kommt es eigentlich dazu?

Geschlechterrollen sind nicht vom Himmel gefallen, sondern werden erlernt und sind Teil unserer Sozialisierung, die wir alle in ähn-

licher Form durchlaufen.³⁰ Sie geben Verhaltensmuster vor, die in der Regel von der Mehrheitsgesellschaft entweder als neutral, weiblich oder männlich definiert werden. So werden im Allgemeinen Jungen und Mädchen von Geburt an unterschiedlich gekleidet, spielen jeweils mit spezifischem Spielzeug und es wird unterschiedlich mit ihnen kommuniziert. Eltern beschreiben beispielsweise ihre neugeborenen Töchter tendenziell mehr mit Worten wie »klein«, »zart«, »schön« oder »schwach«, während Söhne als »kräftig«, »aufmerksam«, »stark« oder »koordiniert« beschrieben werden – selbst wenn zwischen den Neugeborenen kein Unterschied in Größe, Gewicht und Gesundheitszustand besteht.³¹ Im Zusammenhang damit zeigt sich auch, dass ein und dieselbe Tat in Abhängigkeit vom Geschlecht als gut oder schlecht bewertet werden kann.³² Sogar vermeintlich universale Konstrukte wie Moral können daher geschlechtsspezifisch unterschieden werden. Kurzum: Männer und Frauen wachsen in unterschiedlichen psychologischen Umgebungen auf, die ihre Weltsicht und die Art und Weise, wie sie Probleme bewältigen, maßgeblich beeinflussen. Es werden bestimmte Rollenerwartungen vermittelt, die der bzw. die Einzelne zu erfüllen hat. Traditionelle Männlichkeit beschreibt hierbei ein Set von Rollenerwartungen, die alle Männer mehr oder weniger stark erfüllen »müssen«, um von der Gesellschaft (und insbesondere anderen Männern) auch als Mann akzeptiert zu werden.

Wir wollen uns folgend traditionelle Männlichkeit einmal genauer anschauen. Dabei werden wir Unterschiede oder Charakteristika zur Verdeutlichung pointiert und kontrastreich beschreiben als auch viele Mittelwert-Studien heranziehen. Uns ist bewusst, dass jeder Mensch seine eigene Biografie und einzigartige Identität hat. Gleichzeitig sind die Muster traditioneller Männlichkeit gut erforscht und beschrieben; und sie wirken – ob wir es wollen oder nicht – *in* uns und *um* uns he-

30 Sofern wir aus einem gemeinsamen Kulturkreis kommen.

31 Siehe auch S.492 in Zimbardo, P. G. & Gerrig, R. J. (2006). Psychologie. Pearson Verlag.

32 Bottinger, R. B. (1999): Männlich – Weiblich: Sexualität und Geschlechterrollen. In Köhle-Hezinger, C. & Scharfe, M. (Hrsg.). Männlich. Weiblich: Zur Bedeutung der Kategorie Geschlecht in der Kultur. S. 59–65. Münster: Waxmann.

rum. In welchem Grad uns das bewusst ist, wie wir damit umgehen und was wir daraus machen, ist jedoch sehr unterschiedlich.

Die Vermessung traditioneller Männlichkeit

Wir wollen gleich ein recht pragmatisches Bild traditioneller Männlichkeit zeichnen, das im Alltag hilft, bestimmte Glaubenssätze und Verhaltensmuster bei sich selbst und anderen zu erkennen. Unsere Darstellungen stützen sich dabei in hohem Maße auf die teils richtungsweisenden Arbeiten vieler Wissenschaftler und Psychologinnen, die hierzu geforscht und publiziert haben. Wir möchten zumindest kurz ein paar Modelle skizzenhaft beschreiben und Autoren benennen, um ein besseres Verständnis für die Entwicklung der Erforschung traditioneller Männlichkeit zu vermitteln.

In der psychologischen Forschung wird unter anderem seit rund 20 Jahren mit dem »Conformity to Masculine Norms Inventory« ein Fragebogen genutzt, der unter streng wissenschaftlichen Standards entwickelt wurde und sich in vielen Studien als valides Messinstrument erwiesen hat.³³ In dem Fragebogen finden sich zum Beispiel Aussagen wie: »Ich frage ungern nach Hilfe«, »Es ist besser, seine Emotionen nicht zu zeigen«, »Frauen sollten sich Männern gegenüber unterwürfig verhalten«, »Es ist wichtig für mich, dass andere denken, dass ich hetreosexuell bin«. Die Zustimmung oder Ablehnung dieser Aussagen wird mithilfe einer vierstufigen Skala erhoben. Damit wird der Grad von (traditionell) männlichen Norm-Überzeugungen gemessen. Das Ergebnis spiegelt sich dann in elf Dimensionen wider, die in diesem Sinne als normatives Identitätssystem von Männlichkeit verstanden werden können:

- Gewinnen
- Emotionale Kontrolle
- Risikobereitschaft

³³ Nähere Informationen zum Fragebogen, der Entwicklung und Validierung finden sich hier: Mahalik, J. R. et al. (2003). Development of the Conformity to Masculine Norms Inventory. *Psychology of Men & Masculinity*, 4(1), 3–25.

- Gewaltbereitschaft
- Macht über Frauen
- Dominanz
- Lebemann (»Playboy«)
- Eigenständigkeit
- Arbeit an erster Stelle
- Verachtung von Homosexualität
- Streben nach Status

Neben diesen elf Dimensionen, die insbesondere in der psychologischen Forschung verwendet werden, haben auch mehrere praxisorientierte Autoren versucht, traditionelle Männlichkeit eher beschreibend zu vermessen. Björn Süffke, der zum Thema im deutschsprachigen Raum bereits zwei lesenswerte Bücher veröffentlicht hat, formuliert beispielsweise ein »Lex TM«, also ein Gesetz traditioneller Männlichkeit, das sich aus zwölf Geboten und Verboten zusammensetzt.³⁴ Robert Brannon, Sozialpsychologe an der Universität New York, fasst traditionelle Männlichkeit in vier Verhaltensregeln zusammen. Darunter zum Beispiel »No sissy stuff«, also feminin assoziiertes Verhalten zu vermeiden, oder auch »Be a big wheel«, also andere zu dominieren und nicht zu versagen. Lothar Böhnisch und Reinhard Winter haben in ihrem Buch »Männliche Sozialisation«³⁵ eindrücklich die Spannungsfelder und Bewältigungsprobleme über verschiedene Lebensphasen hinweg untersucht und leiten sieben Sozialisationsprinzipien ab. Schließlich sei exemplarisch auch noch der 2019 verstorbene Autor und Wissenschaftler Herb Goldberg erwähnt. Goldberg widmete sein Leben einem progressiven Verständnis von Männerarbeit und veröffentlichte bereits in den 1970er-Jahren Bücher wie »The new male: from self-destruction to self-care«, von denen viele zu millionenfach verkauften Bestsellern wurden. Er formulierte sieben Abhängigkeitssätze, welche die dysfunktionalen Strukturen von (traditioneller) Männlichkeit beschreiben sollten, beispielsweise »Ich bin umso männ-

³⁴ Süffke, B. (2018). Männer: Was es heute heißt, ein Mann zu sein. Goldmann.

³⁵ Böhnisch, L. & Winter, R. (1993). Männliche Sozialisation: Bewältigungsprobleme männlicher Geschlechtsidentität im Lebenslauf. Beltz.

licher, je weniger ich jemanden um Hilfe bitte und je weniger ich von anderen abhängig bin«.

Wir unternehmen folgend den Versuch, traditionelle Männlichkeit möglichst praxisbezogen zusammenzufassen. Erkenntnisse aus der psychologischen Forschung und der oben genannten Autoren sind dabei neben unseren eigenen Erfahrungen und Beobachtungen in besonderem Maße Grundlage und Inspiration für unsere Darstellung. Für eine möglichst kompakte Beschreibung haben wir verdichtet, zusammengefasst und an der ein oder anderen Stelle auch bewusst Aspekte ignoriert. Das Ergebnis sind 4+1 Prinzipien, die auch als Kerngebote bzw. Verbote traditioneller Männlichkeit bezeichnet werden können. Die zusammenfassenden Beschreibungen sind hier zur Verdeutlichung verallgemeinernd und auch kontrastreich dargestellt. In der alltäglichen Realität sind diese Prinzipien häufig subtiler und vielschichtiger zu beobachten, was aber nicht heißt, dass sie nicht in ihrer eigenen Art und Weise in jedem von uns als auch um uns herum wirken.

1. Keine Gefühle haben – hart und durchsetzungsfähig sein

beck-shop.de
DIE FACHBLICHHANDLUNG

Die innere Gefühlsabwehr steht im Kern der traditionellen Männlichkeit. Schon als Kinder lernen Jungs, dass sie bestimmte Gefühle nicht zeigen sollten und dass die primäre Strategie für den Umgang mit ihnen Unterdrückung oder Ignoranz ist. Sprüche wie: »Stell dich nicht so an«, »Ein Indianer kennt keinen Schmerz« oder »Hör auf zu weinen wie ein Mädchen« sind nur oberflächliche Beispiele einer Tiefenstruktur, die es in sich hat. Nehmen wir als Beispiel eine der Basisemotionen aller Menschen: Trauer. Schon bei weinenden Babys zeigt sich, dass Mädchen eher getröstet werden als Jungen. Ganz im Allgemeinen wird mit Mädchen mehr als mit Jungen gesprochen, wenn es um Emotionen geht. Außer – und hier liegt die große Ausnahme – beim Ausdruck von Wut. Entsprechend ist es nicht verwunderlich, dass bereits bei dreijährigen Kindern ein geschlechtsbedingter Unterschied im Gefühlsausdruck zu erkennen ist und Jungen als einzige Emotion Wut stärker zeigen und ausleben als Mädchen. Das führt dazu, dass

1. Keine Gefühle haben – hart und durchsetzungsfähig sein

Männer schon früh lernen, eher nicht traurig zu sein, sondern wütend. Die Folgen davon – auf die wir später noch einmal gesondert eingehen werden – sind so weitgehend, dass inzwischen vorgeschlagen wird, bei Depressionen spezielle, männliche Symptombilder mit aufzunehmen, die nicht Niedergeschlagenheit und Antriebslosigkeit, sondern Wut und Aggression in den Mittelpunkt stellen.³⁶ Selbstverständlich kennen und fühlen Männer und Frauen die gleichen Emotionen³⁷, allerdings werden hinsichtlich der Unterdrückung und möglicher Kompensationen offenbar unterschiedliche Pfade gewählt, die stark durch geschlechterstereotype Erwartungen bedingt werden. Oder anders formuliert: Alle Menschen fühlen, aber Frauen und Männer lernen damit unterschiedlich umzugehen. Und im »Land der traditionellen Männlichkeit« gilt die Regel: Je weniger ich mich mit der eigenen Innenwelt beschäftige, desto männlicher bin ich.³⁸

Das hat weitreichende Implikationen für uns Männer, was unsere Selbstverbundenheit und Fähigkeit zur Selbstfürsorge angeht. Denn, auch jenseits von Trauer: Männer lernen ihre Gefühle nur wenig oder gar nicht zu beachten – geschweige denn zu nutzen –, solange es sich eben nicht um Wut oder mit Dominanz assoziierte Gefühle handelt. Männer nehmen häufig die Anforderung wahr, dass sie selbstständig und stark (für andere) sein müssen. Daher lernen sie nicht, (angemessen) ihre eigenen Leiden, Sorgen und Ängste zu betrachten oder zu teilen, sondern zu unterdrücken. Wie wir später noch sehen werden, zeigt sich das auch im Erwachsenenalter darin, dass Männer nur schwerlich emotionale Unterstützung suchen oder annehmen können. Sich emotionale Unterstützung zu holen, geht in gewissem Sinne gegen die eigene Männlichkeit.

³⁶ Eggenberger L, Ehler U. & Walther, A. (2023). New directions in male-tailored psychotherapy for depression. *Front Psychology*, 18. April 2023.

³⁷ Dies wurde insbesondere durch die Grundlagenforschung von Paul Ekman ausführlich untersucht und belegt. Darauf aufbauend entwickelten sich viele Folgestudien. Exemplarisch sei hier auf die besonders interessante Studie von Volynets et al. hingewiesen, die auch physikalische Repräsentation von Basisemotionen als menschlich universell bezeichnet (Volynets, S., Glerean, E., Hietanen, J. K., Hari, R., & Nummenmaa, L. (2020). Bodily maps of emotions are culturally universal. *EMOTION*, 20(7), 1127–1136).

³⁸ Siehe hierzu auch das weiter oben schon beschriebene Werk von Böhnisch und Winter (1993).

Ein kleiner Test dazu: Stell dir kurz ein Bild von zwei Frauen vor, in dem die eine Frau liebevoll und tröstend den Kopf einer anderen im Brustbereich hält und streichelt – und tausche nun in dem Bild die beiden Frauen gegen zwei Männer aus. Was ist der erste Gedanke, die erste Reaktion, die dir in den Sinn kommt?

In den meisten Fällen reagieren Männer mit Irritation, Ablehnung, Scham – oder dies abwertend als »schwul«-bezeichnend – und dann, verzögert manchmal auch mit Trauer. Terry Real, ein US-amerikanischer Familientherapeut, beschreibt in der Dokumentation »Beyond Men and Masculinity« passend: »Wir bringen Männern bei, sich von ihrer eigenen Verletzbarkeit zu distanzieren. Wir bringen ihnen bei, sich von anderen Menschen zu distanzieren«, und nennt dies ein »spezifisches Traumat, das Männer dazu bringt, Scham mit einer fehlgeleiteten Selbstüberhöhung zu ersetzen«. Auch Terry Real hinterfragt in der Dokumentation die Rollenbilder und fasst pointiert zusammen: »Die Gefühlswelt hat dich [als Mann] nie verlassen. Du hast sie verlassen«³⁹.

Björn Süffke ergänzt diese Beschreibungen durch eine interessante Überlegung. Demnach geht es im Sinne der traditionellen Männlichkeit weniger um eine Gefühlsabwehr, sondern vielmehr um eine Gefühlsvermeidung. Also kein Gebot, sondern ein Verbot. Daher heißt dieses Prinzip bei ihm auch »Keine Gefühle haben«. Das Ergebnis ist ein beschränkter emotionaler Zugang, der sich auf wenige Gefühle reduziert, wie zum Beispiel Stolz, Freude, Liebe oder eben Ärger und Wut. Wobei insbesondere positiv-konnotierte Emotionen häufig nur in einem gewissen, gedämpften Ausmaß gezeigt werden dürfen, da Mann sonst schnell als »überschwänglich«, »Kindskopf« oder »Gute-Laune-Onkel« abgestempelt wird. Dies erschwert es Männern unheimlich, menschliche Emotionen in ihrer Reichhaltigkeit und Tiefe zu erfahren und die darin innewohnenden Informationen für die eigene konstruktive Lebensgestaltung zu nutzen. Im Rahmen unseres *New Work Men Podcast* sprachen wir mit dem Journalisten Raphael Thelen. Dieser nutzte hierfür eine schöne Metapher, als er beschrieb, wie für ihn »ein ganzes Königreich an Emotionen« durch das Ablegen von traditionellen Mustern zugänglich wurde.

39 Passagen von den Autoren frei aus dem Englischen übersetzt.