

Enge Freundschaften zwischen Frauen und Männern

Von Harvey Jackins

The Reclaiming of Power. Seattle, 1983, Rational Island Publishers.
Übersetzt von Uta Allers, Lotte Biermann und Gudrun Onkels

Wir bekommen so langsam ein klareres Verständnis vom Wesen natürlichen Beziehungen zwischen Frauen und Männern, die kulturbedingten Schmerzaufzeichnungen, die diesen natürlichen Beziehungen im Wege stehen und was gemacht werden kann, um diese Schmerzerfahrungen aus dem Wege zu räumen. Einige der Verwirrungen auf diesem Gebiet werden nun angegangen und verlässliche Leitfäden für gutes Counseln zu diesen Schmerzerfahrungen kommen ans Licht.

Fortschritte wurden in den letzten Monaten bei dem Versuch gemacht, ein Counselproblem einer NC-Leiterin zu lösen, die sich unfähig fühlte, Männer anzuziehen, sie kennenzulernen und gute Beziehungen mit ihnen aufzubauen. In den Ergebnissen und der Nachbearbeitung des Counselns kamen weitere Themen zum Vorschein und treten weiterhin zu Tage. Es folgt ein Zustandsbericht über die Fortschritte, die im Aufdecken der Realität von Frauen/Männerbeziehungen bisher gemacht worden.

Es scheint in unserer Gesellschaft, als ob Frauen und Männer es fast unmöglich finden, miteinander auf einer intelligenten, gegenseitig-respektvollen, liebevollen, menschlichen Basis konsequent oder über längere Zeit hinaus umgehen zu können. Die meisten dauerhaften Beziehungen scheinen diejenigen zu sein, die viele Muster und Unterdrückungen, Dominanz und Unterwürfigkeit eingeschlossen, beinhalten.

Die innewohnende Realität

Die Realität ist, dass Frauen und Männer von Natur aus dazu neigen, hervorragende, freudvolle Beziehungen miteinander zu haben und dass nur Muster im Wege solcher hervorragenden Beziehungen stehen.

Alle Frauen sind von Natur aus an Männern interessiert und wollen eng mit allen Männern befreundet sein. Alle Männer sind von Natur aus an Frauen interessiert und wollen eng mit allen Frauen befreundet sein.

Es sieht so aus, als sei jede Frau von Natur aus zu jedem Mann hingezogen, und jeder Mann zu jeder Frau hingezogen.

Warum das so ist, ist teilweise "selbstverständlich" (für jede/n NCerIn) und teilweise ist es immernoch Spekulation. Wir wissen schon lange, dass Menschen, Menschen lieben, und für eine Frau sind Männer Menschen; und für einen Mann sind Frauen Menschen. Das allgemeine Prinzip, "Von Natur aus lieben sich Menschen und stehen sich einander nah..." ist die Grundlage dieser Anziehung zwischen den Geschlechtern.

Ich vermute, dass da auch ein natürliches Interesse wegen unserer Unterschiede ist, dass Frauen immer faszinierend für Männer erscheinen, weil sie anders sind als sie selbst, und Männer ebenso faszinierend für Frauen sind, wegen dieses Unterschiedes. Einige Leute leh-

nen diese Meinung entschieden ab und bestehen darauf, dass eine besondere Anziehung auf Mustern basiert sein muss, aber ich glaube das nicht. Ich glaube, dass zusätzlich zu der allgemeinen Anziehung zwischen Menschen, es wahrscheinlich eine besondere Zugewandtheit aufgrund von Anziehung zwischen den beiden Geschlechtern gibt.

Es wurde nun zumindest damit begonnen, die Barrieren und Zerstörung unserer hervorragenden Beziehungen zwischen Frauen und Männern durch die Unterdrückung von Sexismus zu erforschen und die Wichtigkeit dieser Arbeit zu sehen. Es ist den meisten NCerInnen bewußt, dass Sexismus Männern und Frauen sehr früh in ihren Leben auferzungen wurde und dass diese Tatsache an sich eine Verletzung anbringt, die das sexistische Muster aufrecht erhält, entweder in der Rolle des Erzwingers oder in der Rolle des Opfers. Der Druck auf Frauen sich unterzuordnen, zu sämftigen, zu beschwichtigen, sich zurück zu ziehen, sich zu isolieren, und der Druck auf Männer zu dominieren, zu erzwingen und zu unterdrücken ist uns wenigstens etwas bewußt geworden.

Konditionierte männliche Abhängigkeit

Was wir bis jetzt nicht bewußt in Betracht gezogen haben, ist der Druck auf Männer der Sexismus bestärkt, aber auch unabhängig agiert, um Barrieren zwischen ihnen und Frauen aufzubauen. Es wird Männern nicht nur beigebracht, "auf Frauen herabzusehen" oder "sich als Herr aufzuspielen" oder "ihnen überlegen zu fühlen", sondern es wird ihnen auch beigebracht, sie als die einzige Quelle menschlicher Aufmerksamkeit, Wärme, Fürsorge, Berührung und menschlicher Zuwendung anzusehen. Da die Konditionierung zum "großen Jungen"- und zu gleichgeschlechtlichen Berührungsängsten Männer von der Erwartung dieser menschlicher Wärme von, und der Zuwendung zu, anderen Männern abhält, wachsen wir Männer alle mit dem gewöhnlich unbeachteten aber klarem Eindruck auf, dass wir nur von Frauen Trost, Wärme und Menschlichkeit bekommen können.

(Dieser Konditionierung wird in unserer Männerarbeit der Kampf angesagt. Männer sollten Wärme mit einander völlig teilen können, aber die Konditionierung sitzt tief und bestimmt unser tägliches Leben fast gänzlich.)

Dieses gibt jeder Frau (obwohl es ihr oft oder gewöhnlicherweise unbewußt ist) eine enorme Macht über Männer in die Hände, obwohl sie gewöhnlicherweise nicht darüber nachdenken können oder es nicht hinterfragen. Dieses ist die Macht der Zurückweisung. Alle Männer in unserer Gesellschaft leben in Angst der Zurückweisung von Frauen. Wenn ein heranwachsender Junge sich stark genug gegen seine Verlegenheit und Angst stellt, um ein heranwachsendes Mädchen auf einem Schultanz zum Tanzen aufzufordern, braucht sie nur (selbst ängstlich) ihren Kopf zurückwerfen und sagen, "Nicht mit dir!", um ihm die Veranlassung zu geben in einen Abgrund von totaler Zurückweisung zu stürzen.

(Seine Art der Zurückweisung zu begegnen könnte das Vorgehen verhüllen, während er auf erwiderte Zurückweisung, sexistische Reden oder einsamen Rückzug zurückgreift, aber die Auswirkung ist im Grunde Zurückweisung und die wiegt sehr schwer. Jede solche Erfahrung oder später, auch die Erwartung von Zurückweisung, macht die Verwundbarkeit größer.

Jeden, den sie haben möchte

Eine Frau kann einen Mann anziehen, den sie als guten, engen Freund haben möchte und kann die Beziehung auf die Dauer aufrecht erhalten, wenn sie drei Dinge bewerkstellen kann:

1. Sich selber als wertvoll, liebenswert und attraktiv zu schätzen, und dem Mann vermittelt, dass sie diese Einstellung durch ihr Anblick, ihre Haltung, Gesichtsausdrücke, Stimmlage oder Wörter zu sich selber hat,
2. dem Mann zu verstehen gibt, dass sie ihn interessant, attraktiv und erstrebenswert als Freund findet und
3. dem Mann zu verstehen gibt, dass für ihn nicht die Gefahr besteht, von ihr persönlich zurückgewiesen zu werden.

Eine Frau, die dies machen kann, ist für einen Mann unwiderstehlich. Kosmetik, Kleidung, Figur, Teint, und all die anderen angeblichen Zutaten von Attraktivität, haben wenig mit der Attraktivität zu tun die ein Mann für sie fühlt (sie haben gewiß einen Einfluß auf Anziehung aufgrund von Schmerzmustern aber das ist eine andere Geschichte), im Vergleich mit der tiefen, natürlichen Attraktivität einer Frau die diese drei Punkte übermitteln kann.

Um das hinzubekommen, muss eine Frau im Allgemeinen viel entlasten. In den Demonstrationen bisheriger Workshops führte die Haltung ausdrücklich attraktiv zu sein, zu viel Lachen, Zittern und Tränen, weil der Aussage, dass sie "nicht attraktiv genug" ist, was anscheinend fast jeder Frau eingetrichtert worden ist, widersprochen und sie entlastet wird. Doch in unserer bisherigen Erfahrung scheint auch ein kleines Maß an Entlastung einen großen Unterschied in der Handhabung der Frau ihrer männlichen Umgebung zu machen. Es scheint klar zu sein, dass eine Frau so viele gute Männerfreunde haben kann, wie sie möchte, wenn sie einfach genug entlastet, um diese Dreipunkte-Einstellung zu erreichen.

Eine Angst, die immer sofort aufkommt ist, "Was mache ich mit ihnen, wenn ich sie erst einmal angezogen habe?" In der Vorstellung, nun einer Anhäufung der gewöhnlichen, sexistischen Einstellungen ausgesetzt zu sein, zu denen Männer konditioniert worden, und welche sie auf Frauen anwenden.

Eine Erleichterung für Männer

Ich denke es ist erstmal notwendig ganz klar festzulegen, dass keiner von uns Männern sich derartig verhalten mag. Einige von uns sind so stark konditioniert, dass es intensives Counselling benötigen wird, um uns da heraus zu meißeln, aber im Allgemeinen sind wir damit aufgewachsen, daß uns gesagt wurde und wir akzeptiert haben, dass nur eine aggressive "Ich interessiere mich nur an Sex und das sofort"-Einstellung wirklich männlich oder beeindruckend genug ist, um die Aufmerksamkeit einer Frau zu gewinnen. Es gelingt nur wenigen von uns, sich so zu verhalten, wie wir es scheinbar sollen, und die meisten von uns sind von sich selbst enttäuscht, aber alle von uns sind überzeugt worden, dass Frauen genau dieses wollen und erwarten. Dieses wurde uns von der Gesellschaft, von unseren Zeitgenossen, von älteren Jungen, von all den männlichen Vorbildern in den Männermagazinen und -filmen beigebracht. Deshalb tun wir zwanghaft unser Bestes, um diesem Quatsch gerecht zu werden, obwohl es für die meisten von uns eine abscheuliche, angstbesetzte Aktivität ist, mit der wir uns sehr erfolglos fühlen. Für alle, ausser einigen sehr wenigen von uns würde eine feste, klare Aussage von einer Frau darüber, was sie möchte, welches diese Aktivität von unserer Seite ausschließt, eine große Erleichterung für uns sein und würde unserer Einstellung eine gründliche Entspannung und eine tiefe Wertschätzung der Frau zufügen, weil sie uns "aus der Patsche" unserer eingefahrenen Konditionierung geholfen hat.

Eine große Anzahl an warmen, engen Männerfreunden zu haben, schafft sicherlich den Hintergrund für eine Frau, jegliche zusätzlichen Beziehungen, die sie aufbauen möchte, mit mehr

Freiheit zu wählen. Sie ist in einer viel besseren Position, sich einen Liebhaber, Ehemann, Co-Elternteil, Geschäftspartner oder was auch immer auszusuchen, wenn sie von ihren zahlreichen warmen, engen, gegenseitig-respektierenden Männerfreundschaften auswählen kann.

Männer auch

Was ist mit dem Mann? Kann auch er warme, enge Freundschaften mit jeder Frau haben, mit der er es möchte? Meiner Meinung nach, ja. Es ist etwas schwieriger für mich hierzu absolut klar zu sein, da ich innerhalb der männlichen Konditionierung aufgewachsen bin und immer noch davon beeinflusst bin. Hier ist meine Vorstellung nicht ganz so kristallklar, wie sie sein kann wenn ein Mann sich gedankenvoll die Situation der Frauen von außen betrachtet, aber ich glaube in der Tat, dass eine Frau sich freuen würde eine Beziehung mit einem Mann zu haben, der

1. sich selbst als wertvoll hält, erfreut ist ein Mann zu sein, darauf stolz ist und es mit seiner Haltung, Gesichtsausdrücken, Stimmlage, Wörtern, usw. zeigt,
2. zu verstehen gibt, dass er die Frau in erster Linie als Menschen mag (obwohl die Tür offen sein kann für mögliche andere Beziehungen),
3. die Frau mit totalem Respekt behandelt, in jeder Hinsicht „anständig“ ist.

Mir ist noch keine Frau begegnet (bestimmte Muster beiseite gelassen), die nicht erfreut wäre, einen solchen Mann als Freund zu haben, und meine eigenen Erfahrungen bestätigen dieses.

Sich für Sexismus zu entschuldigen war oft der erste Schritt von NC-Männern in ihrem Versuch, den NC Frauen ihre Anständigkeit zu vermitteln. Vielleicht schadet eine solche Entschuldigung nicht, aber mit einer entschuldigenden Einstellung fortzufahren, ist an und für sich ein Muster. Selbstrespekt ist ein wesentliches Merkmal von Attraktivität.

Die Beziehungen darlegen

Der Inhalt einer Beziehung muss klar und komplett dargelegt werden und von beiden Seiten zugestimmt werden. (Siehe den Artikel von Tim Jackins in Present Time Nr. 43, Seite 3). Meiner Meinung nach sollte das Darlegen am Anfang einer Beziehung zwischen einer Frau und einem Mann klipp und klar von der Frau kommen. Dieses soll der sexistischen Konditionierung männlicher Dominanz entgegenhalten, die sonst kontinuierlich dazu neigt, sich einzumischen. Wenn eine Frau einen Mann angezogen hat und eine Beziehung mit ihm angefangen hat, dann ist es, denke ich, in ihrer Verantwortlichkeit dies zu durchdenken und im Detail darzulegen, was genau sie in der Beziehung mit dem Mann will und ihm das mitzuteilen. Wenn er damit nicht übereinstimmt, dann sollte sie die Beziehung nicht akzeptieren. Sie sollte einfach sagen, dass eine Zustimmung zu ihrer Bedingungen notwendig sei, damit die Freundschaft funktionieren kann, und darauf bestehen. Dramatisierter Protest von dem Mann ist zu erwarten, aber das Aufrechterhalten einer festen Position der Frau, das Hinhalten von Mustern abzulehnen, aber freundlich mit der Person zu bleiben, wird den Mann dazu bringen, dass er sich, meiner Meinung nach, in fast jedem Fall erleichtert überzeugen lässt.

Zurückweisung vermeiden

Wenn der Mann sich nicht überzeugen lässt, dann sollte die Frau jegliche Beziehung verschieben, aber die Person nicht zurückweisen. Anders gesagt, sie könnte sagen, dass sie ihn als Freund haben möchte, und wenn er seine Meinung ändert, wird sie sich freuen wieder mit ihm darüber zu reden. Sie sollte ihm deutlich sagen, dass es nicht er ist, den sie nicht mag,

sondern nur seine unvernünftigen Einstellungen, die sie nicht akzeptieren kann, ohne ihren Selbstrespekt zu verletzen, und dass er ohne diese Einstellungen viel besser voran kommen würde. Sie sollte ihm die Möglichkeit offen halten, wenn er seine Position später verändert, dass sie ihn dann als Freund akzeptieren würde, so dass seine Angst vor Zurückweisung nicht ins Spiel kommt.

Eine Frau wird durch ihre eigenen Schmerzerfahrungen geleitet werden, ihr eigenes bestes Denken aufs Spiel setzen, (d.h. sich auf alte Weise aufgrund eines Schmerzmusters unterordnen) oder den Mann zurückzuweisen, als einzige Alternativen die für sie in der von Schmerzmustern bestimmten Gesellschaft offen sind. Ich denke, diese beiden Alternativen zu vermeiden, ist ihre Garantie, lebenslange Freundschaften zu Männern zu haben.

Dementsprechend ist es notwendig für Männer ganz klar über die Bedingungen der Beziehung nachzudenken und sie mitzuteilen, aber ich denke die Initiative in der Darlegung einer Frau-Mann Beziehung muss bei der Frau liegen, um der sexistischen Konditionierung, die sie umgibt, zu widersprechen.

Entlastung, nicht nur Diskussion

Einsichten, wertvoll wie sie auch sind, sind nie genug. Dazu gehört Handeln, in diesem Fall effektives Counseln, um dauerhafte Veränderungen zu bewirken. Wie können wir gut in diesen Bereichen counseln?

Die Klientin zu bitten, einen männlichen Counselor ohne Worte "anzuziehen" hat immer massive Entlastung hervor gebracht, jedesmal wenn ich es versucht habe. Ich denke mir, dass ein männlicher Counselor, obwohl günstig, wahrscheinlich nicht nötig ist, dass eine Counselerin wahrscheinlich auch gut funktionieren würde, wenn man sich einigt sie als "Mann" während der Sitzung zu betrachten. Das Gegenteil wird wahrscheinlich auch für Männer funktionieren.

Die Haltung anzunehmen, stolz darauf sein ein Mann oder eine Frau zu sein, hat sehr effektive Entlastung bei KlientInnen bewirkt. Meiner Erfahrung nach benötigt es etwas Mut bei dem/der Counselor/in gut vorzuspielen, auf welche Weise er/sie den Ausdruck von Stolz von dem/der Klient/in erwartet. Tatsächlich habe ich gemerkt, dass Worte am besten nur minimal gebraucht werden sollten, so wie "ich bin eine Frau!" oder "ich bin durch und durch Mann", um die Aufmerksamkeit auf die Stimmlage, usw., zu focussieren.

Bei diesem Vorspielen von diesem und beim Beobachten des/r Klient/in, muss der/die Counselor/in achtgeben, dass der/die Klient/in sich nicht mit dem Drang nach Verteidigung, oder Herablassung, oder "besser als" Einstellungen zufrieden gibt, anstatt den echten, selbstwert-schätzenden Stolz. "Kopf hoch aber Kinn zurück."

Ich vermute, dass wir Diskussionen zwischen Frauen brauchen darüber was attraktive, dauerhafte erfreuliche Einstellungen und Verhaltensweisen von Männern sein könnten, und zwischen Männern, was sie langfristig an den Verhaltensweisen und Einstellungen von Frauen sehr wertschätzen würden, und dann eine respektvolle Aussprache von einer Gruppe zu der anderen (vielleicht vor einem ganzen Workshop) haben.

Vielleicht könnte ein zufällig gewähltes Paar vor dem Workshop oder in einer Unterstützungsgruppe, oder in einer Klasse, die Darlegung der genauen Erwartungen sie auf Mitglieder des anderen Geschlechtes plazieren, die sie in der Zukunft kennenlernen werden.

Nur ein Anfang

Diese sind, in einer kurzen Zusammenfassung, einiges von den Entwicklungen und von Gedankengutes das in den letzten 8 oder 10 internationalen Workshops aufgetaucht ist. Es ist sicherlich nur ein Anfang einer kontinuierlichen Entwicklung und einer, an der viele Leute großes Interesse gezeigt haben.

Ich würde mich freuen von LeserInnen hierzu zu hören: ich bin interessiert an, eurem Denken und euren Vermutungen; aber ich bin begierig darauf, von euren konkreten Erfahrungen zu hören, in diesem Bereich systematisch zu counseln und zu entlasten.