



## Was ist Feministische Therapie ? (\*)

von Marietta Winkler

Es geht mir gar nicht darum, die x-te Therapieform auf dem Markt zu verkaufen, zu rechtfertigen oder anzupreisen.

Es liegt mir daran, zu erklären, daß

- feministisch therapeutisch arbeiten bedeutet, sich in einen Erfahrungs- und Erkenntnisprozeß mit einer Frau zu begeben, in dem das Besondere das Allgemeine ist, oder das Persönliche politisch
- feministisch therapeutisch arbeiten meint, die Verschränkung von gesellschaftlicher (Irr)Rationalität und individuellem Kampf um Befriedigung aufzuspüren
- feministisch therapeutisch arbeiten meint, daß Klientin und Therapeutin die gemeinsamen Erfahrungen zur Erkenntnis machen über die eigenen Wurzeln
- feministisch therapeutisch arbeiten heißt, mit etwas Neuem zu tun zu haben, vor allem aber mit der Loslösung von einem überkommenen Verständnis von psychischer Gesundheit für Frauen und den möglichen Hilfsansätzen, ohne daß eine klare Alternativrezeptur angeboten wird.

Feministische Therapie hat ihre Wurzeln in der sogenannten "zweiten" Frauenbewegung der 70-er Jahre. Ausgehend von der Abtreibungsdiskussion, der Rückgewinnung der Macht über den eigenen Körper, der Auseinandersetzung mit dem Patriarchat über das Thema "Sexus und Herrschaft".

Als Vorreiterinnen seien genannt Beauvoir, Friedan, Millett, u.a.

Im psychotherapeutischen Bereich entwickel-

ten sich Selbsthilfe, Beratungs- und Therapieansätze, in den USA "Consciousness-raising-groups", in Deutschland "Selbsterfahrungsgruppen" genannt. In diesen Gruppen sprachen Frauen vor allem über ihre soziale Situation und ihre soziale Rolle.

Die Gruppen hatten bewußtseinsbildende Funktion, es wurde über die individuellen Erfahrungen gesprochen und die Frauen traten aus der Isolation. Sie begriffen im Austausch ihr So-Sein auch als Reaktion auf die objektiven Lebensumstände. Rollenzwänge wurden bewußt. Das Ausmaß der Unterdrückung wurde deutlicher.

Die *Gemeinsamkeit* dieser damaligen *Frauengruppen* und Feministischer Therapie haben Eichenbaum/Orbach formuliert:

- beide haben die persönliche Erfahrung zum Gegenstand
- beide hinterfragen die Dynamik, in der sich Mädchen die Machtverhältnisse, die Geschlechterrolle und die Psychodynamik der Familie zu eigen machen
- beide betonen das Gefühlsleben, es kommt zur Freisetzung von bis dahin tabuisierten Gefühlen
- beide versuchen, ein neues Selbstverständnis von Sexualität zu erarbeiten.

Feministische Therapie ist als Antithese zu verstehen, als Negation des Bestehenden und als tastender Versuch, herauszufinden, welche Begrifflichkeit für weibliche Identität und Störungen zureichend sind.

Bei der *Standortbestimmung* für Feministische Therapie geht es um Nein-Sagen-Können, um die Entschleierung von Vorstellungen und um die Kritik falschen Bewußtseins und falscher Bewußtheit.

(\*) Auszug aus einem Vortrag, gehalten in der apg am 8.11.89 in Wien



Der Feministischen Therapie geht es nicht darum, eine fully functioning person, angepaßt und zugerichtet auf patriarchale Bedürfnisse, zu entwerfen. Es ist vielmehr die Kritik an Lebensbedingungen, die Bewußtheit unserer Sklavinnenmentalität, die uns befähigt, eine Frau zu ermutigen, ihr subjektives Leiden loszulassen, sich Stärke zuzumuten und der Unterdrückung zu begegnen. Nicht sie zu verändern in Krankheit, Symptom, Syndrom und Bewältigungsstrategien.

Das ist unser Arbeitsthema.

Feministische Therapie geht davon aus, daß psychische Krankheiten bei Frauen logische, wenn auch dysfunktionale Ergebnisse der weiblichen Geschlechtsrolle, der weiblichen Sozialisation und des Minderheitenstatus von Frauen sind.

Die patriarchale "Codierung" unserer Gesellschaft besteht darin, daß sich das Männliche zum *Ganzen* gemacht hat, das Weibliche nur in Bezug auf das Männliche Existenzberechtigung hat. Diese patriarchale "Codierung" zeigt sich besonders in der Psychoanalyse.

Der weibliche Lebenszusammenhang wird in allen Wissenschaftsdisziplinen ausgeblendet, d.h. wissenschaftliche Erkenntnis geschah und geschieht auch heute noch weitgehend aus dem Blickwinkel des Mannes. Die Tätigkeiten und Leistungen der Frau werden als Ergänzung und zur Reproduktion der "produktiven Arbeitskraft" des Mannes begriffen. Patriarchale Wissenschaft begründet und rechtfertigt diese Sichtweise und trägt damit zur Manifestierung der bestehenden Herrschafts- und Machtverhältnisse bei.

Schon Nietzsche schrieb: "Der Mann soll zum Krieg erzogen werden und das Weib zur Erholung des Kriegers..." Dieses Zitat hat auch heute noch Gültigkeit und verdeutlicht das Ausmaß der Reproduktionsfunktion der Frau.

Die Vergewaltigung und "Opferung" der Frau geschieht insbesondere und subtil, indem sie zum Schweigen gebracht wird durch das "Einimpfen" von Ängsten, z.B. krank, hysterisch, egoistisch oder nicht sexy zu sein. Frauen rea-

gieren auf diese und andere Etikettierungen mit einer "sinnlosen Normalität" einer "mörderischen Selbstlosigkeit" oder mit "Sexy-Sein bis zum Schwachsinn". Weitere Einschüchterungen erfolgen durch das Etikett "männerfeindlich", dessen Gebrauch laut Mary Daly ein Zeichen für intellektuelle und moralische Beschränktheit ist und ein Zeichen für unlogisches Denken.

Es ist eine Tatsache, daß Männer diejenigen sind, die das Patriarchat geschaffen, geplant haben und weiter planen, die es kontrollieren und legitimieren. Patriarchat ist die Heimat der Männer, es ist Vater-Land.

Der Veränderung der Situation steht der Widerstand der Frauen gegen das Bewußtwerden des weiblichen Lebenszusammenhangs entgegen, nämlich lieber in dem Glauben zu verharren, daß "unser Mann die Ausnahme sei und wir daher die Ausnahme unter den Frauen seien".

Es ist das Interesse von Männern und der Mehrzahl von Frauen, jedoch auf selbstzerstörerische Weise, diese Tatsache, besonders vor sich selbst zu verleugnen.

Vor diesem Hintergrund wird Feministische Therapie von *Werten und Grundüberzeugungen* geleitet, die offen und klar zutage liegen:

- wir leben in einem System der Zweigeschlechtlichkeit, aber es gibt nur ein Wertesystem, das patriarchale nämlich. Dieses Wertesystem bestimmt unsere persönlichen, sozialen, materiellen und politischen Beziehungen, es stellt den Maßstab für Erwachsensein und Normalität
- Autonomie, Selbstdefinition, Verantwortlichkeit, Sexualität - alle Begriffe sind der Frau im Patriarchat vorgezeichnet
- Veränderung ist nur über Konflikt möglich, über Reibung und Frustration
- die reife weibliche Persönlichkeit wächst durch Begreifen und Sensibilität für Unterdrückungsmechanismen.

Im *praktischen therapeutischen Umgang* mit Frauen heißt dies:



### 1. Parteilichkeit und Betroffenheit.

Sie mehrt sich aus dem Wissen über die benachteiligte Lebenssituation von Frauen und die spezifischen Bewältigungsmechanismen, die daraus entstehen. Der Gewißheit, bei allem was einer Frau passiert, potentiell selbst betroffen sein zu können.

Der Sichtweise, daß psychische Störungen und soziale Krisen bei Frauen nicht individuelles Versagen bedeuten, sondern einen mißlungenen, mit persönlicher Qual erkaufte Konfliktlösungsversuch darstellen, beeinflußt von geschlechtsspezifischer Rolle und Identität.

### 2. Das Persönliche ist politisch.

Weibliche Entfremdungserlebnisse und -erfahrungen werden gesellschaftspolitisch und individuell verdeutlicht und Änderungsmöglichkeiten werden erprobt.

Die Macht, die uns als Expertinnen zugeschrieben wird, ist durchsichtig zu machen oder zurückzuweisen. Persönliche Einflußmöglichkeiten sind offenzulegen und zum Gegenstand möglicher Auseinandersetzung zu machen.

3. Die antihierarchische Grundhaltung gegen Institutionen, deren unterdrückerischen Mechanismen Frauen in besonderen Maße ausgeliefert sind.

4. Bewußte Unterscheidung von Therapierichtungen, die von sich behaupten, objektiv und wertneutral zu sein, in ihrer Anwendung jedoch soziale Formen von Unterdrückung reproduzieren.

5. Antipatriarchale Zielsetzungen. D.h. Autonomie von Frauen durch Selbstbestimmung, Eigenverantwortlichkeit, Selbstakzeptanz, Selbstachtung, Entdecken persönlicher Bedürfnisse und Wünsche, Auseinandersetzungs- und Konfliktbereitschaft zu fördern und zu unterstützen.

Für die feministische therapeutische Arbeit mit Frauen genügt es nicht "Frau zu sein", "frauenbewegt zu sein" - die Naivität der ersten Jahre ist vorbei.

Feministische Therapeutinnen sind angehalten u.a.:

- die Charakteristika ihrer Beziehung zu Frauen und Frauengruppen zu entschlüsseln
- die Versuche von Klientinnen, Verantwortung an die Therapeutin zu delegieren, zurückzuweisen und ihre Beziehungsmacht zu verdeutlichen bzw. ihnen zugeschriebene Definitions- und Expertinnenmacht nicht abzuleugnen sondern in die Beziehungsanalyse miteinzubeziehen
- deutlich zu machen, daß der Prozeß, der von der Klientin durchschritten wird auch von der Subjekthaftigkeit der Therapeutin und ihrer konkreten Lebenssituation mitbestimmt wird. Dies geschieht meist gegen Ende der Therapie.
- Widerstand der Klientin als Hinweis auf ihre subjektive Art, Labilisierung zu begegnen, zu begreifen und ihn als Stärke zu achten, anstatt ihn zu beseitigen oder gar zu brechen.

Gang und gäbe, jedoch *NICHT frauenspezifisch* sind:

- frühharmonisierende Techniken
- eher intuitiv arbeitende Therapeutinnen, die das, was sie tun, bei Rückfragen nicht erklären können
- Interpretationen, die nicht von der Klientin erarbeitet wurden
- Arbeitsformen, die Therapie mit Kunst vergleichen und somit der Beliebigkeit der ausführenden Person überlassen
- alle Techniken, die lediglich an der funktionalen Effektivität weiblichen Verhaltens interessiert sind, wie etwa bestimmte Formen der Sexualtherapie.

Ich habe somit die wesentlichsten Merkmale feministischer Therapie dargestellt.

Alle Frauenprojekte dieser Welt sind dabei, sie noch genauer auszudifferenzieren und Detailfragen zu erforschen.

Ich fühle mich also gut aufgehoben.

Danke.

---

(zitiert oder in Anlehnung an:

Sabine Scheffler, Ellen Horstkotte-Höcker, Luce Irigaray, Friedrich Nietzsche, Luise Eichenbaum/Susie Orbach, Mary Daly, Fortbildungsprogramm frauenspezifische sozialtherapeutische Fortbildung)