

Dürfen Könige und starke Männer heulen?

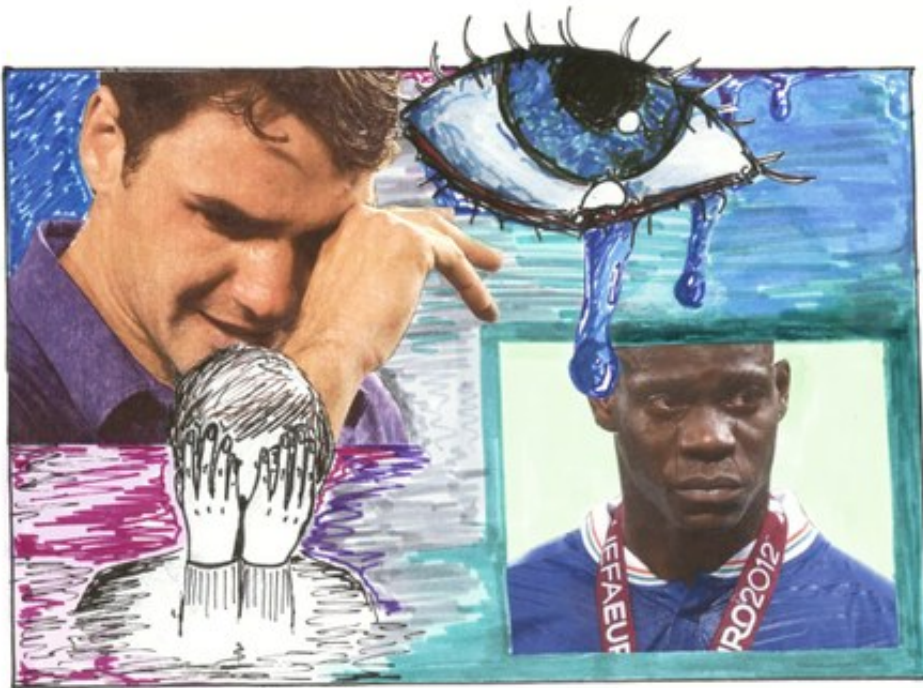


Illustration: Elisabeth Binotto

Da stand Sempach Matthias auf dem Podest, wurde zum König der Eidgenossen gekürt und ... heulte los wie eine Susi.

Was ist mit den Männern geschehen? In den 60er-Jahren lernten wir noch: Richtige Jungs weinen nicht, echte Indianer kennen keinen Schmerz und Männer haben keine Angst, sondern höchstens Respekt.

Ergänzend zur Emanzipation der Frau, hat sich dies in den 80er-Jahren aufgeweicht. Man höre beispielsweise Grönemeyers Song «Männer», wo er das Mannsein in seiner Widersprüchlichkeit entlarvt: «Aus-sen hart und innen ganz weich.» Wir Männer also auf der Suche nach uns selber zwischen «Macho» und «Softie»?

Die Ausrufung des «neuen Mannes» war die Folge davon: sowohl hart als auch weich, sowohl Manager als auch Windelwechsler, sowohl einfühlsam als auch potent! Heult also der Schwingerkönig vor der ganzen Nation, ist er dann ein Exponat des «neuen Mannes»?

Skepsis ist angebracht: Das Zulassen dieser Gefühle geschieht auf dem Höhepunkt des Erfolgs. Zudem sind es nicht Tränen der Trauer, sondern der Erleichterung und Überwältigung. Als Sieger zu weinen ist keine Kunst! Doch wie geht es Männern, die verlieren? Hat jemand Wenger Kilian weinen sehen? Oder in der jetzigen Krise Roger Federer?

Jüngst nahmen sich zwei Topmanager das Leben und gerieten damit in die Schlagzeilen. Was wäre wohl geschehen, wenn es ihnen möglich gewesen wäre, vom Podest zu steigen und zu weinen?

Als Mann Schwäche zuzulassen ist immer noch sehr schwierig. Im psychotherapeutischen Praxisalltag gelingt dies heute selbstverständlicher. Das ist gut so, denn verdrängte Trauer und Angst führt häufig zu (Selbst-)Aggression und Sucht. Entwicklungspsychologisch ist es deshalb so wichtig, dass Väter ihre weinenden Söhne in die Arme nehmen und ihnen zu spüren geben, dass es gut ist, wenn sie weinen und dass sie in diesen Gefühlen «gehalten» werden. Vergleichbares gilt auch für den Umgang mit Angst. Also Väter: Macht es vor! Seid euren Söhnen ein starkes Vorbild!

RAIMONDO LETTIERI

WWW.PAARBERATUNG-ZH.CH

Ausgabe vom 08.10.2013
Rubrik: Kreuz und Quer