



SWR2 Leben

Weil er zugeschlagen hat - Männer im Sensibilisierungs-Training

Von Eckhard Rahlenbeck

Sendung: 09.03.21, 15.05 Uhr (Wiederholung)

Redaktion: Rudolf Linßen

Regie: Eckhard Rahlenbeck

Produktion: SWR 2018

SWR2 Leben können Sie auch im **SWR2 Webradio** unter www.SWR2.de und auf Mobilgeräten in der **SWR2 App** hören – oder als **Podcast** nachhören:
<http://www1.swr.de/podcast/xml/swr2/tandem.xml>

Bitte beachten Sie:

Das Manuskript ist ausschließlich zum persönlichen, privaten Gebrauch bestimmt. Jede weitere Vervielfältigung und Verbreitung bedarf der ausdrücklichen Genehmigung des Urhebers bzw. des SWR.

Die neue SWR2 App für Android und iOS

Hören Sie das SWR2 Programm, wann und wo Sie wollen. Jederzeit live oder zeitversetzt, online oder offline. Alle Sendung stehen sieben Tage lang zum Nachhören bereit. Nutzen Sie die neuen Funktionen der SWR2 App: abonnieren, offline hören, stöbern, meistgehört, Themenbereiche, Empfehlungen, Entdeckungen ...

Kostenlos herunterladen: www.swr2.de/app

WEIL ER ZUGESCHLAGEN HAT

Cut 1 Holger Tewes:

Ok, liebe Männer, schön dass ihr heute Abend da seid. Wir machen unser Anfangsspiel, um Lust zu kriegen auf den Abend und auch ein bisschen Dampf abzulassen und das hinter uns zu lassen, was der Tag so mit sich brachte. (runter blenden, stehen lassen)

Sprecher:

Sie kennen sich mittlerweile ganz gut, die vier Männer, die heute Abend wieder einmal zu einer Gruppensitzung in Tübingen zusammenkommen. Seit einem halben Jahr besuchen sie einen Kurs, ein Gewalt-Sensibilisierungs-Training, veranstaltet von einer Einrichtung, die sich offiziell Fachstelle für Männerarbeit nennt und den Namen Pfanzkerle trägt. Zur Auflockerung wirft man sich Bälle und Plüschtiere zu.

Cut 2 Gruppenspiel:

Ihr könnt euch irgendwas ausdenken. ... Müller. Meier. Fridolin. Horst. ... [lachen]

Cut 3 Holger Tewes:

Ich würde mal sagen, das erste Drittel des Trainings ist dazu da, die Männer ins Boot zu holen.

Sprecher:

Holger Tewes, Therapeut und Trainer im Kurs

Cut 4 Holger Tewes:

In der Regel ist es so, dass über diesen eher spielerischen Zugang zueinander und auch gar nicht am Anfang, sag ich mal, problemorientiert – du bist da, weil du geschlagen hast oder sowas – das ist da gar nicht Thema. Sondern das Thema ist zunächst mal, sich kennenzulernen, Vertrauen zu schaffen, Wohlwollen füreinander zu schaffen und zu merken: Ich bin nicht alleine hier. Diese Männer, die da sind, auch die Trainer übrigens, glaube ich – ich sehe mich da mit drin – das sind zunächst mal Männer, die da sind, die sich versuchen, der eigenen Authentizität zu nähern.

Sprecher:

Und die Teilnehmer kommen aus allen Teilen der Gesellschaft.

Cut 5 Holger Tewes:

Da sind Akademiker dabei. Da sind Arbeiter dabei. Und was, glaube ich, alle Männer ein Stück weit gemeinsam haben, ist, wenn sie schlagen, dass in der Regel, dass sie ohnmächtig sind. Dass sie nicht weiter wissen, wie sie den Konflikt lösen sollen. Und das dann anfängt, dass ich aus der Ohnmacht, aus der eigenen Hilflosigkeit, aus dem Mangel an Möglichkeiten, einen Konflikt zu lösen, zuschlage.

Cut 7 Johannes Jacobsen:

Die Männer können zunächst lernen, ein Gefühl für sich selber zu entwickeln.

Sprecher:

Johannes Jacobsen, Therapeut und Trainer bei den Pfunzkerlen

Da ist möglicherweise einiges verschütt gegangen über die Jahre. Oder sie haben es noch nie gelernt, über Gefühle zu sprechen, sich selbst zu reflektieren. Das ist für ein Großteil der Männer Neuland, das sie betreten.

Sprecher:

Und im Neuland dieses Gruppenabends fordern die Trainer jetzt jeden Kursteilnehmer auf, seine Gefühle auszusprechen. Es einfach rauszulassen, was ihn in letzter Zeit bewegt hat, sei es Wut, Angst, Freude, Trauer oder Schmerz.

Cut 8 Klaus:

Es hat sich viel verändert im Lauf der letzten paar Monate, auch im Privatleben viel verändert, mit dem ich einfach nicht zufrieden bin. ...

Sprecher:

Das ist Klaus – den richtigen Namen wollen wir in dieser Sendung nicht nennen – also dieser Klaus ist 43 Jahre alt, Pferdeschwanz, ledernes Outfit, zurzeit arbeitslos.

Cut 9 Klaus:

Ich habe keinerlei Halt mehr irgendwo. Das ist schwierig, ja.

Wo könntest du wieder Halt finden oder was bräuchtest du, damit du wieder Halt findest?

Ich würde mal sagen, mir fehlen auch gewisse Gespräche oder ein Gesprächspartner, an dem man sich mal festhalten kann und mal wirklich drüber reden kann und sagen kann: Du, mir geht's so beschissen, oder mir geht's so schlecht. Hör mir doch bitte mal zu. Oder sei doch bitte mal für mich da. Und da gibt's einfach niemand in meinem Leben. Da ist niemand da.

Sprecher:

Klaus nimmt an Anordnung eines Gerichts am Training teil. Die Vorgeschichte ist ein Streit mit der volljährigen Stieftochter.

Cut 10 Klaus:

Meine Familie, meine Frau sowohl als auch ich oder aber auch meine Mutter wurden von der Tochter massiv drangsaliert. Sie war die Königin im Haus. Sie war die Prinzessin auf der Erbse, durfte sich alles rausnehmen, alles erlauben, inklusive Beschimpfungen gegenüber dem Stiefvater. Ich war nur der Vater, wenn ich Geld gebracht habe oder wenn ich dementsprechend ihre Wünsche erfüllt habe, dann hieß es: Papi kannst du nicht? Oder: Papi, ich hab mal wieder Mist gebaut. Die Polizei ist im Haus. Wir haben Hausdurchsuchung, ich hab mal wieder gestohlen. Bis hin zu Drogen und dergleichen. Das ganze Spiel ging über Jahre.

Sprecher:

Eines Abends aber reißt Klaus der Geduldsfaden.

Cut 11 Klaus:

An diesem Abend gab's eh wieder Streit, da die Tochter eigentlich ihre Abschlussprüfungen für ihre Lehre hätte lernen müssen, was sie nicht getan hat. Sie ist lieber mit Freundinnen abgehauen, war bis nachts um zwei, halb drei für die Mutter sowohl als auch für mich nicht erreichbar, kam dann nachts um halb drei. Als ich sie dann zur Rede stellte, musste ich mich dann beschimpfen lassen. Wiederum, es geht mich gar nichts an. Erstens ist sie volljährig. Zweitens bin ich sowieso ein Hurensohn. Und drittens bin ich sowieso das größte Arschloch, das auf Gottes Erdboden wandelt. Ja, irgendwann mal hat man einfach die Nase voll.

Was heißt das?

Ich habe versucht, dieses 120 Kilo schwere Mädchen vor die Türe zu setzen. Sie hat sich massiv dagegen gewehrt. Ich habe daraufhin sehr stark zugegriffen an den Oberarmen und hab sie im wahrsten Sinne des Wortes vor die Haustüre gesetzt, im Schwäbischen sagt man gelupft. Sie hatte drei blaue Flecken am Arm und das ist schwere Körperverletzung.

Kam es zu einer Gerichtsverhandlung?

Ja.

Sie hat dich angeklagt?

Ja. Sie hat dann im selben Augenblick noch die Polizei angerufen und hat die Polizei bestellt, ja.

Und die kamen dann.

Die kamen dann.

Gewalt in deinem Leben konzentriert sich auf eine Nacht, auf fünf Minuten möglicherweise.

Ja.

Du bist nicht einer, der schon mal öfter austeilt, sondern ...

Nein, nein.

... sondern das ist in dieser Nacht, hat sich das wie so ein Dampfdrucktopf aufgestaut.

Ja, ich vergleiche das immer gern mit diesem Dampfdruckkessel, bei dem sich das Ventil nicht öffnet, der halt explodiert irgendwann. Ich denke, dass ich damals auch den Fehler gemacht habe, ich hätte viel früher aus dieser ganzen Geschichte

aussteigen sollen. Ich hätte eventuell auch viel früher meine Ehe auch aufs Spiel setzen sollen, einfach auch klipp und klar die Kontrolle übernehmen sollen über mich selbst, auch über mein Leben und vielleicht auch eine Trennung vollziehen müssen zu meiner Frau und zur Stieftochter.

Cut 12 Johannes Jacobsen:

Häusliche Gewalt ist Ausdruck einer Kommunikation, die schief läuft, die auf Konfrontation aus ist, die auf Rechthaberei basiert, die schnell von Ohnmacht beherrscht wird und im wahrsten Sinne des Wortes mit Gewalt zum schlagenden Argument – wenn ich nicht weiter weiß, dann schlage ich zu, um meinen Willen durchzusetzen. Dies gilt es zu verhindern. Und da sind beide beteiligt, denn wir erleben hier oft eine Eskalation. Das heißt, die Konfliktpartner schaukeln sich gegenseitig hoch, indem sie sich bestimmte Zuschreibungen machen. Und das führt eigentlich zu einem noch größeren Scherbenhaufen. Von daher gilt es, die Kommunikation zu schulen, die Streitkultur und vor allem, sich selber ausdrücken zu können, also die Möglichkeiten, seine Gefühle zu benennen, nicht nur zu benennen, sondern auch zu differenzieren.

Sprecher:

Auf Beschluss des Gerichtes muss Klaus 1000 Euro Wiedergutmachung zahlen, 350 Stunden gemeinnützige Arbeit ableisten und am Gewalt-Sensibilisierungs-Training teilnehmen. Wie hat er sich da gefühlt?

Cut 13 Klaus:

[atmet tief] Ärgerlich, natürlich ärgerlich, sauer, missverstanden teilweise natürlich auch. Ja, man macht das Ganze natürlich nicht freiwillig. Ich musste ja den Kurs natürlich auch auf eigene Rechnung dann bezahlen, was finanziell natürlich wiederum eine Lücke reißt.

Sprecher:

Klaus hat im Kurs gelernt, Vertrauen zu fassen. Zum Beispiel, als die Männer sich gegenseitig mit verbundenen Augen durch das Gebäude führten.

Cut 14 Klaus:

Ich habe mich etwas gefürchtet. Es ist nicht einfach, einem wildfremden Menschen insoweit zu vertrauen, dass man sich die Augen wirklich komplett verbinden lässt und sich dann durch ein komplettes vier- oder fünfstöckiges Haus führen lässt. Treppe hoch, Treppe runter, Fahrstuhl - also wirklich den Blinden zu spielen und dann die Hilfe des anderen anzunehmen. Die Frage, die sich selbst immer stellt, ist: Was macht der jetzt mit mir? Lässt der mich die Treppen runterfallen? Oder lässt der mich gegen den Türrahmen rennen, nur aus Spaß?

Sprecher:

Berichten wir von Peter, 33 Jahre alt, Vater zweier drei und vier Jahre alter Jungen, von Beruf Handwerker, zupackend, stämmige Figur, Vollbart.

Cut 15 Peter:

Ich glaube, die Hälfte vom Kurs habe ich fast nichts von mir groß preisgegeben. Bis dann irgendwann mal ja der Tag kam, wo es eine Übung gab. Da sitzen wir im Kreis.

Und da wurde ich ausgesucht, ich sollte jetzt mit dem Rücken zur Gruppe sitzen. Und da wird dann praktisch über mich geschwätzt, was sie denn von mir wissen schon, oder wie sie mich einschätzen, was sie von mir denken und halten. Und das alles in meinem Beisein, bloß ich darf nichts sagen. Ja, und das war ja doch schon ein bisschen ein Türöffner, ja. Dass ich doch eigentlich gemerkt habe, eigentlich gar nichts erzählt von meiner Problematik. Immer bloß oberflächlich angerissen, und das war´s.

Sprecher:

Kurz nachdem sie sich kennen- und lieben gelernt hatten, wird Peters Freundin schwanger. Dann folgt das zweite Kind. Schon bald zeigt sich, dass die Partnerin Schwierigkeiten hat, Haushalt und Kinder unter einen Hut zu bringen. Klaus geht zum Jugendamt. Das stellt eine Familienhilfe, um der Frau bei der Hausarbeit und der Erziehung zu helfen. Sogar eine Paarberatung besuchen beide. Aber der Erfolg bleibt aus.

Cut 16 Peter:

Der Haushalt war immer das tägliche Problem. Das hat sie nicht auf die Reihe gebracht. Ich bin ja natürlich auch vom Schaffen heimgekommen. Habe anfangs noch geholfen. War auch nicht zu viel, möchte mich da nicht wegloben. Aber das habe ich dann halt auch irgendwann schleifen lassen, wenn sie es selber nicht auf die Reihe kriegt. Ja, und so ging das dann Stück für Stück, haben sich dann die Fronten erhärtet oder verhärtet. Ja, dann war es dann letztendlich so weit.

War das mit der Liebe dann auch nicht mehr so ganz?

Nein, natürlich nicht. Das ging dann noch, das erste Kind, bis dahin war es eigentlich gut. Da fiel mir das so nicht so arg auf.

Ihr ward nicht verheiratet.

Nicht verheiratet. Und so ab dem zweiten Kind war´s dann schon definitiv spürbar, jetzt klappt´s gar nicht mehr. Das fing dann schon mit dem ersten an. Natürlich Zuwendung dem Kleinen, widmet dem mehr Zeit wie dem Haushalt, war auch ok. Aber das war zu viel. Ja, und mit dem zweiten ist es nicht besser geworden. Und dann, ja.

Sprecher:

Zum Eklat kommt es an einem Abend. Peter und Partnerin besuchen ein Fest. Die beiden Kinder sind mit dabei. Man trinkt, es wird spät. Frau und Kinder gehen heim; Peter feiert weiter mit einem Freund. Als er dann schließlich zuhause eintrifft, ist der größere Sohn noch munter, während die Mutter vor dem Fernseher sitzt.

Cut 17 Peter:

Ja, und das zu einem Film, den der eigentlich nicht sehen sollte.

Was hast du dann gemacht?

Erst mal laut geworden, habe ich gesagt, das kann doch wohl nicht wahr sein, dass der Junge immer noch auf den Füßen ist. Und dann hat´s geheißen: Du warst ja saufen. Und dann sage ich: Ja, aber ich habe ja gesagt, dass du die Jungen wegbringen sollst, war mehr oder weniger abgemacht. Ihr hätte es auch noch gefallen, wäre auch gern länger geblieben. Aber die Jungen müssten ins Bett. Der Große muss ins Kindi. Ja, so war´s dann. Und dann hat sich eines zum anderen aufgeschaukelt. Dann ist man verbal sich ganz schön angegangen. Und der Junge war ja wach, stand mitten drin. Und später hat man sich sogar noch rumgeschubst. Sie mich, genauso wie ich sie, man hat sich nichts geschenkt.

Handgreiflich geworden.

Ja. Also geschlagen jetzt nicht, aber ja. Und normal schlafe ich zum Beispiel immer auf dem Sofa, wenn ich getrunken habe, oder wenn ich weiß, dass es zu viel war. Ich wollte an dem Abend ins Bett hinein. Und das war dann glaub ich letztendlich der Auslöser. Und da war sie dann dagegen und wollte mich zum Bett raushauen. Na, und dann ging der Knatsch los, weil sie mit dem Fuß nach mir getreten hat oder mich rausschieben wollte am Anfang.

Da war eine Aggression ...

Da hatte sich schon eine Menge angestaut gehabt. Und da ist sie an diesem Abend voll hinauf.

Und du kannst sagen. Das war genau der Tag, der Abend, diese Stunde, wo die Sicherung durchgebrannt ist.

Richtig.

Was ist jetzt aus diesem Abend geworden? Hat deine Frau dich angezeigt?

Sie hat gesagt, wenn ich jetzt nicht aufhöre, dann ruft sie die Polizei. Dann habe ich gesagt, das ist das Haus von meinen Großeltern. Du hast da gar nichts zu melden. Und dann hat sie gesagt, gut dann ruft sie an. Dann hat sie das getan. Ich hab´s ja gehört, ich stand ja daneben. Ich habe mich angezogen und bin verschwunden oder wollte gerade verschwinden. Da ist gleich die Polizei reingefahren, die waren recht flott unterwegs. Ja, und dann war der Abend gelaufen.

Sprecher:

Peter versucht zu fliehen, vergeblich. Bald spürt er die volle Macht der Gesetzeshüter.

Cut 18 Peter:

Einer ist mir in den Rücken hineingesprungen. Dann hat er mich runtergerissen. Da hat´s geregnet, war der Asphalt nass. Da liegst dann mit dem Knie im Genick, schnaufst auf dem Boden, dem nassen. Dann werden die Handschellen rum gemacht. Wenn du noch nie welche dran hattest, dann merkst auf jeden Fall, die sind

eng.

Sprecher:

Zu einer Gerichtsverhandlung kommt es nicht. Die Anzeigen werden zurückgezogen. Aber dieser Abend war das Ende des Zusammenlebens von Peter und seiner Familie.

Cut 19 Peter:

Sie ist gegangen dann. Sie hat sich eine Wohnung gesucht. Ja, und ich stand dann alleine da. Natürlich hat sie ja die Kinder dabei gehabt.

Die Kinder hat sie mitgenommen?

Ja, ja, natürlich. Das Übliche. Das ist normal die Regel. Und das wird auch gern so angewandt.

Und das sagst du mit einem gewissen Groll ...

... Groll weniger ...

... mit einem Schmerz.

Schmerz. Die Trennung von den Kindern, ja, liegen mir doch sehr am Herzen. Auch wenn man mal weiß, was man verliert, tut es erst richtig weh.

Sind die denn verloren?

Verloren sind sie nicht, aber man sieht sie einfach, oder ich sehe sie zu wenig. Ich hatte sie vorher jeden Tag. Jeden Abend waren sie da. Und dann auf einmal nix. Kommst heim, leere Bude. Nix gekocht. Kein Kind kommt entgegen, hallo Papa, oder hören schon den Schlüssel im Schloss und rennen schon zur Tür. Alles weg. Das tut weh.

Sprecher:

Männer lernen aus ihrem Beziehungsdrama. Im Gewalt-Sensibilisierungstraining nimmt jeder Mann mit Hilfe der Trainer die Schlüsselszene, in der es zum gewalttätigen Vorfall kam, noch einmal genau unter die Lupe. Sie nennen es Eskalationskurve.

Cut 20 Holger Tewes:

Die Eskalationskurve ist ein Instrument, wo wir mit dem Mann die Situation, in die er reingeraten ist, wo er gewalttätig geworden ist, nun mal ganz genau akribisch herausarbeiten und auch am Flipchart ausarbeiten, aufschreiben, so dass es in der Gruppe ganz öffentlich ist: Was ist passiert? Der Mann muss über die Schamgrenze drüber, über sich reden und über das reden, wofür er Verantwortung übernehmen soll. Das ist das Thema. Dabei wird noch einmal deutlich für den Mann: Was habe ich getan? Und wie ist es entstanden? Auch: Was hat die Frau gemacht? Was habe

ich gemacht? Was habe ich gefühlt? Was hat die Frau gefühlt? Wie schaukelt sich das hoch? So dass irgendwann so quasi der Kontrollverlust von einem da ist, in dem Fall von dem Mann und er dann zuschlägt

Cut 21 Thomas:

Es kommen bei mir so diese Themen hoch, die auch in meiner Kindheit da waren.

Sprecher:

Thomas, 38 Jahre alt, Elektrotechniker, Geschäftsführer eines Planungsbüros, verheiratet, Vater eines 14 Monate alten Sohnes

Cut 22 Thomas:

Also diese Kombination aus dem heutigen Schmerz in Verbindung mit meinen eigenen Schmerzthemen, dass sich da so Muster irgendwie auftun, dass ich Verhaltensmuster habe, die mich in Konflikten auch dann zur Wut bringen.

Und was schmerzt noch von der Kindheit und Jugend?

Dass ich das Erlebnis in mir habe von meinen Eltern, die Streits meiner Eltern, dass Gewalt ein Thema war bei meinem Vater.

Wann hast du das erlebt?

Da war ich so fünf. – Also früheste Kindheit.

Und da hat der Fünfjährige erlebt, wie der Vater die Mutter geschlagen hat.

Mhm.

Und die Mutter wehrlos war.

Ja.

Cut 23 Holger Tewes:

Wenn wir dieses Thema Verletzungen anschneiden, dann erzählen die Männer mit der Zeit immer mehr, was sie selber erfahren haben in ihrer Kindheit, in ihrer Jugend, in der Familie, aber auch außerhalb, wo sie mit Gewalt konfrontiert waren und selber Verletzungen auch nicht aufgearbeitet haben. Das heißt, die Verletzungen, die in der Kindheit und Jugend erfahren wurden, haben auch eine Auswirkung auf die Gegenwart, auf meine Möglichkeit, vielleicht heute mit Konflikten umzugehen.

Sprecher:

Auch Thomas und seine Schwester haben Schläge bekommen. Ihm fällt es schwer, darüber zu sprechen. Immer wieder stockt er, den Tränen nahe. Als er heiratet, ahnt er noch nicht, dass die Gewalterfahrungen aus der Kindheit ihn wieder einholen können. Und das ist die Vorgeschichte: Das Ehepaar wünscht sich ein Kind. Aber es klappt nicht.

Cut 24 Thomas:

Ich bin in Führungszeichen „Verursacher“. Ich bin gehandicapt. Und das war für meine Frau unheimlich schwer diese Kinderlosigkeit und diese Schwierigkeiten beim Kinderzeugen. Und das artete dann halt schon auch in meinen Ohren in viele Vorwürfe, auch mit Abwertungen und ihrerseits mit so einer Hilflosigkeit, die sich dann halt auch in, ja, so eine Art Anklage gegen mich dann breit machte. Ich habe das alles so über die Jahre in mich halt auch reingefressen.

Sprecher:

Mit medizinischer Hilfe wird eine Schwangerschaft herbeigeführt. Doch kurz vor dem Geburtstermin stirbt das Kind im Mutterleib. Eine zweite Schwangerschaft gelingt. Ein gesunder Junge kommt zur Welt. Weil seine Frau das Studium nun wieder aufnimmt, versucht Thomas zu helfen. Mutterrolle, Baby, Studium der Frau, Beruf des Mannes, die junge Familie muss sich zurechtfinden.

Cut 25 Thomas:

Das war so anstrengend. Das war für mich zu unklar alles. Ich habe mich da nicht wohl gefühlt und ich war eigentlich total frustriert. Und ich habe das halt auch so raushängen lassen, dass mich das eigentlich alles stört und das mich nervt so. Meine Frau war halt auch ziemlich erschlagen dadurch. Die hat sich halt auch nicht unterstützt gefühlt. Na ja, eigentlich spielt ja die Sache dann oft gar keine Rolle mehr, sondern es ist ja dann einfach dieses Unverständnis, dies gegenseitige Nicht-verstehen-können. Also jeder fühlt sich nicht verstanden. Also es gab so Diskussionen, wo ich mich immer wieder wiederholt habe. Und ich habe gemerkt, ich werde nicht gehört. Ich werde nicht gehört. Und ich habe dann, dann bei einem Mittagessen angefangen, mit der Faust auf den Teller zu hauen. Und dann hat meine Frau mich mit irgendwas beworfen. Und das ging so hin und her. Und der Kleine zwischendrin. Dann bin ich raus, aus der Küche und habe die Tür eigentlich hinter mir zugemacht. Und, ja, und ich wäre eigentlich, es wäre besser gewesen – heute natürlich – ich wäre draußen geblieben. Und bin aber nochmal rein und bin ihr dann an den Hals, hab sie dann mit der linken Hand oder so am Hals dann gepackt. Und gleichzeitig hab ich halt gerufen: Hör auf, hör auf!

Sprecher:

Da ist sie wieder die Erinnerung. Hör auf, hör auf, das hatte Thomas als Kind seinem prügelnden Vater entgegen geschrien.

Cut 26 Thomas:

Ja, ich war überrascht. Und es gibt Situationen, auch gerade da in dem Streit mit meiner Frau, total ambivalent von mir, wie zum Beispiel, dass ich aggressiv bin und gleichzeitig in der Aggressivität ruf: Hör auf, hör auf, lass mich in Ruhe! Also so das eine ist der Vater und das andere in mir das Kind, was dann ruft: Hör auf!

Sprecher:

Thomas hat selbst den Weg zu den Pfanzkerlen gesucht. Er hat seiner Frau versprochen, am Training teilzunehmen. An der Partnerbeziehung haben beide noch zu arbeiten.

Cut 27 Thomas:

Ich habe da so ein bisschen meine Angst auch vor meiner Frau gehabt, die halt – na ja – mit ihrem Röntgenblick halt das in mir sieht, was ich vielleicht noch nicht sehe. Und das hat mich schon manchmal auch davon abgehalten, mit ihr darüber zu sprechen, was mich so bewegt. Oder wahrscheinlich wollte sie mit mir auch darüber reden, was sie eigentlich bewegt. Das ist tatsächlich auch bei uns auch noch ein Stück Arbeit diese Kultur des regelmäßigen Gesprächs. Und nicht nur dieses: Wie war dein Tag Liebling? – bla, bla, bla.

Cut 28 Johannes Jacobsen:

Die Männer werden oft von ihren Frauen bedrängt und es fällt ihnen ganz schwer, sich wieder einen Raum zu schaffen, um ihre Sichtweise adäquat rüberzubringen. Das kann sein, dass die Frau nicht bereit ist, aktiv zuzuhören, sondern versucht, immer nur ihre Position durchzuboxen. Der Mann dementsprechend eine Ohnmacht spürt, wo er einfach dann nicht mehr weiter weiß. Dann – wie gesagt – das schlagende Argument kommt, was nicht okay ist.

Cut 29 Thomas:

Wir sind ja heute noch nicht frei von Streit. Aber wir haben zumindest mal eine, teilweise eine Basis, dass wir mit unseren Konflikten einfach mal anders umgehen wollen oder können. Also es liegt ja auch bei uns, was wir daraus dann machen. Also die Frage ist schon interessant, ob meine Frau das so realisiert. Um ehrlich zu sein, manchmal zweifle ich auch ein bisschen. Und weil ich auch ihre, sie hat ja auch eine Vorgeschichte und kennt nun mal Gewalt auch in ihrer Familie. Ich habe den Eindruck, wir sind uns sehr nah. Ich weiß nicht, vielleicht sieht sie das Anrecht umso mehr, umso direkter und ehrlicher darf ich jemand was sagen. Und, ich mein, ihre Direktheit und Ehrlichkeit, wie sie es halt meint, ist halt dann auch oft mit Schmerz, also ich fühl mich dann schon entblößt in manchen Situationen, wenn sie so den Finger draufhält.

Cut 30 Johannes Jacobsen:

Wir stellen fest, eine wesentliche Aussage im Training heißt Stopp. Der Begriff Stopp wirklich nicht nur verbal, sondern auch körperlich auszudrücken, um sich abzugrenzen, um sich Luft zu verschaffen. Das ist ganz wichtig, und das auch gegenüber der Frau durchzusetzen. Das ist der erste Schritt in die Veränderung. Stopp bewirkt einen Puffer, dass ich mich ein Stück weit erst mal zurückbesinnen kann. Was will ich eigentlich? Wie geht´s mir gerade? Um vielleicht der Überlegenheit, der verbalen Überlegenheit der Frau, ein Stück weit entgegentreten zu können.

Sprecher:

Der Abend bei den Pfunzkerlen in Tübingen geht zu Ende. Auch außerhalb der Gruppentrainings bleiben die Männer im engen Kontakt.

Cut 31 Thomas:

Also ich find´s total gut. Ich sag auch mittlerweile sind auch wir Freunde. Ich finde, die wissen so vieles von mir, was viele Freunde von mir eigentlich gar nicht wissen. Das erzeugt, finde ich schon, auch einen Zusammenhalt auch, dieses Wissen über

den anderen. Und jeder geht damit auch gut um.

Sprecher:

Das Ritual zu Ende der Sitzung ist immer das gleiche. Eine Übung zur Zentrierung, ein Schrei, gemeinsam herausgestoßen von allen Kursteilnehmern.

Cut 32 Holger Tewes:

Wir machen heute zum Ende des Abends unser Abschlussritual, indem wir uns an den Händen nehmen. Jetzt gucken wir uns alle in die Augen kurz, reihum. Und dann nehmen wir die Arme hoch. Drei Mal. Atmen tief aus und ein und gehen trotzdem immer wieder in Blickkontakt. Machen das einfach mal. [atmen] Und beim dritten Mal schreien wir ganz, ganz laut. Das holen wir jetzt nach, machen ein viertes Mal draus. [lauter Schrei]