

MAJA STORCH

Die Sehnsucht der starken Frau
nach dem starken Mann

Buch

Sind Sie eine starke Frau? Die starke Frau ist im besten Sinne emanzipiert. Sie ist autonom und hat eine entwickelte Persönlichkeit, sie liebt ihren Beruf, kann ihren Standpunkt vertreten und ihre Interessen durchsetzen, sie lacht gerne, liebt ihren Körper, und sie ist neugierig herauszufinden, was das Leben für sie bereithält. Kurz: Sie hat ihr Leben gut im Griff. Doch wenn sie sich verliebt, ist sie plötzlich wie verwandelt ... keine Spur mehr von der starken, selbstbewussten Power-Frau. Warum muss es immer der einsame Wolf, der Streuner sein, warum immer der, der so schwer zu erobern ist, warum immer der, der am wenigsten gut zu uns ist? Was passiert da bloß? Erstaunlich traditionelle Verhaltensmuster gewinnen die Oberhand, wenn die starke Frau ihrem ersehnten starken Mann begegnet. Und aus dem Strudel der Gefühle zwischen Sehnsucht nach Hingabe und Panik und Kampf gegen den Tyrannen, der ihr Freiheit und Autonomie zu nehmen droht, zieht sich die starke Frau oftmals erschöpft zurück. Maja Storch zeigt anhand zahlreicher Beispiele, warum die starke Frau ihre Liebesbeziehungen immer wieder selbst sabotiert und wie sie aus diesem Dilemma herausfinden kann. Mit ihrer witzig-spritzigen Analyse eroberte Maja Storch ein breites Publikum sowie die Bestsellerlisten. Diese Ausgabe ergänzte sie mit einem aktuellen Vorwort.

Autorin

Maja Storch, Dr. phil, Diplompsychologin, Psychoanalytikerin, geboren 1958, arbeitet als Projektleiterin an der Universität Zürich, als Trainerin und als Autorin. Zusammen mit Dr. Frank Krause hat sie das Zürcher Ressourcen Modell ZRM entwickelt, ein wissenschaftlich fundiertes Selbstmanagement-Training. Sie ist Inhaberin und wissenschaftliche Leiterin des Instituts für Selbstmanagement und Motivation Zürich (ISMZ), einem Spin-off der Universität Zürich. Ihre Arbeitsschwerpunkte sind Motivation, Persönlichkeitsentwicklung, Ressourcenaktivierung, Training und Coaching. Zu diesen Themen hat sie viel beachtete wissenschaftliche und populärwissenschaftliche Publikationen verfasst.

Von Maja Storch ist im Goldmann Verlag außerdem erschienen:

Das Geheimnis kluger Entscheidungen (15271)

Ich-Gewicht (16968)

Maja Storch

Die Sehnsucht
der starken Frau
nach dem
starken Mann

Mit einem Vorwort
zur Neuausgabe

GOLDMANN



FSC

Mix

Produktgruppe aus vorbildlich
bewirtschafteten Wäldern und
anderen kontrollierten Herkünften

Zert.-Nr. 565-COC-001940

www.fsc.org

© 1996 Forest Stewardship Council

Verlagsgruppe Random House FSC-DEU-0100
Das FSC-zertifizierte Papier *Super Snowbright* für dieses Buch
liefert Hellefoss AS, Hokksund, Norwegen.

1. Auflage

Ergänzte Taschenbuchausgabe Oktober 2010

Wilhelm Goldmann Verlag, München,

in der Verlagsgruppe Random House GmbH

Copyright © 2000 der Originalausgabe

Walter Verlag, in der Patmos Verlag GmbH & Co. KG

Umschlaggestaltung: UNO Werbeagentur, München

KF · Herstellung: Str.

Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pößneck

Printed in Germany

ISBN: 978-3-442-15663-4

www.goldmann-verlag.de

Inhalt

Vorwort	7
Sind Sie eine starke Frau?	9
Ein kleiner Wegbegleiter	18
Die menschliche Psyche ist zweigeschlechtlich	20
Das tiefenpsychologische Persönlichkeitsmodell	31
Der Schatten steht immer mit am Ruder	36
Die geheime Steuerfrau.	45
Das Märchen vom Mädchen ohne Hände	53
Die Entwicklung des inneren schwachen Mädchens zur inneren starken Frau	60
Der geheime Steuermann	121
Die Sehnsucht der starken Frau nach dem starken Mann.	148
Einige Gedanken über die Zukunft von Frauen und Männern	174
Anmerkungen	179
Literatur	182

Vorwort

zur Neuauflage im Taschenbuch

Dieses Buch wurde im Jahr 2000 zum ersten Mal publiziert. Seither ist das Interesse daran stetig gewachsen, so dass es nun, gut zehn Jahre später, zu einer Neuauflage kommt. Als Autorin freut mich das natürlich sehr!

Die Leserinnen und Leser dieses Buches geben mir rege Rückmeldungen, wobei mir Folgendes aufgefallen ist: Ich selber bin 1958 geboren und habe eigentlich gedacht, dass das Problem der starken Frau vor allem auf meine Generation betrifft. Das scheint überhaupt nicht der Fall zu sein. Regelmäßig bekomme ich Post von Frauen um die dreißig, den sogenannten Karrierefrauen. Der Konflikt zwischen der bewussten Einstellung, welche die Autonomie favorisiert und der unbewussten Einstellung, die nichts Negatives dabei findet, sich einen Mann zu suchen, der das Schutzbedürfnis unterstützt, lebt bei den jungen Frauen ganz genauso, wie bei den reiferen, so wie ich eine bin.

Kürzlich gab ich ein Radiointerview und wurde vom Moderator zu ebendiesem Sachverhalt befragt: »Wie kommt es, dass die Enkelinnen von emanzipierten Frauen der ersten Stunde sich immer noch mit diesem Problem herumschlagen müssen?« Über die Antwort musste ich nachdenken, ich hatte keine fertige parat. »Dieses Phänomen zeigt einfach, dass es einige Generationen braucht, bis Einstellungen auch

auf der unbewussten Ebene nachhaltig verändert werden«, war schließlich meine Erwiderung. »Und was kann man den jungen Frauen raten, die diesen Konflikt in sich bemerken?«, fragte der Moderator weiter. »Hierfür gibt es leider kein Patentrezept«, musste ich bedauernd zugeben. Reflektieren, ehrlich zu sich selber sein, mit dem Partner aufrichtig sprechen und in Erwägung ziehen, ein Jahr lang in einer Psychoanalyse das eigene Unbewusste zu explorieren. Das nützt. Mit einfachen Tipps und Tricks bekommt man diese innere Gemengelage nicht erfolgreich geklärt.

Was mich bis zum heutigen Tag mit großer Zuversicht erfüllt ist die Tatsache, dass außer den Frauen auch sehr viele Männer dieses Buch lesen. Zeitweise bekomme ich sogar mehr Post von Männern als von Frauen! Die Briefe der Männer zeugen durchweg von einer ausgeprägten Reflexionsbereitschaft und einem hoch entwickelten psychologischen Gespür. Gefühle und unbewusste Motive sind für diese Männer nichts, was man übergehen oder vernachlässigen könnte. Sie möchten diese Themen in ihre Beziehungen einfließen lassen und machen sich Gedanken über das Innenleben ihrer geliebten starken Frau.

Mit Männern, die auf solch eine reife Art ihre Partnerschaft gestalten wollen und Frauen, die sich selber gegenüber ehrlich sind und den Mut haben, unbekannte Gefilde zu betreten, können im Lauf der Zeit neue Beziehungsmuster entstehen, die beiden Parteien dabei helfen, ein glückliches Liebesleben zu genießen und auch langfristig zu erhalten.

Ich freue mich, dass mein Buch zu diesem großen Thema einen Beitrag leisten kann.

Maja Storch, August 2010

Sind Sie eine starke Frau?

»Madonna ist eine komplexe moderne Frau. Das ist in der Tat der Hauptpunkt ihrer außerordentlichen Leistung. Sie erforscht die Probleme und Spannungen, mit denen eine ehrgeizige Frau heute konfrontiert ist. Wie die energiegeladene Barbra Streisand, deren weibliches Außenseitertum die amerikanischen Mädchen in den Sechzigerjahren stark beeinflusste, steht Madonna vor dem romantischen Dilemma der starken Frau, die nach einem Mann sucht, aber nicht weiß, ob sie einen Despoten oder einen Sklaven will. Die Tigerin in der Brunst ist geneigt, sich zu unterwerfen, aber sie könnte ihren Bezwinger töten.«¹

Dieses Zitat von Camilla Paglia drückt die Situation der modernen Frau aus, wie es besser nicht geht. Auf ihren Videos zeigt sich Madonna einmal als die Unterworfenene, die von muskulösen Männern bezwungen wird, und ein anderes Mal als die Domina im schwarzen Lack, die sich die schönsten Männer reihenweise untertan macht. Wie kann es sein, dass ein und derselben Frau solche krass unterschiedlichen Bilder einfallen, um sich auszudrücken? Eigentlich unvorstellbar. Und doch muss etwas dran sein an der Message von Madonna, sonst ließe sich ihr Welterfolg nicht erklären.

Der Suche nach dem Bezwinger folgt die Rache für die Unterwerfung auf dem Fuß. Die Tigerin sucht ihren Meister.

Aber sie duldet keinen, der stärker ist als sie. Wer sich auf den Kampf mit ihr einlässt, der Mann, der ihre Herausforderung annimmt, riskiert sein Leben.

Wenn Sie dieses Buch in Händen halten, liebe Leserin, dann hat der Titel Sie vermutlich neugierig gemacht. Es ist die Rede von der starken Frau und ihrer Sehnsucht nach dem starken Mann. Kennen Sie diese Sehnsucht? Träumen Sie ab und zu davon, dass Tarzan kommt und Sie in sein Dschungelhaus entführt? Lieben Sie Filme, in denen eine autonome Frau von einem Heldenmann mit breiten Schultern überwältigt wird? Sehnen Sie sich danach, dass einer auftaucht, der sich von Ihrem selbstbewussten Auftreten nicht irritieren lässt, der Sie einfach als Frau behandelt, der sie beschützt und Ihnen sagt, wo es langgeht? Und hassen Sie sich gleichzeitig dafür, dass Sie manchmal heimlich diese Sehnsucht in sich spüren? Dann sind Sie richtig hier. Willkommen im Club.

Dieses Buch habe ich für mich geschrieben, für meine Freundinnen und für meine Klientinnen, die dieser Zwiespalt zu mir geführt hat. Ich habe es geschrieben für alle Frauen der heutigen Zeit, die das romantische Dilemma der starken Frau kennen und nicht wissen, was sie mit diesem Dilemma Sinnvolles anfangen können.

Was ist eine starke Frau? Die starke Frau ist eine Frau, die sich im besten Sinne emanzipiert hat. Ich meine damit nicht das Horrorbild dessen, was oft damit gemeint ist, wenn abfällig von »Emanze« gesprochen wird. Ich meine nicht das männerfressende Ungeheuer, das mit verkniffenen Lippen ein sexfeindliches Leben führt. Ich meine nicht den Blaustrumpf, der männlicher ist als alle Männer dieser Welt zusammengenommen. Ich meine nicht die strenge Frau mit zusammengebundenen Haaren im grauen Kostüm, die mit ihrer Kakteen-sammlung alleine lebt.

Ich meine attraktive Frauen, die ein aktives Sexualleben führen. Ich meine Frauen, die gelernt haben, auf ihre eigenen Kräfte zu vertrauen, und die nicht darauf warten, dass ein Mann ihnen die Rettung bringt. Frauen, die gerne lachen, die ihren Körper lieben, die Männerkörper lieben und die einen guten Freundeskreis haben. Frauen, die neugierig sind herauszufinden, was das Leben für sie bereithält, die ihren Standpunkt vertreten können und die wissen, wie sie ihre Interessen durchsetzen. Frauen, die ihr eigenes Geld verdienen können, die eine entwickelte Persönlichkeit haben und die darum ihrem Leben eine persönliche Note verleihen. Diese Frauen sind im besten Sinne emanzipiert. Sie haben das, was die Frauenbewegung erkämpft hat, für sich genutzt, um ein vielseitigeres Leben zu führen, als es ihre Großmütter und Mütter getan haben. Und sie lieben die Männer, und Männer spielen eine wichtige Rolle in ihrem Leben.

Wenn Sie sich in dieser Beschreibung wiedererkennen, sind Sie das, was ich eine starke Frau nenne. Und vermutlich haben Sie dann auch schon mit dem romantischen Dilemma der starken Frau Bekanntschaft gemacht, über das ich in diesem Buch schreiben will. Sie haben schon etliche Narben gesammelt im Kampf der Tigerin. Und etliche Männer laufen durch die Welt, die mit Ihnen gekämpft haben und ebenfalls die Spuren dieses Kampfes tragen. Männer, die von der Tigerin gezeichnet sind. Sie haben verletzt und sind verletzt worden. Und weil die starke Frau auch eine intelligente Frau ist, haben Sie mittlerweile angefangen zu erkennen, dass sich beim Kampf der Tigerin ein bestimmtes Spiel immer wiederholt. Sie möchten dieses Spiel eigentlich durchbrechen, aber Sie wissen nicht, wie Sie das tun sollen.

Starke Frauen wollen nicht nur den Kampf. Starke Frauen tragen eine zerbrechliche Sehnsucht in ihrem Herzen. Sie hö-

ren eine feine Melodie der Liebe. Eine Melodie, die so zart ist, dass sie kitschig wirken könnte. Sie bergen Bilder von wehenden Schleiern, zart wie Spinnfäden, und von zärtlichen Berührungen tief in ihrer Seele. Sie sind angerührt von hauchdünnen Blütenblättern, auf denen der Morgentau feingläserne Funken sprüht. Ihr Körper sehnt sich nach Hingabe, nach Verschmelzung, nach tiefer Vereinigung von Mann und Frau. Sie tragen die Fähigkeit zur wahren großen Liebe in sich. Und weil sie Tigerinnen sind, würden sie für den Mann, den sie lieben, durchs Feuer gehen, sie würden ihre Liebe gegen die ganze Welt verteidigen.

Aber sie sind von dieser Sehnsucht in sich irritiert. Und sie haben mit dieser Fähigkeit in ihrem Leben noch nicht viel Erfolg gehabt. Die meisten sind gerade wegen dieser Fähigkeit schon tief verletzt worden. Deshalb wissen starke Frauen nicht, ob diese Fähigkeit eine Stärke oder eine Schwäche ist. Und darum stehen sie dieser Fähigkeit mit Misstrauen gegenüber.

Und trotzdem lieben sie die Männer. Sie lieben die tiefen Stimmen, sie lieben die kräftigen Körper und den Geruch unter Männerachseln. Sie lieben behaarte Brüste und kratzige Wangen. Zwischen ihren Beinen wohnt die Gier nach dem männlichen Etwas, das sie empfangen und umschließen möchten. Sie möchten ihrem Helden die Wunden verbinden, sie möchten seine Heimat und seine Geborgenheit sein. Je stärker die Frau, desto unendlicher ist die Liebe, die sie einem Mann zu geben hat. Aber wehe dem Mann, der diese Gefühle in ihr zum Klingen bringt! Dieser Mann hat die Tigerin bezwungen. Und die Tigerin muss ihren Bezwinger töten.

Tanja ist achtundzwanzig Jahre alt, Inhaberin eines Hair-Shops und erfolgreiche Geschäftsfrau. Sie ist ein durch und durch liebenswerter Mensch, eine attraktive Frau und eine

intelligente Gesprächspartnerin. Sie sehnt sich nach einer Beziehung zu einem Mann. »Wie sieht's aus mit der Männerwelt?«, frage ich bei meinem letzten Besuch. »Ach ja, im Moment habe ich einen, der ist zwei Jahre jünger, eigentlich ganz lieb, aber er geht mir wahnsinnig auf die Nerven. Ich weiß, ich ticke nicht ganz richtig, aber jedes Mal, wenn er mir Rosen bringt, könnte ich sie ihm an den Kopf werfen. Ich benehme mich ihm gegenüber unmöglich, wirklich. Und er sagt immer: ›Ich versteh dich, mein Schatz.‹ Das bringt mich zur Weißglut.« – »Oje«, sage ich, »so, wie Sie über ihn reden, kann das nicht lange gut gehen.« Tanja weiß, dass sie einen sehr netten Mann zum Partner hat. Ihr ist sehr wohl bewusst, dass sie sich ihm gegenüber ungerecht benimmt. Aber sie kann nicht anders. Und sie ist traurig darüber, dass sie nicht anders kann, weil sie sich eigentlich eine liebevolle Beziehung ersehnt. Sie ist heimlich fasziniert von einem Marineoffizier, der nie da ist, weil immer auf See, und der vermutlich in mehreren Häfen mehrere Bräute hat. Ihm gehört ihr Herz. Der Alltag gehört dem, der die Rosen schenkt und alles versteht. Aber dem Rosenschenker gelingt es nicht, ihr Herz zu erobern.

Ich spreche mit meiner besten Freundin. Wir sprechen über Männer. Starke Frauen sprechen übrigens nicht nur über Männer. Sie sprechen auch über Politik, über Kultur, über Ökologie und über den Weltfrieden. Aber heute sprechen wir über Männer. »Eigentlich waren wir unser ganzes Leben lang den Männern gegenüber ungerecht«, sagt meine Freundin. »Wir haben uns in den einsamen Wolf verliebt. Und wir haben ihn deswegen geliebt, weil er ein Streuner war. Wir haben ihn verlockt, verführt, sein Streunerdasein aufzugeben, mit allen Mitteln, die uns zur Verfügung standen. Und kaum hatte er es aufgegeben, hat gesagt, dass er uns liebt, hat bei uns übernachtet, wurden wir seiner überdrüssig. Wir konnten seine Nähe

nicht mehr ertragen. Wir haben aus dem wilden Wolf einen Schoßhund gemacht, und der Schoßhund war uns lästig. Dann haben wir ihn rausgeschmissen. Maja, ich sage dir, das ist unfair von uns.« »Aber was sollen wir denn tun?«, frage ich verzweifelt, »ich weiß ja, dass du mit deiner Beschreibung Recht hast. Aber auch wenn ich das weiß, kann ich trotzdem nichts gegen meine Gefühle tun. Den wilden Wolf muss ich domestizieren, und wenn er domestiziert ist, ist er mir langweilig. Denn ich liebe den Wolf und nicht den Schoßhund. Aber der Wolf muss domestiziert werden. Was soll ich denn tun, um Gottes willen?«

Dieser Dialog lässt mich ratlos zurück. Ich erzähle davon bei einem Treffen von Psychoanalytikerkolleginnen und -kollegen. »Genau, genau!«, ruft Michael, ein Mann, der Tigerinnen liebt und der schon viele Wunden vom Kampf mit Tigerinnen davongetragen hat. »Genauso ist es mir immer ergangen! Ich war zufrieden mit mir und meiner Autonomie. Dann hab ich mich verliebt. Am Anfang habe ich mich dagegen gewehrt, und dann habe ich mich der Liebe ergeben. Und dann ist die Frau mit mir Schlitten gefahren. Ich wurde einfach weggeschmissen. Heute habe ich gelernt, dass Frauen gefährlich sind. Egal, wie verliebt ich bin, ich bin immer auf der Hut vor ihnen. Ich weiß, dass ich es mit einem Gegner zu tun habe. Ich halte immer den Vorsichtsabstand ein. Und seitdem klappt es mit den Frauen.«

Ich spreche mit Karl, einem guten Freund von mir. Er ist fünfundfünfzig Jahre alt und liebt die Frauen. In den 70er-Jahren, als die Frauenbewegung an den Universitäten ihre Hochburg hatte, hat er sich sehr für die Belange der Frauen eingesetzt. Damals hat er von sich selbst gesagt: »Ich bin ein Radikalfeminist!« Er war stolz auf seine Einstellung, und die Frauen zollten ihm dafür Beifall. Er hat im Laufe seines Le-

bens viele Beziehungen zu Frauen gehabt, keine hat gehalten. Und eigentlich, so sagt er heute, ist er nie ganz dahintergekommen, was die Frauen eigentlich von ihm wollen. Er ist oft von Frauen verlassen worden, obwohl er sich wirklich große Mühe gegeben hat, ein emanzipierter Mann zu sein. Vor zwei Jahren hat er Freundschaft mit Giovanni, einem Italiener, geschlossen. Giovanni ist in seinem Alter und hat an jedem Finger fünf Frauen, obwohl er nicht besonders viel Geld hat und nicht besonders gut aussieht. Von ihm hat Karl, der Radikalfeminist, gelernt, wie man Frauen zu nehmen hat. Wissen Sie, was das Geheimnis von Giovanni ist, liebe Leserin? Sie werden empört protestieren, wenn Sie es erfahren. Karl selbst hat auch lange gezögert, es mir zu erzählen. »Weißt du, wie Giovanni es schafft, dass alle Frauen hinter ihm her sind? Er lässt sie warten, ganz einfach. Ich habe immer angerufen und Brieflein geschrieben. Giovanni lässt nach dem ersten Treffen mindestens vier Tage verstreichen, bevor er sich wieder meldet. Und dann sind die Frauen ganz heiß auf ihn. Seitdem ich das auch so mache, habe ich keinen Ärger mehr mit den Weibern, verzeih den Ausdruck.«

So schwer es mir fiel, ich musste Giovanni Recht geben. Ich musste zähneknirschend eingestehen, dass diese Taktik auch bei mir Erfolg gehabt hätte. Ich kann mich gut erinnern, an die vielen Stunden, die meine Freundin und ich wartend vor dem Telefon verbracht haben (damals, als es noch keine Anrufbeantworter gab). An diesen Tagen, in denen wir auf die Nachricht von unserem streunenden Wolf warteten, trauten wir uns manchmal nicht, aus dem Haus zu gehen und Milch einzukaufen, denn der Wolf hätte ja gerade in den zwei Minuten, die wir nicht am Telefon verbrachten, anrufen können. Wolf hat natürlich nicht an diesem Tag angerufen, nicht am nächsten Tag, und am übernächsten Tag auch nicht. Und je

weniger er angerufen hat, desto stärker wurde unsere Liebe. Den netten Jungen von nebenan, der immer da war, wenn wir ihn brauchten, dem wir unsere Sorgen erzählen konnten und der uns unsere Tränen trocknete, die wir wegen Wolf vergossen, zogen wir als Partner niemals in Betracht. Wir verfluchten Wolf und kamen doch nicht von ihm los. Wir hassten Wolf, doch wenn er – unangemeldet natürlich – vor der Tür stand, lagen wir sofort mit ihm im Bett und erlebten mit ihm die tollsten Orgasmen. Wenn der nette Junge von nebenan uns im Kino schüchtern die Hand aufs Knie legte, lächelten wir milde und legten ihm freundlich, aber entschieden seine Hand auf sein eigenes Knie zurück.

Ich habe schon viele Jahre über diese verzwickte Situation der starken Frau nachgedacht, ich habe mit meinen Freundinnen nächtelang darüber diskutiert, und ich habe viele Klientinnen dabei begleitet, wie sie versucht haben, diesem Spiel zwischen Mann und Frau, das beiden Seiten so viel Kummer bereitet, auf die Schliche zu kommen. Dieses Buch handelt von dem, was ich im Laufe der Jahre herausgefunden habe. Die Sachlage ist ziemlich kompliziert. Wenn sie einfach wäre, hätten die starken Frauen ihr Problem ja längst selber gelöst, denn sie sind intelligent. Wie bei den meisten Problemen, an denen wir schon lange erfolglos arbeiten, kommen beim romantischen Dilemma der starken Frau und ihrer Sehnsucht nach dem starken Mann mehrere Faktoren in einer unheilvollen Kombination zusammen.

Um diese unheilvolle Kombination aufzuschlüsseln zu können, benötigen wir psychologisches Wissen. Wenn Sie für sich ein wenig Klarheit gewinnen wollen, werden Sie darum einiges über die Struktur der menschlichen Psyche, insbesondere natürlich der weiblichen, lernen müssen. Ich werde Sie auf den folgenden Seiten mit der analytischen Psychologie von

C. G. Jung vertraut machen und werde Ihnen im Rahmen seiner Theorie zu erklären versuchen, wie es zum romantischen Dilemma der starken Frau in unserer heutigen Zeit kommen konnte. Wenn Sie meine Ausführungen verstanden haben, haben Sie, so hoffe ich, ein Werkzeug in der Hand, mit dem Sie an sich selbst arbeiten können, um endlich aus dem Spiel auszusteigen, das Sie sowieso schon lange nicht mehr spielen wollen.

Ein kleiner Wegbegleiter

Bevor dieses Buch gedruckt wurde, habe ich das Manuskript verschiedenen Menschen zum Lesen gegeben. Ich wollte erfahren, was daran verbessert werden könnte. Die Rückmeldungen meiner Probeleserinnen und Probeleser erbrachten – neben vielen Ermutigungen – zwei Einsichten, die mich bewogen haben, diesen kleinen Wegbegleiter zu schreiben.

Einsicht I

Eigentlich habe ich dieses Buch ursprünglich für Frauen geschrieben, darum ist im Folgenden auch immer »die Leserin« angesprochen. Als ich dann damit begann, Menschen zu suchen, die bereit waren, das Manuskript Probe zu lesen, stellte sich zu meinem Erstaunen heraus, dass genauso viele Leser wie Leserinnen sich brennend für die Thematik der starken Frau interessierten. Und die Rückmeldungen der Männer liefen darauf hinaus, dass ihnen mein Buch dabei geholfen hat, ihre geliebten Menschen weiblichen Geschlechts besser zu verstehen. Offenbar ist dieses Buch auch für Männer geeignet, die – sozusagen aus der Beobachterperspektive – das Innenleben der starken Frauen kennen lernen möchten. Das

freut mich sehr, und hiermit heiÙe ich die Männer herzlich willkommen.

Einsicht 2

In diesem Buch mache ich Sie mit einigen Elementen der Jungschen Psychologie vertraut, weil ich diese Theorie für ganz besonders geeignet halte, um die innerpsychische Situation einer starken Frau in der heutigen Zeit zu klären. Dazu muss ich am Anfang einige Fachbegriffe einführen. Wenn Sie beim Lesen zunächst das Gefühl haben sollten, noch nicht alles restlos verstanden zu haben, möchte ich Sie ermutigen, trotzdem einfach weiterzulesen. Die Begriffe, die ich in den einführenden Kapiteln erläutere, greife ich in der Folge immer wieder auf und illustriere sie anhand zahlreicher lebensnaher Beispiele. Sie werden demselben Thema in Variationen wiederholt begegnen. Und am Ende des Buches werden Sie alles verstanden haben. Wenn Sie danach das Bedürfnis verspüren, sich mit dem einen oder anderen Begriff vertiefend zu befassen, können Sie jederzeit zurückblättern und alles noch einmal nachlesen, was Sie interessiert. Sie haben aber auf jeden Fall mehr SpaÙ mit diesem Buch, wenn Sie es zunächst in einem Zug durchlesen!

Nachdem Sie nun Ihren kleinen Wegbegleiter bekommen haben, bleibt mir nur noch, den Menschen beiderlei Geschlechts eine spannende Lesereise zu wünschen!

Die menschliche Psyche ist zweigeschlechtlich

Der Mann in der Frau und die Frau im Mann

C. G. Jung hat immer großen Wert auf die Tatsache gelegt, dass er sein psychologisches Gedankengebäude nicht am Schreibtisch, sondern aus der Erfahrung entwickelt hat. Im Laufe seines Lebens hat er viele Menschen analysiert und ist bei diesem Prozess immer wieder bestimmten Phänomenen begegnet. Er hat versucht, diese Phänomene zu ordnen, und hat ihnen Namen gegeben. Mit der Zeit ist so ein ziemlich umfangreiches theoretisches Gedankengebäude entstanden, das manchmal schwierig zu verstehen ist. Daraus ist ihm kein Vorwurf zu machen. Alle großen Pioniere haben erst einmal Breschen in den Dschungel der neuen und unbekanntenen Phänomene schlagen müssen. Diese Breschen zu gangbaren Straßen auszubauen, ist meistens die Aufgabe ihrer Nachfolgerinnen und Nachfolger. Ich werde in diesem Buch eine Straße bauen mit dem Ziel, das romantische Dilemma der starken Frau zu klären und Ihnen einen Weg aus Ihrem persönlichen Dschungel der Gefühle zu zeigen. Folgen Sie mir, wenn Sie Lust haben. Wir werden uns auf unserem Weg mit mehreren interessanten Phänomenen befassen, die Jung entdeckt hat und die uns bei unserem Vorhaben hilfreich sein können.

Ein sehr wichtiges Phänomen, das Jung beschrieben hat, ist die Zweigeschlechtlichkeit der menschlichen Psyche. Jung hat nämlich beobachtet, dass in den Träumen von Frauen Männergestalten und in den Träumen von Männern Frauengestalten auftauchen, die ganz besondere Eigenschaften haben. Diese gegengeschlechtlichen Gestalten sind nicht Menschen, die wir aus dem täglichen Leben kennen, etwa wenn wir von unserer Mutter, unserem Vater oder unserer Freundin träumen. Diese Traumfiguren sind Männer und Frauen von unbekannter Herkunft, und ihr Auftauchen hat für den Träumer oder die Träumerin immer etwas Faszinierendes, Geheimnisvolles. Sie wirken wie eine Macht, die die Träumenden nicht mehr loslässt.

Jung entdeckte im Laufe seiner Arbeit, dass diese geheimnisvollen gegengeschlechtlichen Traumfiguren psychische Inhalte verkörperten, die jeweils eine wichtige Ergänzung zu dem Leben darstellten, das die Träumenden auf Grund ihres Geschlechtes in ihrer Kultur zu ihrer Zeit führten. Von der Biologie her ist das Geschlecht eines Menschen eindeutig festgelegt (mit Ausnahme bestimmter Sonderformen), das gilt aber nicht für die menschliche Psyche. Sie beherbergt jeweils auch den gegengeschlechtlichen Anteil, und es ist sehr wichtig für die Persönlichkeitsentwicklung eines Menschen, diesen gegengeschlechtlichen Anteil zur Kenntnis zu nehmen und ihn in sein tägliches Leben und seine Alltagshandlungen zu integrieren. Genauso, wie die Frau in ihrer Psyche männliche Elemente trägt, enthält auch die männliche Psyche weibliche Elemente. Das männliche Element in der Psyche der Frau hat Jung den »Animus« genannt, das weibliche Element in der Psyche des Mannes »Anima«.

Was allen Menschen gemeinsam ist: die Archetypen

Jung, der seine Feststellungen zunächst an Schweizer Klientinnen und Klienten machte, hat im Laufe seines Lebens die Welt bereist und festgestellt, dass diese inneren Bilder von Mann und Frau überall anzutreffen sind. Er prägte für diese auf der ganzen Welt gültigen Bilder den Begriff »Archetypen«. Mit diesem Begriff bezeichnet er Strukturelemente der menschlichen Psyche, die die ganze Menschheit besitzt.

Man kann die Archetypen auch als genetisch vererbte Dispositionen der Menschen bezeichnen. Aus dem Tierreich kennen wir etwas Ähnliches, hier sprechen wir allerdings von den »Instinkten«. Im Instinkt sind bestimmte Verhaltensweisen vererbt, wie zum Beispiel die Brutpflege, das Balz-, Kampf- oder Fluchtverhalten. Auch die Menschheit gibt allgemeinemenschliches, kollektives Wissen durch Vererbung über Generationen weiter. Allerdings haben Menschen im Unterschied zu den Tieren ein Bewusstsein, das heißt, sie können nachdenken, über sich selbst und über die Welt. Auf Grund dieser Tatsache äußert sich bei den Menschen das instinktive Verhalten nicht nur in Handlungsabfolgen, wie bei den Tieren, sondern auch in inneren Bildern und Träumen, in Mythen, Märchen und Kunstwerken.

Auch wir Menschen verfügen über ererbte Verhaltensmuster, zum Beispiel zur Brutpflege, diese bezeichnen wir als »Bemuttern«. Im Gegensatz zu einem Tier, das seinem Instinkt folgen muss und keine andere Wahl hat, können wir mit unserem Bewusstsein über die Bilder, in denen sich diese vererbten Strukturen äußern, nachdenken. Im Idealfall können wir uns dann für die Durchführung oder die Unterlassung einer entsprechenden Handlung frei entscheiden.

Viele Frauen kennen zum Beispiel den Wunsch nach Schwangerschaft. Die Frauen, in denen dieser Wunsch auf der instinktiven Ebene auftaucht, beschreiben die Sehnsucht nach Befruchtung, nach Schwangerschaft und danach, an ihren Brüsten ein kleines Wesen zu säugen. Dieser Wunsch erscheint, wenn er aus dem instinktiven Bereich kommt, mit großer biologischer Macht. Frauen sind dann jedoch in der Lage, sich bewusste Überlegungen zu diesem Thema zu machen: Ist es die richtige Zeit, der richtige Mann, sind die Umstände günstig? Will sie ihrem instinktiven Impuls nachgeben oder lieber noch eine Weile verhüten? Weil sie über den vererbten Paarungsinstinkt nachdenken kann, gewinnt die Frau Handlungsfreiheit und kann sich ihr Leben besser nach ihren Bedürfnissen einrichten, als es eine Katze oder eine Schildkröte zu tun vermag.

Robert Robertson hat es so formuliert: »Jung entschloss sich, den Terminus ›Archetyp‹ anstatt des Instinktbegriffs zu benutzen, um zu verdeutlichen, dass dasselbe vererbte Handlungsmuster sich entweder als instinktgesteuertes Verhalten oder als Bild zeigen kann. Je einfacher die Kreatur, desto wichtiger ist der Instinkt; je komplexer sie ist, desto wichtiger ist es, dass das Verhaltensmuster in ein Bild überführt werden kann, das vom Bewusstsein bearbeitet werden kann.«²

Das Interessante an der Jung'schen Entdeckung ist, dass die Archetypen überall auf der Welt auftauchen. Wir teilen sie mit Menschen aller Kulturen aus allen Teilen der Welt. Helmut Barz schreibt dazu: »Archetypen sind von Raum und Zeit unabhängige Strukturelemente des allen Menschen gemeinsamen kollektiven Unbewussten, deren Wirkung darin besteht, in bestimmten Lebenssituationen immer wieder ähnliche Kombinationen von symbolischen Bildern und damit in Einklang stehenden Gefühlen hervorzurufen.«³



Maja Storch

Die Sehnsucht der starken Frau nach dem starken Mann

Taschenbuch, Broschur, 192 Seiten, 12,5 x 18,3 cm
ISBN: 978-3-442-15663-4

Goldmann

Erscheinungstermin: September 2010

Kompetente Lebenshilfe für Frauen und Männer

Die starke, im besten Sinne emanzipierte Frau ist neugierig und unabhängig, attraktiv und beruflich erfolgreich, kurz: Sie hat ihr Leben fest im Griff. Aber wenn sie dem ersehnten starken Mann begegnet und sich verliebt, geschehen merkwürdige Dinge ... im Herzen pocht die Sehnsucht nach Hingabe, der Kopf hingegen reklamiert Freiheit und Autonomie. Maja Storch leuchtet diesen Irrgarten der Gefühle aus und zeigt mit Witz und Pointe, wie die starke Frau aus dem Gefühlsdilemma wieder herausfindet.