

„Hier bin ich die Frau der Stunde“

Seit Januar 1980 haben wir Frauen aus dem vormals gemischten Center für Psychotherapien ein eigenständiges Frauenprojekt entwickelt, das sich Therapie und Beratung für Frauen (TUBFF) nennt. Die psychotherapeutische Arbeit und Beratungstätigkeit wird von vier Diplom-Psychologinnen durchgeführt. Für Beratung, Sozialberatung, Einzelfallbetreuung, Kontakt-, Selbsthilfe und Problemlösegruppen sind zwei Sozialarbeiterinnen/-pädagoginnen zuständig. Wir planen, eine Rechtsberatung einzurichten, die von einer Rechtsanwältin durchgeführt werden wird.

...

Zwei Courage-Frauen haben uns Fragen zu unserem Projekt gestellt.

— Ihr macht jetzt ausschließlich mit Frauen Therapie. Was haltet ihr davon, wenn Frauen zu Männern in Therapie gehen? Gibt es Probleme, wo das sinnvoll wäre?

„In Beratungsgesprächen werden wir oft mit dieser Frage von Frauen konfrontiert, wenn es z.B. um Beziehungsprobleme zu Männern oder um Probleme mit dem Vater geht. Grundsätzlich halten wir es für richtig, daß Frauen mit Frauen Therapie machen. Wir meinen, daß die ungleiche Beziehung zwischen Mann und Frau, wie sie in unserer Gesellschaft vorherrscht, sich in der Therapiesituation verstärkt darstellt. Der Therapeut ist von vornherein in einer überlegenen Position — und eben zusätzlich noch Mann. Wahrscheinlich wird er sich bei Beziehungsproblematiken eher mit der Rolle des Mannes identifizieren, darauf Wert legen, daß die Frau auch den Mann versteht — und damit das vorherrschende Machtverhältnis unterstützen. Wir unterstützen Frauen darin, Stärke für sich selbst zu bekommen und ihre Macht für sich, für ihre Bedürfnisse einzusetzen. Ein Mann als Therapeut kann sich an dieser Stelle bedroht fühlen. Mehr Stärke für Frauen heißt ja auch, Schwächung der männlichen Position.“

— Und wie verhaltet ihr euch dann anders als Therapeuten?

„Wir denken, daß wir Frauen an anderen inhaltlichen Punkten unterstützen. Ich habe vor einigen Jahren, als ich

noch woanders gearbeitet habe, eine Beratungssituation erlebt, in der ich zusammen mit einem männlichen Berufskollegen eine Frau beraten habe. Die Frau wurde von ihrem Mann öfters geschlagen. Zwei- bis dreimal in der Woche machte er ihr jedoch das Frühstück und war auch sonst ‚so ganz nett‘. Der Kollege hat mehr an den ‚guten Punkten‘ des Mannes angesetzt, während für mich die Prügel Szenen im Vordergrund standen. In solch einer Situation ist es mir wichtig, der Frau eine andere Sichtweise zu ermöglichen, daß es z.B. auch die Möglichkeit gibt, sich zu trennen oder allein zu leben, oder mit anderen Frauen zusammenzuleben. Die Möglichkeit: ‚Wir sehen jetzt, was alles noch gut in der Ehe ist, trotz Prügel‘, ist eine sehr eingeschränkte Sichtweise. Meiner Meinung nach müssen die Schwierigkeiten beleuchtet werden, mehr als die drei ‚Nettigkeiten‘ pro Woche.“

— Es ist vorstellbar, daß Frauen zu euch in die Beratung kommen mit dem Wunsch, bei einem Therapeuten eine Therapie zu machen. Wie verhaltet ihr euch dann?

„Grundsätzlich versuchen wir nicht, ihnen das auszureden. Meist sprechen wir mit ihnen jedoch darüber, was für sie der Unterschied zwischen einer Therapeutin und einem Therapeuten ist, wie ihre Entscheidung zustandekommt. Gründe für die Entscheidung für einen Therapeuten können sein: Konkurrenz zu Frauen, schwierige Mutterbeziehung, mehr Vertrauen in die männliche Kompetenz.“

— Wenn ihr Frauen darin unterstützt, stärker zu werden, entstehen da nicht Konflikte für die Frauen? Und wie geht ihr damit um?

„Ja, es entstehen Konflikte. Z.B. Freunde, Freundinnen verlassen dich, weil du nicht mehr ihren Vorstellungen entsprichst, du mehr Selbstbewußtsein hast, dich anderen Meinungen und Bedürfnissen nicht mehr widerspruchslos anpaßt. Du hast dir innerhalb der Therapie etwas neues erarbeitet, aber du mußt auch weiterhin sehr dafür kämpfen und einiges zurücklassen. D.h. du mußt auch Abstriche machen; es laufen ständig Trennungsprozesse, Trauerarbeit. Weil die Frauen ja lange Zeit anders gelebt haben, ist es eine Umorientierung und ein neuer Kampf.“

Literaturliste

Autobiographien, Therapie-Berichte:

- Perkins Gilman, Charlotte: „Die gelbe Tapete“, Frauenoffensive und Courage 3/78.
- Cardinal, Marie: „Schattenmund“, Rowohlt-Verlag.
- Gotkin, Janet und Paul: „Zuviel Zorn, zuviel Tränen“, Radius Verlag.
- Havékamp Katharina: „Liebe eimerweise“, Frauenoffensive.
- Erlenberger, Maria: „Hunger nach Wahnsinn“, Ein Bericht, Rowohlt Verlag.
- Green, Hannah: „Ich hab dir nie einen Rosengarten versprochen“, Radius Verlag.
- Green, Hannah: „Wenn es Sommer wird“, Erzählungen, Radius Verlag.
- Muhr, Caroline: „Depression“, Tagebuch einer Krankheit, Kiepenheuer und Witsch.
- Plath, Sylvia: „Die Glasglocke“, Suhrkamp Verlag.
- Plath, Sylvia: „Briefe nach Hause“, 1950-1963, Hanser Verlag.
- Barnes, Mary: „Reise durch den Wahnsinn“, Kindler Verlag.
- Schreiber, Flora Rheta: „Sybil“, Persönlichkeitsspaltung einer Frau, Kindler Taschenbuch.
- Conti, Adalgisa: „Im Irrenhaus. Sehr geehrter Herr Doktor, das ist mein Leben“, Verlag Neue Kritik.
- Sechehayé, Marguerite: „Tagebuch einer Schizophrenen“, Ed. Suhrkamp.
- Drigalski, Dörte von: „Blumen auf Granit“, Eine Irr- und Lehrfahrt durch die deutsche Psychoanalyse, Ullstein Taschenbuch.
- Axline, Virginia M.: „Dibs, die wunderbare Entfaltung eines menschlichen Wesens“, Scherz Verlag.
- Ude, Anneliese: „Betty“, Protokoll einer Kinderpsychotherapie, dtv Taschenbuch.

Fachbücher, Praxisanleitungen:

- Wyckoff, Hogie: „Solving Women's problems“, Grove Press.
- Kent Rush, Anne: „Getting clear“, Frauenoffensive.
- Mandel, Anita / Kent Rush, Anne: „Frauentherapie“, Frauenoffensive.
- Franks, Violet / Vasanti, Burtle (Hrsg.): „Frauen und Psychotherapie“, Pfeiffer Verlag.
- Chesler, Phyllis: „Frauen, das verrückte Geschlecht“, Rowohlt Verlag.
- Burgard, Roswitha: „Wie Frauen verrückt gemacht werden“, Selbstverlag.
- Hagemann-White, Carol: „Frauenbewegung und Psychoanalyse“, Stroemfeld / Roter Stern.
- Mitchell, Juliet: „Psychoanalyse und Feminismus“, Suhrkamp Verlag.
- BIFF-Broschüre: „Anfänge einer feministischen Therapie“, Selbstverlag.
- PSIFF-Broschüre: „Erfahrungen und Perspektiven zur Praxis der PSIFF“, Selbstverlag.
- Irigaray, Luce: „Waren, Körper, Sprache. Der verrückte Diskurs der Frauen“, Merve Verlag.
- Chassequet-Smirgel, Janine: „Psychoanalyse der weiblichen Sexualität“, Ed. Suhrkamp.
- Dürssen, Annemarie: „Zum Problem des Selbstmords bei jungen Mädchen“, Vandenhoeck und Ruprecht.
- Bruch, Hilde: „Der goldene Käfig“, Das Rätsel der Magersucht, Fischer Verlag.
- Orbach, Susie: „Anti-Diät-Buch“, Frauenoffensive.
- Miller, Alice: „Das Drama des begabten Kindes“, Ed. Suhrkamp.
- Moeller-Gambaroff, Marina: „Emanzipation macht Angst“, in Kursbuch 47 / Frauen, Rotbuch.
- Szasz, Thomas: „Geisteskrankheit – ein moderner Mythos?“, Walther Verlag.
- Foudraïne, J.: „Wer ist aus Holz“, Piper.
- Basaglia, Franca und Franco: „Die regierte Institution oder die Gemeinschaft der Ausgeschlossenen“, Ed. Suhrkamp.
- Klee, Ernst: „Psychiatrie-Report“, Fischer Taschenbuch.

Psychiatrie-Serie der Courage

- I. Hysterie 3/78.
- II. Arbeit in der Psyche 4/78.
- III. Psychiatrie und Therapie 5/78.
- IV. Antipsychiatrie 6/78.

– Ich denke, daß es sicherlich irgendwann einen Punkt geben wird, wo sich die Frau noch nicht so sicher fühlt und ihre Zweifel ziemlich stark sind. Und das ist wahrscheinlich ein großer Angstpunkt?!

„Wichtig ist, daß die Frau sich nicht so erlebt, nur dann in Ordnung zu sein, wenn sie Fortschritte macht. Es muß für sie alles möglich sein, also auch Rückschritte, Passivität und Ruhe usw. Stärke entdecken kann nämlich sehr viel Angst machen. Du kennst die Stärke nicht von früher, und plötzlich erfährst du sie trotzdem. Ich denke jedoch, daß jede Frau eine starke Sensibilität für ihre eigene Kraft und Stärke hat, die ihr gerade zur Verfügung steht, d.h. sie kann selbst bestimmen, wie weit sie gehen will. In der Therapie ist die Frau ‚Frau der Stunde‘, das ist ihre Stunde. Das hat mir mal eine Frau gesagt, und das finde ich ganz wichtig. Wir können mit den Frauen nicht machen, was in unseren Köpfen drin ist. Sie setzt eben die Punkte, sie bestimmt damit ihr eigenes Tempo.“

– Redet ihr jetzt eigentlich immer von Einzeltherapien oder auch von Therapiegruppen?

„Vorwiegend von Einzeltherapien. Momentan läuft nur eine Frauengruppe. Die Frauen, die zu uns kommen, sind in ihrer Problemstellung oft in einer Gruppe erstmal überfordert. Zusätzlich zu den Therapiegruppen bieten wir Selbsterfahrungs-, Problemlösegruppen an, die von Sozialarbeiterinnen geleitet werden. Viele der Teilnehmerinnen sind in dieser Gruppe zusätzlich zur Einzeltherapie. Eine Frau hat z.B. Schwierigkeiten, in der Gruppe zu reden. Sie konnte 1/2 Jahr nichts in der Gruppe sagen. Dazu ist die Einzeltherapie wichtig, in der sie ihre Angst bearbeiten kann und ihr klar wird, was es überhaupt für ein Schritt für sie ist, in eine Gruppe hineinzugehen. Also eine Einzeltherapie ist für sie Voraussetzung zur effektiven Gruppenarbeit und deren Aufarbeitung. Heute ist es für diese Frau möglich, für ein Wochenende mit der Gruppe nach Westdeutschland zu fahren. Einzeltherapie kann auch deswegen wichtig sein, weil da die Frau eine Therapeutin ganz für sich allein haben kann, sie sich nicht schon wieder auf andere einstellen und sich zurücknehmen muß. Es kann manchmal sehr wichtig sein, sich das erstmal zugestehen und eine Stunde für sich zu fordern. Oft kommt der Punkt in der Beratung: ‚Ich glaube, andere haben eine Therapie nötiger als ich.‘ ‚Sind meine Probleme überhaupt wichtig genug?‘

– Ich habe noch eine Frage zu euch. Ihr macht ja nicht zuletzt deshalb Frauentherapie, weil ihr eben Frauen seid und auch von eurer eigenen Betroffenheit ausgeht. Verändert diese Betroffenheit euer Verhältnis als Therapeutin zu der Frau? Wie merkt ihr das? Belastet euch das auch, und wie geht ihr damit um?

„Früher hat mir manchmal ein Stück Distanz gefehlt, ich war zu betroffen, hab mich zuviel an mich selbst erinnert. Ich mußte diese Distanz wieder lernen, d.h. die Frau sie sein lassen.“

– Solche Situationen können doch immer wieder auftauchen.

„Ja, es kann ganz unterschiedlich sein. Ich habe Frauen in Therapie, die ähnliche Probleme haben wie ich. Wenn ich mit dem Problem Nähe / Distanz Schwierigkeiten habe, ist es für mich sehr wichtig, in unserer gemeinsamen Supervision darüber sprechen zu können.“

– Kannst du mir mal erklären, was Supervision ist?

„Wir reden über Probleme, die in den einzelnen Therapien auftauchen, vor allem darüber, was für die Therapeutin schwierig ist und warum. Das bedeutet über das Suchen nach sinnvoller Vorgehensweise in der Therapie hinaus, daß wir uns mit uns selbst auseinandersetzen, mit unserem Verhältnis und unseren Schwierigkeiten.“

rigkeiten in der Therapiearbeit. Die Supervision ist eine wichtige Kontrolle für uns."

– Ich könnte mir vorstellen, daß es ein Problem sein kann, sich als Therapeutin immer in die andere hineinzuversetzen, sich für die andere Sorgen zu machen. Das ist ja etwas sehr Frauenspezifisches.

„Ja, das stimmt. Danach haben mich manche Frauen in der Therapie auch schon gefragt. Deshalb ist es für mich wichtig, in einem Projekt mit anderen Frauen zusammenzuarbeiten, wo ich mich persönlich aufgehoben fühle. Nach vier Stunden Therapie hintereinander, bin ich dann erschöpft, es sei denn, die Stunden liegen so, daß ich zwischendurch eine längere Pause habe. Letztens hatten wir über drei Stunden eine Gruppensitzung. Anschließend kam eine Frau zu mir, um mit mir zu reden. Ich habe ihr gesagt, 'ich kann nicht, ich brauche erst einmal eine viertel Stunde Pause.' Es ist für uns ein anderes Nicht-mehr-können, als wenn du selbst in einem Therapieprozeß drinsteckst und dich verausgabst. Als Therapeutin hast du einfach eine Distanz."

– Das war genau meine Frage, nach dem Sich-einfühlen.

„Therapie heißt nicht das absolute Sich-einfühlen, sondern auch immer schauen, was in der Situation abläuft, was die Bedeutung des Gesagten sein kann, wo wesentliche Punkte zum Einhängen sind."

– Wie läuft denn das so unter euch. Es klingt alles so harmonisch.

„Ist es auch noch."

– Also habt ihr noch keine größeren Konflikte oder Konkurrenz zwischen euch?

„Bisher kaum, weil wir noch nicht so lange als Gruppe bestehen. Ich denke mir, wenn eine Gruppe über mehrere Jahre zusammenarbeitet, daß dann auch Auseinandersetzungsprozesse gelaufen sind und evtl. auch Fraktionsbildungen entstanden sind. Grundsätzlich habe ich jetzt das Gefühl, über Probleme in dieser Gruppe sprechen zu können – gerade auch im Vergleich zu der Zeit, in der ich noch mit Männern im Team zusammengearbeitet habe."

– Trefft ihr euch regelmäßig als Gruppe?

„Ja, zweimal in der Woche."

– Und was kostet die Therapie bei euch?

„Für die Einzelsitzung nehmen wir 72,- DM und für eine therapeutische Gruppensitzung 35,- DM. Das ist der Satz, den das Sozialamt zahlt; wir haben eine große Anzahl von Patientinnen, die über die Wiedereingliederungshilfe nach dem Bundessozialhilfegesetz die Therapie bezahlt bekommen. Die anderen sind Selbstzahlerinnen oder bekommen Zuschüsse von einer der wenigen Krankenkassen (TKK, Schwäbischgmünder Arbeiterersatzkasse), bekommen Beihilfe oder sind in einer Privatkasse."

– Aber das geht dann nur über eine Verordnung vom Arzt?

„Es gibt ein Rundschreiben vom Senat, das besagt, daß Psychologen/innen, also nicht-ärztliche Therapeuten/innen, nur auf Anweisung eines Arztes tätig werden dürfen. Wir brauchen also, um Therapie ausführen zu können, eine Verordnung vom Arzt."

– Und was für Therapieformen wendet ihr an?

„Die Grundlage unserer Therapie sind die verhaltenstherapeutischen und gesprächstherapeutischen Methoden. Wir bilden uns darüberhinaus in unterschiedlichen Therapiemethoden weiter."

– Und was ist eigentlich euer Unterschied zur Psiff?

„Die Psiff bietet vorwiegend Gruppentherapien an. Die Frauen, die zur Psiff gehen, haben sich meist schon bewußt für eine Therapie in einem Frauenprojekt entschieden. Wir TUBFF-Frauen beteiligen uns weiterhin an dem Beratungstermin unseres Vereins (GSPB – Gesellschaft für soziale Psychotherapie und Beratung), der von zwei gemischten Projekten mitgetragen wird. Das heißt, daß sich die Frauen meist erst in der Beratungssituation entscheiden, ob sie eine Frau oder einen Mann als Therapeutin/en haben wollen."

* * *

Adresse: Therapie und Beratung für Frauen – TUBFF Mommsenstr. 52, 1000 Berlin 12, Tel.: 030/323 50 39. Beratung: Mi. 16-18 Uhr ohne Voranmeldung. Die Beratung ist kostenlos.

Die TUBFF-Frauen und für die Courage: Olga-Maria Wernet und Claudia Röhrbein-Freyburg

Anzeige

Kinderkriegen ist keine Krankheit

Berichte über Hausgeburten in Kalifornien

a. d. Amerikanischen übersetzt und herausgegeben von Cornelia Holfelder

ca. 336 Seiten, über 159 Photos und Abbildungen DM 24,80

Unter welchen Bedingungen sollten unsere Kinder und wir unser gemeinsames Leben beginnen? Mit der in den letzten Jahren zunehmenden heftiger gewordenen Diskussion um die Geburtsbedingungen in den Kliniken stellt sich diese Frage Schwangeren, aber auch Ärzten und Hebammen immer häufiger. Dieses Buch ist ein wichtiger Beitrag zu diesem Diskussionsprozeß, da es gleichzeitig grundsätzlich Überlegungen zum Thema Geburt, Erfahrungsberichte und praktische Informationen enthält

Aus dem Inhalt:

Zur Arbeit des Birth Center von Santa Cruz – Geschichte der Geburtshilfe – Prägung – weibliche Sexualität während Geburt und Stillzeit – Ernährung, Heilkräuter, Arzneimittel – Die Entbindung selbst – Was braucht man für eine Hausgeburt – Das Neugeborene – Über den Umgang mit der Angst – Stillen – über 25 Geburtsberichte von Müttern, Vätern und Hebammen.

Cornelia Holfelder, Herrfurthstr. 12, 1000 Berlin 44