EEN JAAR VAN DE MANNEN

Geinspireerd door de oproep van Esther Perel in De Wereld Draait Door (doorklik naar internet) organiseert De School voor Relatietherapie een jaar van de mannen met een studiedag en workshops over mannen in relaties en relatietherapie.

**3 oktober 2019: Studiedag**: GEEN BOEMAN, GEEN SUPERMAN. WIE BEN JE DAN? (…)

**14-15 november 2019: Workshop met Terry Real.** WAT MANNEN NODIG HEBBEN. Mannelijkheid herdefiniëren in een postpatriarchale relatietherapie.

Mannelijkheid en vrouwelijkheid zijn relationele constructen, die gevormd worden door en evolueren met de noden van een samenleving. De definitie van vrouwelijkheid is door de vrouwenemancipatie sterk verruimd. De vrouwen hebben zich bevrijd van de historische ondergeschiktheid en uitbuiting door mannen in het patriarchaat. Dit heeft geleid tot een veel grotere keuzevrijheid voor vrouwen in hoe ze willen zijn en wat ze willen doen: kracht, macht, competitie, rationaliteit, enz..zijn geen eigenschappen meer, die vrouwelijkheid uitsluiten.

De definitie van mannelijkheid is mede daardoor ook verruimd, maar niet in dezelfde mate. We spreken dan ook van een ‘mannelijkheid in crisis’. In onze moderne wereld waar de grenzen en verschillen meer diffuus zijn, maar het machoverhaal nog sterk aanwezig is, lijkt het moeilijk om te weten wat het betekent om een man te zijn en soms zelfs nog moeilijker om je goed te voelen over je mannelijkheid. Kwetsbaarheid, afhankelijkheid, intimiteit, emotionaliteit blijven nog al te vaak eigenschappen, die strijdig zijn met wat een man tot man maakt.

En de #MeToo beweging heeft een nieuwe golf van vrouwenprotest tegen patriarchale verhoudingen meegebracht en vraagt om een meer omvattende dialoog over de manier waarop de samenleving ‘gendert’ met diepgaande gevolgen voor vrouwen en mannen.

De American Psychological Association (APA) heeft dan ook onlangs een richtlijn uitgegeven voor psychologische hulp aan jongens en mannen. Ze besluit uit 40 jaar onderzoek dat traditionele mannelijkheid, gekenmerkt door competitiviteit, dominantie en agressie, schadelijk is.

Jongens zijn meer slachtoffer van disciplinaire maatregelen (uitsluiting en schorsing) en uitval in de middelbare school en geraken achterop qua academische prestaties. Ze hebben meer leer- en gedragsmoeilijkheden en krijgen onder de 12 jaar vier keer meer medicatie dan meisjes. Mannen drinken en roken meer, eten ongezonder en hebben meer hart- en vaatzieken. Ze zijn ook vaker gewelddadig: Ze zijn oververtegenwoordigd in gevangenissen, plegen meer geweldmisdrijven en zijn ook vaker slachtoffer van geweldmisdrijven. Hun gemiddelde levensverwachting is nog steeds significant lager dan die van vrouwen. Daar bovenop zoeken vele mannen geen hulp als ze die nodig hebben. Ze praten dikwijls niet over hun moeilijkheden, voelen zich meer eenzaam en plegen vaker zelfmoord.

Heel belangrijk dus om te onderzoeken hoe we de invloed van dat stereotype beeld van ‘traditionele mannelijkheid’ en genderstereotypering in het algemeen kunnen doorbreken.

In de School voor Relatietherapie willen wij in dit jaar nadenken over die genderstereotypering in relatietherapie: Daarvoor is bewustwording nodig van onze eigen stereotypen en hoe die in de praktijk van de relatietherapie meespelen. Verder is besef belangrijk van hoe ook mannen lijden onder discriminatie en genderclichées. En ideeën over hoe we in de praktijk van relatietherapie bij partners (mannen en vrouwen) meer vrijheid en keuze kunnen bevorderen in plaats van de genderstereotypen te bevestigen en versterken. Zoals de code van traditionele mannelijkheid schadelijk is voor mannen, zijn traditionele, hierarchische huwelijken schadelijk voor een relatie. In onze tijd en in onze samenleving ervaren partners meer tevredenheid in egalitaire, gelijkwaardige relaties.

Vrouwen zijn gemiddeld gezien minder tevreden met hun relatie, zijn meer vragende partij voor relatietherapie en zijn meer de initiatiefnemers tot een scheiding.

De overgrote meerderheid van de relatietherapeuten zijn vrouwen en de modellen en methodieken van relatietherapie zijn ook erg ‘vrouwelijk’, in die zin dat ze gericht zijn op het bevorderen van intimiteit en verbinding op een manier zoals vrouwen dat begrijpen en invullen. Mannen vinden het over het algemeen moeilijker om hulp te zoeken en dat geldt natuurlijk ook voor hulp bij relatiemoeilijkheden. Dus dikwijls 'brengen vrouwen hun man mee’ in relatietherapie, maar is er voor hem geen probleem, is hij dus niet zo gemotiveerd of heeft hij veel weerstand om hulp te zoeken. Als dan de relatietherapeute als vanzelfsprekend aansluit bij de vrouw en veel moeilijker bij de man, heeft hij alle redenen om af te haken en zijn alle genderstereotypen nog eens bevestigd.

Dit is een realiteit, die vele relatietherapeuten herkennen en die we in training en supervisie ook regelmatig waarnemen.

We starten dat jaar op 3 oktober met een studiedag met verschillende sprekers, die zowel vanuit onderzoek, theorie en praktijk dit onderwerp zullen uitwerken en op die manier een basis leggen voor de workshops, die volgen.

Op 14 en 15 november hebben we Terry Real uitgenodigd. Hij geeft een tweedaagse workshop over mannen engageren in relatietherapie. Wij hebben hem leren kennen als een man met een grote bevlogenheid en ervaring in dat onderwerp.

Tot juni 2020 zullen we verder workshops organiseren, die ons in de relatietherapiepraktijk kunnen helpen om beter bij mannen aan te sluiten. Daarover later meer info.