
„ EVAS BISS “

**Eine theoretische und praktische Annäherung
zum Thema weibliche Aggression**

Graduierungsarbeit

Mag. Christine Prilhofer

„EVAS BISS“
(Hamburger Arbeitskreis)

**Eine theoretische und praktische Annäherung
zum Thema weibliche Aggression**

eingereicht von:
Mag. Christine Prilhofer

eingereicht bei:
**Fachsektion für Integrative Gestalttherapie des
Österreichischen Arbeitskreises für Gruppendynamik und Gruppentherapie**

Wien, Jänner 1999
(Copyright: Prilhofer)



Tizian (1477-1576): Der Sündenfall (um 1561)
(aus: Rhode- Dachser 1991, S.145)

INHALTSVERZEICHNIS

EINLEITUNG	1
INHALTSVERZEICHNIS.....	4
EINLEITUNG	1
1. Einleitung.....	3
2. Zum gestalttherapeutischen Verständnis	4
2.1. Der Hungerinstinkt.....	4
2.2. Die Bedeutung der Aggression im Gestaltzyklus	5
3. Zum Stellenwert konstruktiver Aggression	6
II. GESELLSCHAFTLICHE BEDINGUNGEN	8
1. Gesellschaftlicher Rahmen.....	8
2. Auswirkungen patriarchaler Definitionsmacht.....	9
3. Gesellschaftliche Aggressionsstandards	10
4. Die Bedeutung von Weiblichkeitstsentwürfen.....	11
III. PSYCHISCHE FAKTOREN	13
1. Einleitung.....	13
2. Die Selbstbilder von Frauen	13
3. Momente weiblicher Identitätsentwicklung	15
3.1. „Aggression ist ‘der Motor jeder Bewegung, aller Aktivitäten., und letzten Endes Antrieb für das Leben selbst’ ..“	16
3.2. Der Kampf zwischen Bindung und Autonomie	17
4. Abschließend.....	19
LITERATURVERZEICHNIS.....	21

EINLEITUNG

Anstoß für meine Überlegungen eine Arbeit zum Thema weibliche Aggression zu schreiben, waren meine Selbsterfahrungsseminare, die ich seit einigen Jahren zum Thema „Mut zur Wut“ für Frauen anbiete. Sowohl meine psychotherapeutische Tätigkeit mit Frauen, meine langjährige Arbeit in Frauenzusammenhängen als Kollegin, als auch mein persönliches Interesse und meine persönliche Betroffenheit haben das Interesse am Thema weibliche Aggression, ihren Ausdrucksformen und ihren Verhinderungen immer wieder genährt.

Im Nachdenken über meinen persönlichen Zugang zu diesem Thema fällt mir immer wieder eine Begebenheit aus einem meiner ersten Selbsterfahrungsseminare ein, als der Therapeut mit seiner Aussage - „..vielleicht bringt Sie Ihr Ärger noch einmal ins Kino..“ - mir eine neue Sichtweise von Ärger ermöglichte und mir somit in Erinnerung blieb. Die Idee, Ärger als Kraft für sich, als Antrieb für Eigenes zu nutzen, hat mich damals wohl tief beeindruckt.

Da mich mein therapeutischer Werdegang von der analytischen Therapie über die frauenspezifische Sozialtherapie zur Integrativen Gestalttherapie geführt hat, war dabei eine wesentliche Erfahrung im Zuge meiner eigenen Therapiegeschichte, den Leib als Ort körperlicher Kraft zu erfahren, wie es mir im Rahmen von gestalttherapeutischen Sitzungen möglich wurde.

Wissend, wie schwer es sein kann aggressive Strebungen als Kraft für sich zu nutzen, hat mich der Blick darauf auch in meiner einzeltherapeutischen Arbeit mit Frauen immer besonders interessiert und mich im weiteren auch zu diesem Seminarangebot geführt.

In meiner einzeltherapeutischen Arbeit mit Frauen haben mich immer wieder die zerstörerischen Phantasien von Frauen über ihren Zorn, ihre negative Bewertung, die durchgängige Schwierigkeit des Abgrenzens, die Befürchtung, nichts zu bewirken, und das Nichtglauben an die eigene Gestaltungsmacht beschäftigt.

Die Seminare erlebe ich bei den Teilnehmerinnen immer wieder als einen Grenzgang zwischen der Angst und dem Wagnis, der eigenen Kraft zu trauen. Ich bin immer wieder beeindruckt von der Stärke und der Energie, die auch frei werden können. Bestärkung von anderen Frauen für ein entschiedenes Ja oder Nein zu erfahren, sehe ich als ein zentrales Element in der Arbeit.

Wie aus meinen Ausführungen wohl deutlich wird, steht im Zentrum meiner Seminare der konstruktive Aspekt von Aggression im Sinne eines aktiven, zielgerichteten Zugehens auf die Welt und eines Einsatzes für eigene Belange und Interessen - eine Aggression, die ich als

produktiv und entwicklungsnotwendig und als ein wichtiges Potential auf dem Weg zu Autonomie und Eigenständigkeit erachte.

Für Frauen scheint die Ausgestaltung und Entwicklung dieses Potentials - nämlich ihre aggressive Kraft für sich einzusetzen - besonders schwer. Wie dieses Nichtleben von Aggression zustandekommt und wodurch es erschwert wird, steht im Mittelpunkt meiner theoretischen Überlegungen.

Der Darstellung meiner praktischen Arbeit theoretische Überlegungen voranzustellen, ist mir dabei aus zweierlei Gründen wichtig: Einerseits ist es eine Suche nach möglichen Erklärungen, andererseits verdeutlicht es nochmals meine eigene Sichtweise und Herangehensweise an das Thema, welche implizit auch in der konkreten Arbeit als Hintergrundfolie wirksam sind, nur nicht explizit, benannt sind.

Da sowohl therapeutisches Handeln nicht aus einem luftleeren Raum erwächst, als auch die Ausgestaltung psychischen Leidens nur in Bezogenheit zur Welt zu verstehen ist, ist ein zentrales Anliegen dieser Arbeit, die Zusammenschau und die Verbindung der verschiedenen Ebenen. Wichtig ist es mir auch, den Blick immer wieder auf die Verwobenheit der Prozesse, der Verschränkung von „Innen“ und „Außen“ zu werfen.

Persönlich bedeutet es für mich auch, die Standbeine meiner therapeutischen Arbeit und eigenen „Therapiegeschichte“ zu verbinden: die Integrative Gestalttherapie als Verfahren, in dem ich mich beheimatet fühle, als auch meine frauenspezifische Herangehensweise, die ihren Ausdruck in Theorie und Praxis findet; ebenso kommt mein analytisches Interesse, speziell im theoretischen Teil, zum Tragen.

So gliedert sich die Arbeit in zwei Abschnitte. Im theoretischen Teil ist für mich, wie bereits erwähnt, die Frage nach möglichen Ursachen für das Nicht-Leben von weiblicher Selbstbehauptung leitend. Nach einer Kä rung des Begriffes Aggression, im besonderen aus gestalttherapeutischer Sicht, wende ich mich zuerst der Frage nach bestimmenden Momenten gesellschaftlicher Bedingungen und weiters der Frage nach zentralen psychischen Faktoren zu.

Im zweiten Teil stelle ich meine therapeutische Arbeit anhand eines Seminars dar. Ich beschreibe sowohl den Rahmen, die Zielsetzungen und mein Angebot, als auch die Konzepte der Integrativen Gestalttherapie, welche ich als unterstützend ansehe in der Arbeit zu weiblicher Aggression. Anschließend folgt die Prozeßbeschreibung eines konkreten Seminars und eine nachfolgende Reflexion und Einschätzung.

I. ZUM VERSTÄNDNIS VON AGGRESSION

1. Einleitung

„Und so läßt sich unter ‘Aggression’ fast alles zusammenfassen: von der spitzen Bemerkung über Wut und Ärger bis hin zu Mord und Totschlag.....auch der ‘Stoff’, aus dem die Aggressionen sind, kann sehr unterschiedlich sein: Impulse und Gefühle, Energien des Organismus, Handlungen, soziale Strukturen und Kriege können gemeint sein, wenn von Aggressionen die Rede ist (Großmaß 1992, S.121).“

Alltagssprachlich betrachtet wird mit Aggression destruktives, schädigendes Verhalten assoziiert und es sind unerwünschte, unangenehme Gefühle damit verbunden. Selbst nach gängigen psychologischen Theorien wird Aggressivität so definiert:

„ Allgemeine und umfassende Bezeichnung für gehäuft auftretendes feindseliges, sich in verbalen oder tätlichen Angriffen äußerndes Verhalten bzw. das Überwiegen feindselig-ablehnender und oppositioneller Einstellungen beim Menschen (Drever und Fröhlich, Wörterbuch zur Psychologie,1979).

Im Gegensatz dazu weitet sich das Verständnis von Aggression sehr bei Betrachtung der etymologischen Wurzel des lateinischen Wortes ‘ad-gredere’: herangehen, sich an jemand oder etwas wenden, angreifen - im Sinne eines aktiven, zielgerichteten Zugehens auf die Welt.

Ich möchte damit verdeutlichen, daß es ‘den’ Aggressionsbegriff oder ein allgemein anerkanntes Verständnis davon nicht gibt. Ebenso groß ist die Bandbreite theoretischer Erklärungsansätze für Aggression - z.B. ob es als Ergebnis von Lernprozessen , als Reaktion auf Frustration, als Ausdruck eines Triebes oder gemäß der neueren empirischen Säuglingsforschung als Ausdruck eines Motivationssystems betrachtet wird (vgl. Kast 1998, Leeb 1996, Musfeld 1997).

Ich möchte in diesem Rahmen den Schwerpunkt auf die Erörterung des gestalttherapeutischen Verständnisses von Aggression legen und in der Folge darstellen, auf welches Aggressionsverständnis ich mich beziehe und welche Bedeutung ich dem beimesse.

2. Zum gestalttherapeutischen Verständnis

2.1. Der Hungerinstinkt

Das Verständnis des Hungerinstinktes diente als Metapher, welche in der Folge die Entwicklung des Kontaktzyklus untermauerte. In seinem frühen Werk betrachtet Perls (1978) Aggression hauptsächlich als eine Funktion des Hungertriebes.

Die Entwicklung des Hungerinstinktes erfolgt in vier Phasen: In der pränatalen findet die Ernährung des Embryos über die Nabelschnur statt. Es folgt die Saugphase, in der der Säugling die Nahrung über die Brust aufnimmt, indem er sich anhängt, saugt und schluckt.

Mit der Entwicklung der ersten Schneidezähne greift der „Beißling“ erste feste Nahrung an, indem er Teile abbeißt und Nahrung, die er nicht will, ausspuckt.

Mit Hilfe der Backenzähne ist es dem „Kauling“ möglich, Nahrungsstücke zu zermahlen, zu zerkauen, bevor er sie schluckt (vgl. Perls 1978).

Je mehr das Beißen gehemmt wird, desto weniger entwickelt ein Kind die Fähigkeit, ein Objekt anzupacken, wenn die Situation es erfordert.

Aggression und die Tendenz zu zerstören, zu zerkauen werden als natürliche Impulse verstanden, die notwendig sind, um sich zu ernähren aber auch um die Welt zu verstehen und zu assimilieren. Die dazu nötigen Werkzeuge sind die Zähne.

Der Umgang mit der Nahrung dient als Metapher dafür, wie jemand an sein Leben herangeht, sich ihm gegenüber verhält.

Bei näherer Betrachtung der verschiedenen Formen der Eßstörungen (Anorexie, Bulimie, Adipositas), läßt sich von einem phänomenologischen Standpunkt aus der Zusammenhang mit dem Beschriebenen beobachten. Ebenso weisen Ausdrücke in umgangssprachlichen Formulierungen wie „eine Beißhemmung haben“, „keinen Biß haben..“ etc. darauf hin.

Aggression wird hier als Lebensäußerung verstanden, als Zugehen auf die Welt und als Anpacken oder - bezogen auf die Nahrungsaufnahme - als Auswählen, Zerstören und Assimilieren.

Die Theorie von der Bedeutung des Hunger-Instinkts, der Parallele zwischen physischem Hunger und dem Hunger nach geistig-seelischer und emotionaler Nahrung bildeten den ersten Baustein auf dem Weg zur Entwicklung des Kontaktmodells oder Gestaltzyklus, wie er

von Perls, Hefferline und Goodman (1951) beschrieben und in der Folge von anderen AutorInnen weiterentwickelt wurde.

2.2. Die Bedeutung der Aggression im Gestaltzyklus

Grundlage bildet ein Phasenmodell, das hilft, die Wechselbeziehungen bzw. den Austauschprozeß zwischen Organismus und Umwelt zu verstehen. Es wird von verschiedenen Autoren auch als das Herzstück der Gestalttherapeutischen Theorie bezeichnet. Zentral ist dabei das Verständnis von Kontakt, als jenem Mittel, durch das der Mensch wächst und sich verändert.

„Der Organismus besteht, indem er das Neue durch Wandel und Wachstum assimiliert...In erster Linie ist Kontakt Bewußtheit des assimilierbaren Neuen und das Verhalten diesem gegenüber; und die Zurückweisung von unassimilierbarem Neuen (Perls et al. 1951, zit. nach Clarkson & Mackewn 1995, S.79).“

Dies bedeutet, jeder Kontaktprozeß hinterläßt ein verändertes Organismus/Umwelt Feld. Der Kontakt führt zu Wandel, erweitert und verändert beim Menschen das Empfinden seiner selbst. Wesentlich dabei ist die Kontaktgrenze. Denn dies ist der „Ort“, der den Menschen von der Umgebung trennt. Andererseits ist sie der Kontaktpunkt mit der Umwelt. An dieser Grenze findet das Handeln in bezug zur Welt statt.

Mir geht es im folgenden darum zu beschreiben, welche Rolle die Aggression in diesem Prozeß, dem Gestaltzyklus, einnimmt.

Nach der Phase des Vorkontakts, in dem die Person ein Bedürfnis erlebt oder durch einen Umweltreiz gestört wird, folgt die Kontaktnahme.

Der Bewußtheit des Bedürfnisses folgen in der Phase der Kontaktnahme Erregung und Aktivierung des Selbst und der Ressourcen, um diesem Bedürfnis nachzugehen z.B. eine einsame Person wird aktiv und versucht, Kontakt aufzunehmen, greift zum Telefon.

Nach Dreitzel (1998) kommt der Aggression in dieser Phase des Prozesses mit ihren drei Funktionen im Sinne von Zupacken, Zerlegen und Beseitigung d.h. in der aktiven Gestaltung und Veränderung der gegebenen Situation große Bedeutung zu.

Wesentlich dabei ist noch, daß diese aggressiven Strebungen auf Veränderung aus sind und mit einem motorischen Ausdruck verbunden sind z.B. ich greife zum Telefon. Dies heißt, mein Körper wird zum Instrument des Umweltkontakts (vgl. Dreitzel 1998).

In der anschließenden Phase des Kontaktvollzugs läßt sich die Person ganz auf das ein, was sie gewählt hat, um ihr Bedürfnis zu stillen (z.B. Treffen und Gespräch mit dem Freund). Dieser folgt der Nachkontakt, das Ruhen und Nachwirken nach der Befriedigung des Bedürfnisses, und dann der Rückzug. Somit kann wieder ein neuer Zyklus beginnen.

Die Wichtigkeit der Aggression liegt in der Phase der Kontaktnahme. Sie ist notwendig, um den Schritt, mit welchem die Erfüllung des Bedürfnisses möglich wird, zu setzen - eine Aktivität zur Gestaltung der Situation. Probleme ergeben sich, wenn die spontanen aggressiven Funktionen im Kontaktprozeß gehemmt sind z.B. die Energie durch Angst blockiert ist und der Mensch nicht zum Tun kommt.

Die Relevanz dieses Verständnisses liegt darin, daß aggressive Strebungen als lebensnotwendig erachtet werden und grundsätzlich als etwas Positives angesehen werden.

3. Zum Stellenwert konstruktiver Aggression

Entsprechend dem gestalttherapeutischen Verständnis betonen noch andere AutorInnen die Bedeutung der konstruktiven Aggression, im Sinne der Selbstbehauptung.

Diese oftmals völlig verschüttete Seite einer konstruktiven Form von Aggressivität als 'Selbstbehauptungswille' oder 'Einsatzbereitschaft für eigene Belange' wieder freizulegen und bewußt zu machen, ist nach Scheffler (1986) eine wesentliche Aufgabe im therapeutischen Prozeß mit Frauen. „ Denn diese 'Kraft' oder dieses Selbstverständnis ist es, was letztendlich Trennung, Loslösung und Verselbständigung und Individualität ermöglicht, ebenso Selbstvertrauen und Selbstachtung (Scheffler 1986,S.34).“

Das Einsetzen für eigene Interessen kann natürlich sowohl ein Zupacken (im Sinne des „ich will“) als auch ein Abgrenzen (im Sinne des „ich will nicht“) beinhalten.

Die zupackende Seite von Aggression ist notwendig, um den Spannungsbogen vom Bedürfnis und Wunsch bis hin zur Befriedigung und Erfüllung des Bedürfnisses halten zu können und aktiv zu werden, wie auch beim Gestaltzyklus beschrieben.

Ebenso wichtig ist die abgrenzende Funktion von Aggression an dem Punkt, wo eigene Wünsche und Bedürfnisse mit den Anliegen anderer kollidieren. Gefühle von Ärger helfen, Schwierigkeiten mit den Grenzen zu bereinigen als auch den Selbstwert bei Erfahrungen von z.B. etwas Beleidigendem zu regulieren (Kast 1998).

Die Fähigkeit zu Abgrenzung, Durchsetzung und Selbstbehauptung ist wesentlich, damit Kontakt möglich ist. Um wirklich bezogen zu sein, muß ich mich auch als getrennt erleben können. Dies ist wichtig, sowohl im Kontaktprozeß, als auch in der Identitätsentwicklung auf dem Weg zu Eigenständigkeit. Bezogen-sein und die Fähigkeit zur Abgrenzung bedingen sich gegenseitig.

Auf den Punkt bringt es für mich nochmals Kast (1994) in der Beschreibung ihrer Definition der schöpferischen, konstruktiven Aggression:

„Aggression heißt für mich

- auf Menschen, Dinge aktiv zugehen (mit dem Ziel, sich zu treffen, allenfalls auch zu verändern). Dazu gehört unter anderem auch die körperliche Bewegung.
- Wünsche, Absichten, Emotionen an den anderen herantragen. Dazu gehört das Nein-Sagen. Jede Emotion hat eine aggressive Komponente, besonders aber natürlich der Ausdruck von Wut und Ärger, wobei auch die körperliche Komponente zu beachten ist (schreien, schlagen, kratzen, beißen....) Aggression sei hier verstanden im Dienste des Abgrenzens und der Absichten meiner Offenlegung und meiner Befindlichkeit.
- Abwehr von destruktiven Impulsen (Kast 1994, S. 78).“
- Erwähnenswert erscheint mir dabei nochmals die Funktion der Aggression, die auch von Lehner (1992) als eine soziale beschrieben ist, d.h. sie ist auf andere oder anderes gerichtet; es wird ihr sowohl eine trennende als auch verbindende Funktion zugeschrieben. Gestalttherapeutisch betrachtet, könnte ich auch sagen, in der Grenzziehung, im Abgrenzen liegt auch das Angebot, die Möglichkeit zum Kontakt. Denn Kontakt findet an der Grenze statt.

Nach der Klärung des Verständnisses von Aggression wende ich mich der Frage nach möglichen Gründen und Erklärungen zu, warum es den Frauen mit der Entfaltung dieses Potentials so schwer ist. Dabei möchte ich sowohl die gesellschaftliche als auch die individuelle Ebene beleuchten.

II. GESELLSCHAFTLICHE BEDINGUNGEN

1. Gesellschaftlicher Rahmen

Eingebettet sind die theoretischen Überlegungen zu weiblicher Aggressivität und ihrer Verhinderung in ein spezifisches Verständnis und in eine Sichtweise der gesellschaftlichen Verhältnisse, die sowohl meine theoretische als auch meine praktische therapeutische Herangehensweise prägen.

Den gesellschaftlichen Rahmen stellt eine patriarchale Gesellschaftsform dar. In der Bestimmung der Begrifflichkeit schließe ich mich Rhode Dachser (1991) an, die als zentrales Kriterium des Patriarchats das hierarchische Geschlechterverhältnis ansieht, das durch ein Machtgefälle zwischen Männer und Frauen charakterisiert ist.

Diese Geschlechterhierarchie zugunsten des Mannes erfaßt alle Bereiche der Gesellschaft und bedeutet um nur einige Beispiele zu nennen: real ungleiche Lebenschancen, ungleiche Bezahlung, den erschwerten Zugang zu Machtpositionen für Frauen, als auch ein männlich dominiertes kulturelles Symbolsystem z.B. Phallus gilt als Symbol für Macht; dieses Symbolsystem ist geeignet, unbewußte Phantasien von der Dominanz des Mannes zu bestätigen. Im Patriarchat definiert der Mann die Frau , nicht umgekehrt (Rhode Dachser 1991).

Weiters erscheint es mir wichtig klarzustellen, was ich meine, wenn in meiner Arbeit von weiblich/männlich die Rede ist. Ich verstehe die in unserer Gesellschaft vorhandenen Unterschiede zwischen Frauen und Männern, jene „typisch“ weiblichen und männlichen Eigenschaften und Verhaltensweisen nicht als Ergebnis der Natur, sondern als soziale Ordnungskategorie (Scheffler 1993). Die Unterschiede sind nicht durch die Natur legitimiert, sondern sozial konstruiert.

Wie umfassend und bestimmend die Geschlechterdifferenz ist, veranschaulicht Scheffler (1993, S.11) nochmals, wenn sie schreibt „....die gesellschaftliche Konstruktion von Weiblichkeit und Männlichkeit, ihre Komplementarität (d.h. das eine ergänzt sich durch das andere) und Asymmetrie (d.h. Weiblichkeit ist Männlichkeit nachgeordnet) in diesem Sinne durchdringt und bestimmt

* die persönliche Ebene von Wahrnehmung, Denken, Fühlen und Handeln

- * die sozialen Erfahrungen und Strukturen
 - * die Symbolik unserer Kultur in Sprache, Medien, Kunst und Institutionen.
- Sie ist allgegenwärtig.“

Weiblichkeit und Männlichkeit werden als soziale, konstruierte Kategorien verstanden, die auch variabel inhaltlich gefüllt werden können. Die zugeschriebenen Geschlechtsrollen beruhen nicht auf einer biologischen Bedingtheit. Die dichotomen Zuschreibungen, z.B. Mann/aggressiv/aktiv und Frau/friedfertig/passiv, entlarven sich so als soziale Konstrukte und nicht als wesensmäßige Eigenschaften.

Diese Verwobenheit zwischen Aggressionsverhalten und -entwicklung und dem gesellschaftlichen Prozeß, der im wesentlichen von einer Geschlechterasymmetrie gekennzeichnet ist, hat Auswirkungen für die Frauen, die es ihnen erschweren, einen Zugang zur konstruktiven Seite der Aggression, zum Bewegen, Anpacken, Gestalten zu finden.

2. Auswirkungen patriarchaler Definitionsmacht

Als Ausdruck der Definitionsmacht des Patriarchats werde ich , daß im Alltagsverständnis die Bedeutungen von Aggression mit Angriff und Gewalt fast identisch geworden sind (vgl. Holderberg/Mielke 1995), während die ursprüngliche Bedeutung im Sinne des Herangehens fast verschwunden scheint.

Der so zurechtgestutzte Begriff geht einher mit einer negativen Bewertung. Sowohl diese als auch das Fehlen eines „Namens“ für die entschwundene Seite erschwert das Aneignen und die Auseinandersetzung mit dem eigenen Aggressionspotential, sowohl im destruktiven als auch im schöpferischen Sinne.

Diese Verdrängung aus der Sprache erschwert es Frauen, eigenes Erleben zu benennen und zu verorten und die eigene Selbstbehauptung in einen positiven Bezugsrahmen zu stellen.

Im therapeutischen Kontext zeigt sich immer wieder die Überraschung bei Klientinnen, wenn sie beginnen, Aggression auch als eine Lebenskraft zu erleben, und die bis dahin gültige Wertung durcheinander gerät.

Wie verankert und weitreichend das „destruktive“ Verständnis von Aggression ist, zeigt sich bei einem Blick in verschiedene Wörterbücher (siehe z.B. Definition Kap. I/1) und spiegelt sich auch in dem in wissenschaftlichen Arbeiten überwiegend verwendeten Aggressionsbegriff wider (Zur Erörterung dessen siehe Leeb 1996, S.12f).

3. Gesellschaftliche Aggressionsstandards

Frauen und Männer sehen sich gesellschaftlich mit einer unterschiedlichen Bewertung ihres aggressiven Verhaltens konfrontiert. Gleiches Verhalten wird geschlechtsabhängig mit unterschiedlichen Reaktionen bedacht.

Einerseits werden sich selbst behauptende Frauen leicht als „zänkisch, launisch, böartig“ oder als „Furien, Mannweiber“ beschrieben, und andererseits werden gewalttätige Frauen als „Hexen, Bestien, teuflisch“ bezeichnet.

Beschreibungen, die mit Wertungen verbunden sind, wie sie für Männer, die ein vergleichbares Verhalten zeigen, nie verwendet und auch nicht geduldet würden.

An diesem Beispiel wird deutlich, wie unterschiedlich die gesellschaftlichen Normen für das Aggressionsverhalten für Männer und Frauen sind. In unserem Kulturkreis existieren je nach Geschlecht und Schicht unterschiedliche gesellschaftliche Aggressionsstandards.

„Sie sind eng mit politischen und wirtschaftlichen Strukturen verwoben und legitimieren bestimmte aggressive Handlungen von bestimmten Personen, in bestimmten Situationen gegenüber bestimmten Personen. Personen sind je nach Geschlecht unterschiedlich dazu berechtigt, sich in bestimmten Situationen, in einer bestimmten Art und Weise aggressiv zu verhalten (Leeb 1996, S.20f).“

Die geschlechterdifferenten Aggressionsstandards werden auf verschiedensten Ebenen sichtbar wie Schule, Erziehung, Medien, Kultur etc. Es wird evident, daß es vor allem für Jungen und Männer vorbildlich, nachahmenswert und erfolgsversprechend ist, direkt aggressiv zu reagieren. Frauen greifen, wie von Björkqvist, Österman & Kaukianen (1992, zit. nach Leeb 1996) nachgewiesen, zum Ausleben der Aggression eher auf indirekte Strategien zurück.

Direkte Aggressionshandlungen bringen für Frauen eher gesellschaftliche Sanktionen als positive Verstärkung mit sich. Dies bedeutet, Frauen haben weniger Chancen, wenn sie sich

selbstbehauptend aggressiv verhalten, in Übereinstimmung mit sozialen Normen und Werten zu handeln.

In diesem Sinne tragen die gesellschaftlichen Aggressionsstandards dazu bei, den Ausdruck von Aggression für Männer zu legitimieren und das bestehende Geschlechterarrangement erneut festzuschreiben und fortzuführen.

4. Die Bedeutung von Weiblichkeitstsentwürfen

In den traditionellen Weiblichkeitstsentwürfen sind aggressive Verhaltensweisen und Gefühle nicht vorgesehen. Das Bild der verstehenden, hingebungsvollen Frau und Mutter prägt das weibliche Geschlechtsrollenstereotyp. Aggressivität findet allenfalls Platz, wenn es um die Verteidigung Dritter (seien es die Kinder oder andere Entrechtete) geht, doch nicht im Einsatz für eigene Belange und Interessen.

Auf diese Weise bleiben sowohl die zupackende Seite der Aggression, als auch die Potentiale von Destruktivität aus den Bildern von Weiblichkeit ausgespart. Aggressivität und weibliche Identität erscheinen als konstruierte, nicht vereinbare Gegensätze.

Frauen mit aggressiven Wünschen und Strebungen können sich im „Außen“, in den angebotenen Bildern nicht wiederfinden. Sie sind nicht repräsentiert.

Die Bedeutung von Weiblichkeitsbildern, die sich natürlich abhängig von der jeweiligen Zeit und den realen Verhältnissen wandeln, liegt also darin, Raum dafür zu eröffnen, die eigenen Erfahrungen, Gefühle und Handlungen einzuordnen, zu verorten und zu benennen. Sie bieten Orientierung und finden ihren Niederschlag in individuellen Selbstentwürfen und im Selbstverständnis und somit im konkreten Tun und Handeln von Frauen (Musfeld 1997).

Wichtig ist mir dabei, daß deutlich wird, daß sowohl herrschende Weiblichkeitsbilder als auch Theorieentwürfe ihre Auswirkungen innerpsychisch, im Selbstbild und im Tun entfalten und sich auch wechselseitig beeinflussen. Gerade diese Verwobenheit und Verschränkung von „Innen“ und „Außen“ machen die Eroberung neuer Räume und Möglichkeiten so schwer.

Interessant und diskussionswürdig finde ich die These von Musfeld (1997), daß nicht nur in traditionellen Weiblichkeitskonzepten, sondern auch in den feministischen Entwürfen, deren Absicht war, aus den eingefahrenen Bahnen der Zuschreibungen herauszutreten, die

Bedeutung der selbstbehauptenden Aggression ignoriert wird. Sie untersucht, in wiefern auch feministische Konzepte das Tugendbild der guten Frau erneuern, und bezieht sich im speziellen auf Nancy Chodorows Modell weiblicher Entwicklung (1985).

„ Die Leerstelle, die durch das Ausgrenzen aggressiver Impulse entsteht, wird mit der Betonung weiblicher Potenzen gefüllt, unter denen die auch in patriarchalen Konzepten favorisierte weibliche Bindungsfähigkeit die wichtigste ist.....wird der Bindungsbegriff zu einem goldenen Käfig, der die eigenen Wünsche nach Autonomie und Selbstbehauptung gefangen hält (Musfeld 1997, S.8/9).“

Beim Blick auf die Entwicklung der Weiblichkeitskonstruktionen läßt sich, grob vereinfachend, folgendes Bild zeichnen: Von Freuds Entwurf der Frau als Mangelwesen zur Gegenbewegung - der Anerkennung der stärkeren Beziehungsorientierung der Frau als Potenz (Chodorow 1985, Gilligan 1982) - wird jetzt die Frage nach dem Verhältnis von Bindung versus Autonomie neu gestellt (Musfeld 1997).

Bei der Aufteilung der Welt in beziehungsfähige Frauen und durchsetzungsfähige Männer wird ein „aggressionsloses“ Weiblichkeitskonstrukt weitergeführt. Daß sich dieses solange hält, läßt vermuten, daß es sich um ein Thema von großer gesellschaftlicher als auch individueller Sprengkraft handelt.

Zusammenfassend möchte ich sagen, daß es mir in diesem Teil darum ging, gesellschaftliche Bedingungen und einige bestimmende Einflußfaktoren für Frauen und ihr Aggressionsverhalten aufzuzeigen. Vom „Außen“ möchte ich nun zum „Innen“ übergehen und mich in der Folge mit der Frage nach der „Mittäterschaft“ (Thürmer-Rohr 1987) von Frauen beschäftigen.

III. PSYCHISCHE FAKTOREN

1. Einleitung

Mein Ausgangspunkt ist, wie bereits dargestellt, daß die Verhinderung weiblicher Selbstbehauptung sowohl einen gesellschaftlichen Hintergrund hat, als auch ein Ergebnis individueller Entwicklung und Sozialisation ist und zentral mit der Geschlechtsidentität verknüpft ist.

„Aggression ist also etwas, was Natur und Kultur ist, und ihre destruktiven und selbsterhaltenden Formen entstehen aus einem Zusammenwirken von menschlicher Bedürfnisstruktur und von Außen aufgezwungener Grenze, die sozial bestimmt, aber individuell durchgesetzt wird, die angemessen oder unangemessen sein kann, und die auf jeden Fall individuell angenommen, verarbeitet und ausgestaltet werden muß (Musfeld 1997, S. 118).“

Zum gesellschaftlichen Hintergrund ist es mir noch wichtig darauf hinzuweisen, daß sich, historisch betrachtet, Stationen der Entmachtung von Frauen beschreiben lassen, die einhergehen mit der Abspaltung offener Aggression z.B. die neuzeitliche Hexenverfolgung, die sich nicht nur gegen weise, heilende Frauen richtete, sondern auch gegen Frauen, die als egoistisch, mächtig, böse, schlagend, begehrend beschrieben wurden.

Ich möchte in diesem Rahmen nicht näher darauf eingehen, dazu wurde bereits viel gearbeitet und geforscht (vgl. Prengel & Wirbel 1986).

Unzureichend ist es, die „Friedfertigkeit“ der Frau, die Einschränkung in weiblichen Selbstentwürfen, nur mit der Begrenzung im „Außen“ zu begründen, sondern zu fragen bleibt auch, wodurch sie im „Innen“ von den Frauen getragen und gestützt wird. Erläutern möchte ich dazu in diesem Rahmen die Bedeutung von Selbstbildern von Frauen und wichtige Stationen in der weiblichen Identitätsentwicklung.

2. Die Selbstbilder von Frauen

Nach Prengel & Wirbel (1986) stellen die Selbstbilder von Unterdrückten eine wesentliche psychische Verarbeitungsform der Unterordnung dar und erfüllen zugleich eine wesentliche

Funktion zur Aufrechterhaltung der Machtverhältnisse. In meinen Ausführungen beziehe ich mich hauptsächlich auf Prengel & Wirbel (1986).

Die Selbstbilder von Frauen sind geprägt von der Vorstellung weiblicher Unschuld und Abhängigkeit. Sie sind tief eingelassen in die Persönlichkeitsstrukturen von Frauen und wirken sowohl individuell im eigenen Selbstbild, als auch kollektiv in den Selbstbildern der Frauenbewegung. Historisch betrachtet fand diese Vorstellung des „Gut und Passiv-Seins“ ihre Ausformung und gesellschaftliche Verankerung im bürgerlichen Frauenbild vor ca. 200 Jahren. Sie können auch als Ausdruck der internalisierten Unterdrückung gesehen werden.

Dem Selbstbild eines Menschen kommt deshalb so große Bedeutung zu, da es zentral ist für das Identitätserleben. Die Identitätsentwicklung vollzieht sich im Zusammenwirken von Identifikation (ich sehe mich selbst) und Identifizierung (ich werde von anderen gesehen)d.h. im Prozeß der Integration von Selbst- und Fremdbilder (Rahm et al.,1993).

Frauen sind gewohnt, eigene Belange hintanzustellen zugunsten von anderen Personen oder auch Ideen, und sich fremden Wünschen und Vorstellungen unterzuordnen. Diese Verzichtleistungen von Frauen garantieren die Position der Unschuld und des Opfers. Moralische Unschuld erscheint als eine Belohnung für tatsächliche Machtlosigkeit, Abhängigkeit und Unterlegenheit. Frauen können sich so in ihrer Selbstaufgabe, in ihrem „Verzicht auf Wut, Wille und Wollust“(Chodorow 1985, S.12) den Männern moralisch überlegen fühlen.

„Die imaginierte moralische Überlegenheit ist besser auszuhalten, als die mit der Erkenntnis der Ohnmacht verbundenen Schmerzen und Kränkungen (Prengel & Wirbel 1986, S.70).“

Um dieses Selbstverständnis aufrechtzuerhalten, ist es notwendig, die eigene Aggressivität abzuspalten. Und so kehrt der Selbstbehauptungswille, nun in Übereinstimmung mit der Unschuldsmoral, in verändertem Gewand wieder.

Einige dieser Strategien, die auch als „Listen und Fallen der Ohnmacht“ (Heintz & Honegger 1984, zit. nach Scheffler 1993, S.12) zu verstehen sind, seien im folgenden benannt:

- Selbstzerstörung durch Autoaggression, Selbstentwertung und Selbsthaß, die ihren Ausdruck in zahlreichen psychosomatischen Störungen und der Erkrankung der Depression finden.
- Überfürsorglichkeit z.B. als Versuch unbewußte Aggression gut zu machen
- Manipulation durch Schuldgefühle, demonstrierte Ohnmacht und Hilflosigkeit

- Aufwertung des eigenen, entwerteten Selbst durch Teilhabe an der Macht von Männern oder über Identifikation mit Männern
- Selbstentwertung bedeutet zugleich unbewußte Frauenfeindlichkeit, eigene Inferioritätsgefühle werden auf die andere projiziert
- Frauen üben die „kleine Rache“ (Richter 1991, S.36), die oft auch heimlich stattfindet. Sie halten zurück, was sie denken, fühlen und wissen, vermeiden es Stellung zu beziehen, zeigen kein Interesse, verweigern Unterstützung.....etc.

Getragen wird dieses Verhalten von der Angst, andere zu verletzen, von Schuldgefühlen und der Angst vor trennender Konfrontation. Die Aufrechterhaltung des Bildes der weiblichen Unschuld wird bezahlt mit dem Preis, die eigene Selbstachtung und das Selbstwertgefühl zu unterlaufen.

Eine Veränderung dieses Selbstbildes würde bedeuten, sich als aktiv handelnde Frau, als Gestaltende zu begreifen und das „Risiko des Alleinseins, der Selbstverantwortung und des Sich-schuldig-machens“ (Prenzel & Wirbel 1986, S.71) einzugehen.

Ausgehend von diesem Hintergrund läßt sich für die therapeutische Praxis als wichtiges Ziel eine Veränderung des eigenen Selbstverständnisses als eine mögliche Zugangsweise zum Thema weibliche Aggression begreifen.

Um den Blick nun verstärkt auf das innerpsychische Erleben zu richten, möchte ich mich in der Folge noch mit Momenten weiblicher Identitätsentwicklung beschäftigen, die wichtig erscheinen für die weibliche Aggressionsentwicklung. Dabei beziehe ich mich hauptsächlich auf neue Ansätze feministisch orientierter Psychoanalytikerinnen.

3. Momente weiblicher Identitätsentwicklung

Um die innerpsychische Dynamik zu verstehen, welche für die Entwicklung von weiblichen aggressiven Strebungen und von Durchsetzungsvermögen bedeutsam sind, wende ich mich nun den frühen Mutter-Tochter Konflikten aus der Sichtweise der psychoanalytischen Entwicklungstheorie zu. Leitend ist dabei für mich die Frage, welche Konfliktkonstellationen im Prozeß der Loslösung und Individuation des Mädchens wichtig sind für die Entwicklung von Selbstbehauptung und Autonomie.

Da eine umfassende Darstellung den Rahmen sprengen würde, greife ich dabei nur einige, mir wesentlich erscheinende Aspekte heraus.

3.1. „Aggression ist ‘der Motor jeder Bewegung, aller Aktivitäten... und letzten Endes Antrieb für das Leben selbst’..“ (Spitz 1965, zit. n. Hommerich & Scheffler 1986, S.62)

Über geschlechtsspezifische Unterschiede in der Interaktion zwischen Eltern und Kind während der ersten Entwicklungsphase gibt es wenig Forschungen. Anzunehmen ist aber, daß die Zuordnung des Neugeborenen zum einen oder zum anderen Geschlecht, sowohl die Geschlechtsstereotype, als auch bewußte und unbewußte Erwartungen bei den Eltern aktualisiert. Dies führt zu unterschiedlichen Pflegeleistungen und zu unterschiedlichem Alltagsverhalten und damit zu unterschiedlichen Erfahrungen bei weiblichen und männlichen Säuglingen (vgl. Mertens 1997).

In der Interaktion zwischen Mutter und Tochter werden die Mädchen z.B. beim Stillen in ihrem Rhythmus und ihrer Motorik eher eingeschränkt und das Wilde, Eigene und lustbetonte Moment beim Saugen eher reglementiert (vgl. Musfeld 1997).

Die ursprüngliche Aggression, die sich in der Folge verstärkt in der Saug- und Beißlust äußert, kann wesentlich dazu beitragen, das Vertrauen in die Welt und in die eigenen Fähigkeiten zu entwickeln, wenn die Mutter einen „Angriff des Säuglings“ überlebt.

Für weibliche Säuglinge scheint es eher, als ob sich die Angst einprägen würde, mit ihrer wilden Aktivität den Zorn oder den Verlust der Mutter heraufzubeschwören. So scheint für das Mädchen die Erfahrung eigener Aktivität und eigenen Begehrens eher durch Reglementierung von außen gebrochen. Eigene Impulse werden überdeckt und gehemmt. Gleichzeitig läßt sich vermuten, daß es aufgrund der frustrierenden Erfahrungen zum Erleben neuerlicher Aggression kommt, deren Ausdruck noch mehr sanktioniert wird (vgl. Musfeld 1997).

Belotti meint, daß sich als indirekter Widerstand körperliche Störungen bei der Nahrungsaufnahme, Verdauung etc. herausbilden könnten (Belotti 1973, zit. nach Musfeld 1997).

Wenn Aggression sich beim Mädchen weniger ausprägen kann, bedeutet das, daß sein Bewältigungswille als Voraussetzung zur Verselbständigung geringer ist. Denn es bringt eine Einschränkung sowohl der Erfahrungsmöglichkeiten, als auch der Entfaltungsmöglichkeiten autonomer Bewältigungsstrategien des Mädchens mit sich. Dies führt zu einem unsicheren

Selbstgefühl, was abermals die Entwicklung von Eigenständigkeit erschwert (vgl. Hommerich & Scheffler 1986). So geht das Mädchen in die nächste Entwicklungsphase.

3.2. Der Kampf zwischen Bindung und Autonomie

Die Phase der Wiederannäherung (zw. 15.-24. Monat) ist deshalb so bedeutsam, da zu diesem Zeitpunkt für das Mädchen verschiedene Strebungen nach Selbstbehauptung und Selbständigkeit zusammentreffen:

- Entdecken des Geschlechtsunterschiedes, Experimentieren mit dem Körper und den eigenen Lustmöglichkeiten
- Einsetzende anale Phase mit den Themen Festhalten, Loslassen, Durchsetzen
- Versuche, eigene Wünsche durchzusetzen, unterstützt durch den Erwerb des Neinsagen-könnens und der Erweiterung der Bewegungsmöglichkeiten durch das Gehen-können

Das Erproben der eigenen Fähigkeiten führt dazu, daß das Gefühl der Getrenntheit von der Mutter steigt. Zugleich bringt es das Erleben der eigenen Ohnmacht und Abhängigkeit mit sich d.h. das Mädchen erlebt, daß sie die Mutter nicht allmächtig im Sinne der Bedürfnisbefriedigung steuern kann.

Der Verlust der Allmacht könnte ausgeglichen werden mit dem Erlebnis des eigenen Selbst und eines von der Mutter getrennten Willen. Das Mädchen gerät in den Konflikt zwischen aggressiver Abgrenzung, die eigene Kompetenz zu erproben bzw. zu erweitern, und dem Wunsch nach Bindung und Anlehnung. Diese Spannung zwischen dem Wunsch nach Selbstbehauptung und der Angst vor der Trennung stellt eine Gratwanderung dar (vgl. Musfeld 1997, Benjamin 1993).

Trennungsängste und ein unsicheres Selbstgefühl beim Mädchen gefährden die Verselbstständigung. Eine mögliche Lösung wäre, daß das Mädchen sich auch aggressiv abwenden darf, ohne die Mutter real oder als emotionale Stütze zu verlieren bzw. im Inneren des Mädchens die guten Gefühle zur Mutter nicht von der Wut gefressen werden.

Es stellt sich natürlich die Frage, wie denn das Mädchen zu einem sicheren Selbstgefühl kommen kann? Für das Mädchen ist es wichtig, eine Stabilisierung von außen zu erfahren, d.h. von der Mutter, die ihre Tochter sowohl in der Ähnlichkeit als auch in der Abgetrenntheit und Besonderheit spiegelt und die Wertschätzung und das Begehren des eigenen Geschlechts bestätigt und erlaubt.

Denn um es nochmals zu verdeutlichen, besteht der Konflikt für das Mädchen zwischen dem Bedürfnis, sich von der Mutter zu entfernen, sich von ihr zu unterscheiden, und der Notwendigkeit, indem sie ihr eigenes Geschlecht erkennt, sich mit der Mutter zu identifizieren.

Nach Musfeld (1997) wird hier das Dilemma deutlich: „Wie kann es Frauen gelingen, die vielleicht nie diese Selbstwertschätzung der eigenen Potenz und den Genuß eigener Lust entwickelt haben, weil sie ihnen verweigert wurde, diese Entwicklung bei ihren Töchtern zuzulassen und zu fördern (S.219)?“

Dies betrifft auch das Erleben des eigenen Körpers, die Erlaubnis, das eigene Geschlecht zu erforschen und es „als wertvolles Eigenes zu betrachten, welches die Autonomie auch gegenüber der Mutter sichert (Musfeld 1997, S.222).“ Denn das Ausbilden von Kraft, Selbständigkeit und Sexualität hängt zusammen mit dem Recht auf Autonomie und selbstbehauptender Aggression.

Nach Hommerich & Scheffler (1986) führen die Sozialisationserfahrungen des Mädchens, das weder genügend Empathie noch genügend Möglichkeit zur Verselbständigung und zum Ausdruck ihrer Aggressivität hatte, zur Abspaltung der Aggression als trennender Kraft. Nach Musfeld (1997) mischen sich im inneren Bild des Mädchens zur Abgrenzungsaggression noch die Wut- und Haßgefühle, die reaktiv, z.B. durch Einschränkung der Lust oder Autonomiewünsche, entstehen. Auch ihre These ist, daß dies zu einer Abspaltung und Verdrängung der eigenen aggressiven Strebungen führt. Das Ausmaß der eigenen Aggression kann nicht mehr im Dialog mit der Realität überprüft werden. Sie bleibt fremd und bedrohlich, erscheint ganz dramatisch und bleibt in ihrer archaischen Form erhalten.

In therapeutischen Gesprächen beschreiben Frauen ihren Zorn als überwältigend, vernichtend, zerstörerisch und unbekannt.

Es besteht die Gefahr, daß der eigene Selbstentwurf von einer Spaltung bestimmt wird, nämlich zwischen dem Ideal der mütterlichen Nachgiebigkeit und dem Bild der triebhaften, bösen Frau - eine Spaltung, die sich im „Außen“ in den geteilten Frauenbildern von Mutter und Hure, Jungfrau Maria und Eva wiederfindet.

Dies macht wohl deutlich, warum Frauen wenig bis kaum Erfahrung haben im Ausdruck selbstbehauptender Aggression.

In diesem Prozeß der Loslösung des Mädchens vermischen sich Verlusterfahrungen (es hat nur ein Geschlecht), Kränkungen in der Wertschätzung des eigenen Geschlechts und

Einschränkungen in der Entfaltung seiner Eigenständigkeit, die doch als Kompensation für die erlittenen Kränkungen dienen könnte.

„Das Ergebnis nicht gelungener Ablösung ist ein unklar abgegrenztes Selbstbild und häufig eine ausgeprägte Selbstwertproblematik. Unbewußt herrscht die Vorstellung vor, nicht getrennt und unabhängig von anderen entsprechend den eigenen Bedürfnissen und Fähigkeiten leben zu können.....wird Angst vor Liebesverlust zu einem mächtigen Verhaltensregulator für Frauen. Verlust der Wertschätzung und Liebe eines anderen birgt unter der Bedingung der unklaren Trennung von Selbst- und Objektrepräsentanz immer auch die Gefahr des Selbstverlustes mit sich (Hommerich & Scheffler 1986, S.64/65).“

Auf dem Hintergrund der abgespaltenen Aggression wird es verständlich, warum Bindung und Autonomie für viele Frauen als Gegensätze erscheinen, welche sich, wie bereits erörtert, in gesellschaftlichen Bildern und Weiblichkeitsentwürfen wiederfinden. Offen bleibt, wie die Identitätsentwicklung sich über die Lebensspanne hinweg weiter ausformt und ausgestaltet.

Die Schwierigkeit jedoch ist, daß die Anerkennung eines anderen Menschen, als auch der eigenen Wünsche nicht ohne Selbstbehauptung und Aggression möglich ist. Ziel wäre es, Autonomie und Bindung, Selbstbehauptung und Bezogenheit als zusammengehörende Momente eines Prozesses zu sehen und leben zu können.

4. Abschließend

In diesem ersten Teil der Arbeit ging es darum, aufzuzeigen, in welchem gesellschaftlichen Rahmen und auf welchem Sozialisationshintergrund die Entwicklung und Ausgestaltung weiblicher Aggression im Sinne der Selbstbehauptung stattfindet.

Mein Ziel war, einen theoretischen Hintergrund zu schaffen, um die Schwierigkeiten, die Frauen im Ausdruck ihrer Aggression haben, ein Stück weit besser zu verstehen und erklären zu können und gleichzeitig das dahinterliegende Potential für individuelle Entwicklung, Selbstvertrauen und Selbstachtung deutlich zu machen.

Ebenso war es mir wichtig, die Verschränkung von Gesellschaftlichem und Individuellem immer wieder aufzuzeigen.

Ich sehe die Auseinandersetzung mit weiblicher Aggression und Selbstbehauptung als einen wichtigen Inhalt frauenspezifischer Therapie, und möchte nun im zweiten Teil meine

therapeutische Arbeit anhand eines konkreten, von mir geleiteten Seminars für Frauen zu diesem Thema darstellen.

LITERATURVERZEICHNIS

Benjamin, J. (1990/1993). Die Fesseln der Liebe. Psychoanalyse, Feminismus und das Problem der Macht. Frankfurt: Fischer Taschenbuch Verlag

Clarkson, P., Mackewn, J. (1995). Frederick S. Perls und die Gestalttherapie. Köln: Edition Humanistische Psychologie

Chodorow, N. (1978/1985). Das Erbe der Mütter. Psychoanalyse und Soziologie der Geschlechter. München: Verlag Frauenoffensive

Dreitzel, H.P. (1992/1998). Emotionales Gewahrsein. Psychologische und gesellschaftliche Perspektiven in der Gestalttherapie. München: Deutscher Taschenbuch Verlag

Freytag, G. (1991). Der weibliche Körper. In Bilden, H. (Hrsg.), Das Frauentherapie Handbuch (S. 72-80). München: Verlag Frauenoffensive

Fröhlich, W. D., Drever, J. (1978). Wörterbuch zur Psychologie. München: Deutscher Taschenbuch Verlag

Fuhr, R., Gremmler-Fuhr, M. (1995). Gestalt-Ansatz. Grundkonzepte und -modelle aus neuer Perspektive. Köln: Edition Humanistische Psychologie

Gilligan, C. (1982). Die andere Stimme. Lebenskonflikte und Moral der Frau. München: Deutscher Taschenbuch Verlag

Großmaß, R. (1992). Starke Frauen, zänkische Weiber oder friedliche Urmütter? Zum Verhältnis von Aggression und Weiblichkeit. In Camenzind, E., Knüsel, K. (Hrsg.), Starke Frauen, zänkische Weiber? Frauen und Aggression (S. 119-133). Zürich: Kreuz Verlag

Hamburger Arbeitskreis für Psychoanalyse und Feminismus (Hrsg.)(1995). Evas Biss. Weibliche Aggressivität und ihre Wirklichkeiten. Freiburg (Breisgau): Kore Verlag

Holderberg, A., Mielke, E. (1995). Schlaglichter. Weibliche Aggressivität-männliche Zuschreibungen-weibliche Identifikation. In Hamburger Arbeitskreis für Psychoanalyse und Feminismus (Hrsg.), Evas Biss, Weibliche Aggressivität und ihre Wirklichkeiten (S.15-45). Freiburg (Breisgau): Kore Verlag

Hommerich, U., Scheffler, S. (1986). Weichenstellungen in der Entwicklung weiblicher Identität in ihrer Beziehung zur gesellschaftlichen Notwendigkeit. In Sozialwissenschaftliche Forschung & Praxis e.V. (Hrsg.), Beiträge zur feministischen Theorie und Praxis, Neue Heimat Therapie (S. 59-69). Heft 17, Köln

Kast, V. (1994). Sich einlassen und loslassen. Neue Lebensmöglichkeiten bei Trauer und Trennung. Freiburg, Basel, Wien: Herder Verlag

Kast, V. (1998). Vom Sinn des Ärgers. Anreiz zu Selbstbehauptung und Selbstentfaltung. Stuttgart: Kreuz Verlag

Leeb, C. (1996). Die Zerstörung des Mythos von der 'friedfertigen' Frau. Eine Forschungsstudie über den Einfluß von Frauengruppen auf das direkte weibliche Aggressionsverhalten. Unveröff. Dipl.Arb., Universität Wien

Lehner, K. (1992). Die Entwicklungslinie der Aggression aus affekttheoretischer Sicht. In Camenzind, E., Knüsel, K. (Hrsg.), Starke Frauen, Zänkerische Weiber? Frauen und Aggression (S.135-152), Zürich: Kreuz Verlag

Mangelsdorf, A. (1991). Gestalttherapie/Integrative Therapie. In Bilden, H. (Hrsg.), Das Frauentherapie Handbuch (S.182-191). München: Verlag Frauenoffensive

Mertens, W. (1992/1997). Entwicklung der Psychosexualität und der Geschlechtsidentität. Bd. 1, Geburt bis 4. Lebensjahr. Stuttgart, Berlin, Köln: Kohlhammer

Musfeld, T. (1997). Im Schatten der Weiblichkeit. Über die Fesselung weiblicher Kraft und Potenz durch das Tabu der Aggression. Tübingen: Ed. Diskord

Orth, I., Petzold, H.G. (1993). Zur „Anthropologie des schöpferischen Menschen“. In Petzold, H. G., Sieper, J. (Hrsg.), Integration und Kreation (S.93 - 117). Paderborn: Junfermann

Perls, F. S. (1978). Das Ich, der Hunger und die Aggression. Die Anfänge der Gestalttherapie. Stuttgart: Klett-Cotta

Perls, F. S., Hefferline, R. F., Goodman, P. (1951/1979). Gestalttherapie: Grundlagen. Stuttgart: Klett-Cotta

Petzold, H. G. (1988). Integrative Bewegungs- und Leibtherapie. Ein ganzheitlicher Weg leibbezogener Psychotherapie. Bd. I/1. Paderborn: Junfermann

Prenzel, A. (1985). Raum schaffen, in dem weibliche Imagination entstehen kann. Gestalttherapie als Mikropolitik der Frauen. In Frühmann, R. (Hrsg.), Frauen und Therapie (S.103-123). Paderborn: Junfermann

Prenzel, A., Wirbel, U. (1986). Abschied von der Abhängigkeit. Zur historischen und biographischen Entmachtung der Frauen. In Sozialwissenschaftliche Forschung & Praxis für Frauen e.V. (Hrsg.), Beiträge zur feministischen Theorie und Praxis, Neue Heimat Therapie (S.69-83). Heft 17, Köln

Rahm, R., Otte, H., Bosse, S., Ruhe-Hollenbach, H. (1993). Einführung in die Integrative Therapie. Grundlagen und Praxis. Paderborn: Junfermann

Rhode-Dachser, Ch. (1991). Expedition in den dunklen Kontinent. Weiblichkeit im Diskurs der Psychoanalyse. Berlin, Heidelberg, New York: Springer Verlag

Rhode-Dachser, Ch., Menge-Herrmann, K. (1995). Weibliche Aggression aus psychoanalytischer Sicht. In Hamburger Arbeitskreis für Psychoanalyse und Feminismus (Hrsg.), Evas Biss, Weibliche Aggressivität und ihre Wirklichkeiten (S.73-96). Freiburg (Breisgau): Kore Verlag

Richter, U. (1991). Die Rache der Frauen. Formen weiblicher Selbstbehauptung. Stuttgart: Kreuz Verlag

Scheffler, S. (1986). Feministische Therapie. In Sozialwissenschaftliche Forschung & Praxis für Frauen e.V. (Hrsg.), Beiträge zur feministischen Theorie und Praxis, Neue Heimat Therapie (S.25 - 41). Heft 17, Köln

Scheffler, S. (1993). Über Frauen, ihre Selbstbehauptung und Aggression oder „die Listen und Fallen der Ohnmacht“. In Dohnal, J. (Hrsg.), Im Namen der Liebe (S.11-15). Bundesländertagung Innsbruck 8.3.1993

Thürmer-Rohr, Ch. (1987). Vagabundinnen. Feministische Essays. Berlin: Orlanda Frauenverlag