

"Frauen müssen sich selbst helfen und organisieren!"

Christa Zettinig vom Frauen-Info-Point Hermagor sprach mit der WOCHÉ-Gailtal über die Situation der Frauen.



Ist beim Frauen-Info-Point Hermagor
Ansprechpartnerin für die Frauen im Bezirk Hermagor:
Christa Zettinig

Die Psychotheapeutin Christa Zettinig ist Beraterin für Frauen beim Frauen-Info-Point Hermagor. Im WOCHÉ-Interview sprach sie mit uns, welche Probleme und Sorgen Frauen heutzutage belasten, in welchen Fällen das schöne Geschlecht tappt, wo es Verbesserungsbedarf gibt, warum sich Frauen alleine arrangieren müssen, warum Stutenbissigkeit nicht weiterbringt und was Frauen von den Männern noch lernen können.

WOCHÉ: Frau Zettinig, mit welchen Problemen wenden sich die Frauen aus dem Bezirk Hermagor zu Ihnen in die Beratungsstelle?

Zettinig: Vor allem sind das Frauen, die traumatische Erlebnisse erfahren haben. Konkret geht es da um sexuellen Missbrauch, Gewalt, oder auch Verwahrlosung in der Kindheit. Es suchen auch viele Frauen Hilfe bei uns, die unter Burnout und Depressionen oder Ängsten leiden. Ein großer Bereich betrifft auch Beziehungsprobleme.

WOCHÉ: Worauf ist das zurückzuführen, dass viele Frauen so stark davon betroffen sind?

Zettinig: Frauen sind oft festgefahren in alten Rollen und Verhaltensmuster. Da kommen viele schwer raus. Junge Frauen brechen aus diesen alten Mustern leichter aus, sie sind schneller, was den Veränderungsprozess betrifft. Frauen mittleren Alters brauchen da viel länger. Bei den Mittvierzigern und älter braucht der Selbstfindungsprozess länger.

WOCHÉ: Hat das auch mit einer Veränderung des Erziehungsstils zu tun?

Zettinig: Auf jeden Fall. Die jungen Mädchen und Frauen von Heute sind selbstbewusster erzogen worden. Man kann jetzt die Auswirkungen feststellen. Junge sind mutiger, gehen ihren eigenen Weg. Sie setzen sich durch und sagen im Vergleich zur älteren Frauen-Generation schneller Stop! So will ich nicht weiter!

WOCHÉ: Wie sieht es mit den Rahmenbedingungen für die Frauen im Bezirk aus? Hat sich da was verändert?

Zettinig: Nein. Von politischer Seite z. B. hat sich nichts geändert. Weder was die Kindererziehung, Betreuungseinrichtungen, noch die Gleichstellung im Beruf betrifft. Noch immer lasten 80 Prozent auf den Frauen- sei es Kindererziehung, Haushalt, Karriere usw. Dazu übernehmen Frauen häufig noch den größeren Part in der Partnerschaft. Frauen decken heute alle diese Bereiche ab – und das fällt ihnen dann wieder auf den Kopf zurück.

WOCHE: Wo sehen Sie da die Männer verankert? Haben Sie da nicht auch ihren Teil beizutragen?

Zettinig: Es gibt mittlerweile so viele Projekte, wo man versucht hat, die Männer dahingehend zu „domestizieren“. Egal ob dies Kampagnen wie „Halbe Halbe im Haushalt oder „Echte Männer gehen in Karenz“ sind. Die Erfolgsquote ist verschwindend gering. Aus meiner Erfahrung kann ich sagen, sich auf die Männer zu verlassen, funktioniert nur begrenzt. Das geht nur wenn der Mann mitmacht. Ist das nicht der Fall, soll Frau das lassen. Ich bin auch der Meinung, es hat wenig Sinn, einen Mann ändern zu wollen. Das kostet mehr Energie, mit dem Partner darüber zu streiten als eigenständig eine Lösung herbeizuholen.

WOCHE: Worauf führen Sie das zurück? Haben die Männer mit der „Entwicklung der Frauen“ nicht nachgezogen?

Zettinig: Für die Männer gab es keine Veranlassung. Solange die Frauen eh alles tun. Es wird noch lange dauern, bis sich da Mann und Frau auf einer Ebene treffen.

WOCHE: Wie hilft man sich als Frau dann? Wie kriegen Frauen dennoch alles gebacken: Kinder Karriere und Kuchen?

Zettinig: Indem wir uns vernetzen, uns selbst arrangieren. Sei es mit Netzwerken an Freunden, Familie, Bekannten. Frauen müssen sich mehr austauschen und sich gegenseitig bestärken und helfen.

WOCHE: Was speziell „kreiden“ sie an? Und was können Frauen noch besser machen?

Zettinig: Ich denke da z.B. an die Karriere. Anstatt sich gegenseitig zu helfen, herrscht bei Frauen Konkurrenzkampf. Wir können da noch viel von den Männern lernen. Sie pushen sich gegenseitig hoch. Frauen behindern sich auf dem Weg nach oben. Wichtig ist, dass Frauen lernen, dass sie sich Konfrontationen stellen müssen und sollen - aber auch, dass sie voneinander lernen und profitieren können. Konkurrenz, Neid, angegriffen werden, davor haben Frauen Angst. Wir können da ruhig mal unser „Harmoniebedürfnis“ hinten an stellen.

WOCHE: Was bedarf es Ihrer Meinung dazu?

Zettinig: Dafür braucht es Mut und Selbstbewusstsein und die Bereitschaft, Neuland zu betreten. Es ist leichter, nach dem alten Schema weiterzumachen, als etwas Neues auszuprobieren! Oft fehlt Frauen der Mut. Da sollten wir mehr experimentierfreudiger sein. Was ich auch stark beobachten kann: Frauen fallen gerne wieder in die alten Muster. Auch junge. Sobald sie in einer Partnerschaft sind, sind sie wieder in ihren traditionellen Rollen gefangen. Das zu erkennen ist wichtig. Wenn ich nicht ständig darauf achte, welche Mächte auf mich einwirken, kann ich auch nicht handeln.

WOCHE: Können Sie einen Unterschied der Frauen hier im ländlichen Bereich zu jenen in der Stadt feststellen? Hat die Demografie einen Einfluss auf die Frauen?

Zettinig: Ja schon. Was mir hier auffällt: Die Frauen aus dem Bezirk sind sehr geerdet, realistisch, selbstbewusst und handlungsfähig – das ist sehr positiv. Dieses „starke“ ist gut, da es den Frauen bei ihren Entscheidungen hilft. Aber auch das weiche, fließende, das hingebungsvolle, empfangende gehört noch etwas gestärkt. Diese beiden Seiten sollten im Gleichgewicht sein.

Von Iris Langegger

Zur Person

Name: Christa Zettinig

Alter: 52 Jahre

Familienstand: geschieden, zwei erwachsene Söhne.

Wohnort: Villach

Ausbildung: Studium für Pädagogik und bild.wiss. Psychologie und Psychotherapieausbildung (Klientenzentrierte Psychotherapie), Ausbildungen in Focusing und Energiearbeit

Die Psychotherapeutin ist bei der Frauenberatung Villach und als Beraterin beim Frauen-Info-Point Hermagor tätig.

Frauen-Info-Point Hermagor: Ansprechpartner ist Geschäftsführerin und Psychotherapeutin Mag. Christa Zettinig.

Zur Sache: Frauen-Info-Point Hermagor

Seit Jänner 2011 unterstützt der Verein Frauenberatung Villach in Hermagor Frauen und Mädchen bei der Lösung individueller Probleme mit folgendem Angebot: Information, Beratung, Psychotherapie. Das Angebot beim Info-Point ist kostenlos und findet unter Anonymität und Vertraulichkeit statt.

Die Leistungen der Frauenberatungsstellen reichen von juristischer Beratung, Ehe- und Familienberatung bis hin zu SchuldnerInnenberatung und Psychotherapie. Finanziert werden die Institutionen durch das Land Kärnten, AMS, GKK, das Bundesministerium für Familien, das Frauenministerium und teilweise durch die Städte (wie im Fall von Villach).