



Schätzt die Natur, die Bewegung und die Stille: Sieglinde Kliemen.

Bild: Irene Ehret

Sieglinde Kliemen ist die Gründerin des Männerhauses in Bern. Sie befasst sich seit Jahren mit der Psyche des Menschen und begleitet Einzelpersonen und Paare, deren Leben aus den Fugen geraten sind. Doch was sind die Fugen und wer gibt vor, was Normalität ist? Welche Erfahrungen hat Sieglinde nach den ersten drei Jahren Männerhaus gemacht und welche Geschichten haben sie glücklich gemacht?

**Dein Leben klingt vielschichtig und spannend! Empfindest du es auch so?**

## ZUR PERSON

Sieglinde Kliemen wuchs in Rumänien auf als Teil der deutschen Minderheit in Siebenbürgen. Nach dem Zerfall der kommunistischen Strukturen wanderte sie nach Deutschland aus. Fünfzehn Jahre später führte sie ihr Lebensweg in die Schweiz. Man könnte ihre Art als pragmatisch bezeichnen. Ihre Mutter würde sie wohl eigensinnig nennen. Sie tut immer das, was gerade ansteht. Schritt für Schritt ohne grosse Pläne. Dabei leitete sie vierzehn Jahre lang technische Projekte in der Informatik. Auch damals stand für sie der Mensch im Mittelpunkt ihres Handelns. In der Familie, in Projekten und Organisationen geht es sowohl um den Einzelnen als auch um das Miteinander. Sie schätzt die Natur, die Bewegung und die Stille. So lebte sie zehn Jahre in einem Wohnwagen. «Wir müssen uns wieder mit der Natur verbinden, unser Leben entschleunigen und unsere natürlichen Lebensräume erhalten», sagt sie. «Wir brauchen gegenüber unserer Umwelt mehr Achtsamkeit und weniger Gewalt.» Sie sieht die Zukunft nicht in der Technisierung und Industrialisierung unseres Lebens, sondern in einem humanistischen und naturverbundenen Weg.

Da muss ich lachen. Ja, Langeweile hatte ich noch nie.

**Wie kamst du zum Männer-/Väterhaus bzw. dem Verein «ZwüscheHalt» – oder wie kam beides zu dir?**

Ich wollte etwas für Menschen in Not tun, welche durch das Raster des Systems fallen. Irgendwann, mehr zufällig, stiess ich auf das Thema häusliche Gewalt gegen Männer. Ich recherchierte und im Rahmen der Bedarfsklärung stiess ich auf den Verein «ZwüscheHalt».

**Was hat dich am Thema Männer in Not interessiert?**

Dass sie in unserer Gesellschaft nicht gesehen werden. Ihre Not wird nicht anerkannt oder schulterzuckend ignoriert. Männer werden als Täter stigmatisiert. Das trifft sie doppelt. Wir haben ein Bild von einem starken, aggressiven Mann und einer schwachen, wehrlosen Frau. Das macht es für die Betroffenen noch schwerer, sich Hilfe zu holen.

**Wie erlebst du das Männerhaus heute, nach drei Jahren? Die Bewohner, die Kinder, den gemeinsamen Umgang?**

Wir haben viel gelernt und uns stetig weiterentwickelt. Die Männer sind sehr dankbar, schätzen die Ruhe, die professionelle, unkomplizierte Hilfe und den wohlwollenden Umgang miteinander. Die Kinder fühlen sich sehr schnell wohl und heimisch. Sie kommen immer wieder gerne zu Besuch.

**Gibt es eine besonders schöne Geschichte im Zusammenhang mit deiner Arbeit zu erzählen?**

Die schönen Geschichten sind die, wenn ich sehe, wie die Väter und Kinder zur Ruhe kommen und sich wieder entspannen können, weil die Last und Angst von ihnen fällt. Wenn die Kinder von einem Tag auf den anderen nicht mehr ins Bett nässen und plötzlich singen statt schreien, weil der Stress weg ist. Das ist Freude.

**Wie verändert erlebst du die Psyche nach einem gewaltvollen Übergriff?**

Wenn die Männer zu uns kommen, sind sie schon sehr lange im Dauerstress, mitten im Burnout. Die Psyche ist müde. Bei uns können sie seit Langem mal wieder durchatmen und loslassen.

**Wie kann es so weit kommen, dass eine Frau ihrem Mann/ihren Kindern mit Gewalt begegnet?**

Gewalt ist menschlich. Es ist eine erlernte Strategie, um Konflikte zu lösen, den eigenen Willen durchzusetzen oder einfach aus der situativen oder permanenten Überforderung heraus zu reagieren. Mit Gewalt und Gewaltandrohung kann man Menschen kontrollieren und dominieren. Es gibt genug Gründe für Gewalt, wenn diese eine Option ist.

**Haben wir ein falsches Bild, was die Gewaltbereitschaft der Geschlechter angeht?**

Ja und nein. Wenn ich die öffentliche Meinung anschau, ist es klar: Der Mann ist der Täter und die Frau das Opfer. Wenn wir die Studien und Statistiken mit der feministischen Brille betrachten, wird dies bestätigt. Da-

**«Wir sind ständig in Konkurrenz, wollen uns durchsetzen und beweisen. Wir haben Erwartungen an uns und andere.»**

bei gibt es schon lange klare Studien darüber, dass wir Frauen genauso gewalttätig sind wie die Männer. Aus der Opfer-Täter-Dynamik in Konflikten wissen wir, dass sich die Rollen ständig abwechseln. Wir wissen aus der Psychologie und Psychoanalyse, dass jeder Täter und jede Täterin mal Opfer war. Und trotzdem wollen wir Frauen die Opferrolle nicht loslassen. Die polarisierende Sichtweise wirkt eigentlich eskalierend. Eine systemische Sichtweise, so wie wir sie im «ZüscheHalt» leben, konzentriert sich auf Verhaltensmuster und Dynamiken in der Beziehung. Wir wollen den Männern helfen, die Opfer-Täter-Dynamik zu überwinden.

**Was fasziniert dich an der Psyche?**

Mich begeistert der Mensch an sich. Wir sind wunderbare Wesen. Men-

**CORINNAS QUARTIER TALK**  
mit  
**SIEGLINDE KLIEMEN**

schen in ihren Prozessen zu begleiten und ihnen einen besseren Zugang zu ihnen selber zu eröffnen, ist eine sehr schöne Aufgabe.

**Hat sich die Gewalt im Jahr der Pandemie verändert?**

Nicht so, dass es sich auf die Arbeit im Männerhaus wesentlich ausgewirkt hat. Was ich aber höre, ist, dass die psychiatrischen Kliniken sehr stark überlastet sind. Das gibt zu denken.

**Wo siehst du Möglichkeiten, das Leben in der Gemeinschaft von Gewaltmomenten zu befreien?**

Eigentlich ist es eine Frage der Haltung. Wir sind ständig in Konkurrenz, wollen uns durchsetzen und beweisen. Wir haben Erwartungen an uns und andere. Das ist alles schon Gewalt. Jeder kann mal für sich selber überlegen, wo sein Alltag von Respekt, Wohlwollen und Kooperation geleitet wird? Wo ist es Kampf und wo Kreativität? Wir müssen uns aus dem «Aber Du» lösen und bei uns selber anfangen. Da und nur da können wir wirken.

**Hast du einen Bezug zum Nordquartier? Wenn ja, welchen?**

Ich habe zu jedem Quartier einen Bezug, durch das die Aare fliesst.

**Gehst du auch aus im Nordquartier?**

Mich findet man eher am Fluss als in einer Beiz.

**Gibt es etwas, was dir auf dem Herzen liegt und du unseren Lesenden gerne mitteilen würdest?**

Ja, lebt Wohlwollen in euren Beziehungen und macht den Partner, die Partnerin und vor allen eure Kinder nicht zum Objekt eurer eigenen Bedürfnisse.

*Liebe Sieglinde, herzlichen Dank für deine Zeit und dieses Online-Gespräch.*

Alle bisher erschienenen TALKS von Corinna E. Marti finden Sie auf unserem Web: [www.afdn.ch](http://www.afdn.ch) > Nordquartier > Quartier-Talk