

FÜR FRAUEN, DIE IHREN WEG GEHEN

11 - 2020

# emotion

Special:  
**NEUE  
BÜCHER**  
für den  
Herbst

CARO CULT,  
„BABYLON BERLIN“  
„ICH WEISS,  
WAS ICH  
WERT BIN“

**TRAUT  
EUCH ZU  
LIEBEN!**

Warum es in der  
Liebe wieder Mut zum  
Risiko braucht

**Digital-  
Kapital**

So bringen uns Likes,  
Follower & Kontakte  
im Job weiter

+  
**VERZEIHEN?  
NICHT UM  
JEDEN PREIS**  
Wann es sich lohnt –  
und wann nicht

+  
**TRIP IN DIE  
HEIMAT**  
Auf Deutschlandreise  
mit der Redaktion

**Die Frau,  
die ich sein will**

Hallo, Selbstbestimmtheit! Ab jetzt lassen wir  
uns keine Rollen mehr überstülpen und befreien  
uns von unerfüllbaren Erwartungen

DEUTSCHLAND 4,90 €  
ÖSTERREICH 5,90 €  
SCHWEIZ 9,50 SFR



Text Corinne Luco

**A**da Calhoun hat einen Nerv getroffen. In ihrem Buch „Why We Can't Sleep“ ist Schlaf nur *ein* Thema, es geht um die weibliche Midlife-Crisis, um die Situation von Frauen zwischen 40 und 55, wie Calhoun Anfang des Jahres bei Oprah Winfrey auf der Couch erzählt hat. Über zweihundert Frauen hat sie für das Buch interviewt. Und da gibt es die eine Geschichte, die mit dem iPad, die die Leserinnen offenbar besonders abholt, hat Calhoun festgestellt: Die Frau hatte ihr von diesem Abend vor einer geplanten Kurzreise erzählt. Viel zu spät sei sie gestresst aus dem Büro gekommen, am nächsten Morgen sollte es früh losgehen. Die Familie hatte eine Auszeit bitter nötig, es lagen anstrengende Wochen hinter ihr. Mit dem Packen blieb die Frau an diesem Abend trotzdem allein. Das Teeniekind legte das iPad einfach nicht zur Seite. „Ich hatte es schon so oft angedroht“, erzählt sie in Calhouns Buch „wenn du nicht endlich das Ding weglegst, hole ich einen Hammer. Nur dieses Mal tat ich es wirklich.“

Neue Frauenrollen wollen ausgefüllt werden, alte Klischees sind längst überholt. Um die 40 stellt sich erneut die Frage nach der Balance zwischen dem „Wer soll ich sein?“ und „Wer will ich sein?“ – und an diesem Punkt im Leben stellt sie sich zum ersten Mal ziemlich unausweichlich. Weil sich vieles ballt und die Menge der Ansprüche zum Innehalten zwingt. Frauen gehen heute später Partnerschaften ein und bekommen später Kinder – oder entscheiden sich ganz dagegen. Sie brauchen länger, um im Berufsleben Fuß zu fassen. Finanzielle Stabilität, eine Grundbedingung für ein gutes Leben, ist für sie wegen Kinderknick und Gender Pay Gap schwerer zu erreichen. Mit 40 haben viele das Gefühl: Sie sind angekommen – zwischen (noch kleinen) Kindern, beruflichen Ansprüchen und alternden Eltern und vermeintlich nicht erfüllten gesellschaftlichen Erwartungen. Und es fühlt sich an, wie ein Angekommensein zwischen Mühlsteinen.

Die Krise der mittleren Jahre ist dabei weder Wohlstandsphänomen noch Indiz für das Scheitern der Emanzipation. Frau-

# Mittendrin anders

WAS ALS WEIBLICHE MIDLIFE-CRISIS GILT, IST EIGENTLICH EINE KRISE DER ROLLEN – UND ANLASS, NEU ZU DENKEN

Die Leserinnen fasziniert das zersplitterte Touchpad auf dem Wohnzimmerboden, weil sie sich selbst in der Frau sehen, da ist sich Calhoun sicher. Das Hamsterrad der Verpflichtungen und eigenen Ansprüche kennen sie alle, ebenso wie die Vorstellung, etwas Verrücktes zu tun und einfach auszusteigen. Trotzdem erzählten sie im selben Atemzug, wie überrascht sie waren, dass die Frau so offen darüber sprach. Selbst bei diesem kleinen Ausbruch in Gedanken ist bei den meisten der Druck zu funktionieren immer noch da. Calhouns Diagnose liest sich daher zunächst nicht gerade ermutigend: Die Krise der Lebensmitte ist kein Mythos, sondern traurige Realität. Sie trifft Frauen mit großer Wucht und beeinträchtigt nicht nur ihren Schlaf, sondern verursacht auch psychische und körperliche Probleme.

Der Grund? Schon immer waren die mittleren Jahre eine Zeit, um die eigenen Lebensentwürfe und Träume neu zu bewerten. Die heutige Generation wurde aber nicht nur mit klassischen Frauenbildern sozialisiert, sondern auch mit einem Mantra, das eigentlich Freiheit schaffen sollte, nun aber als gesellschaftlicher Anspruch auch zur Hypothek geworden ist: Frauen können alles haben und sollten auch alles wollen. Das bedeutet: Die Krise betrifft alle. Die älteren Frauen stecken mittendrin und die jüngeren steuern direkt hinein. Alle fühlen – mehr noch – leben es bereits:

en stehen im Arbeitsleben, haben aber kaum Sorgaufgaben abgegeben. Sie tragen finanzielle Verantwortung, ohne sich immer auf gute Rahmenbedingungen verlassen zu können – seien es eine wirklich gleichberechtigte Partnerschaft, verlässliche Kinderbetreuung oder diskriminierungsfreie Arbeitsplätze. Echter Feminismus wurde oft noch gar nicht wirklich ausprobiert.

All das verlangt nach Antworten. Die Frauen in Ada Calhouns Buch haben keine. Und doch tun sie, wenn sie ihre Geschichten erzählen, vielleicht etwas viel Klügeres, als einen Welterklärinnenplan zu entwerfen, der für alle passen soll: Sie stellen Fragen an ihr Leben. Weil sie wissen, dass es eigentlich für jede etwas Neues braucht. Dass es etwas gibt zwischen Übermutter und Powerfrau. Die Krise in der Lebensmitte lässt sie neu denken und gestalten. Noch verläuft die weibliche Midlife-Crisis leise. Frauen kaufen selten Sportwagen, viele suchen noch nach ihren Bewältigungsstrategien. Kein Wunder, galt diese Krise doch lange als Männersache. Das vermeintlich rein männliche Verlangen nach einem leidenschaftlicheren Leben kennen wir aus Pop- und Alltagskultur. Nicht selten wird da eine spröde Ehefrau als Gegenspielerin inszeniert und eine junge Lebenslustige als Ausweg aus dem Tief. Wieso Frauen angesichts solcher Stereotype das Konzept Krise in der Lebensmitte überhaupt für sich ▶

annehmen sollten, könnte man jetzt fragen. Weil es guttut, einen Begriff zu haben, der die Wucht der weiblichen Gefühle abbildet, findet Ada Calhoun. Die Schweizer Entwicklungspsychologin Prof. Pasqua Maria Perrig-Chiello verweist noch auf etwas anderes: die „Androgynität der älteren Jahre“. Da Geschlechterrollen nicht mehr passen, gibt es eine größere Bereitschaft klassische Weiblichkeit und Männlichkeit zu hinterfragen: Frauen äußern ihre Bedürfnisse klarer und Männer werden oft zunehmend gefühlsbetonter. Bye-bye Porsche.

**C**alhoun sagt, das Buch zu schreiben, habe für sie ihre eigene Midlife-Crisis erträglicher gemacht. Auf den letzten Seiten erzählt sie von ihrem Versuch einer Lösung. Sie würde nicht länger nach der magischen Zutat suchen, die doch alles möglich macht. „Vielleicht können Frauen Superkräfte entwickeln, aber warum sollten sie?“ ist ihr neuer Leitsatz. Ihr Beispiel zeigt: Wir dürfen gemeinsam über die Krise klagen und dennoch bei unserer Selbstbefragung wahrnehmen, dass wir sie vielschichtig und individuell erleben. Mehr erzählen, mehr teilen, ohne mit dem Finger aufeinander zu zeigen und nicht nur die eine Wahrheit zu suchen. Am Ende, so schreibt Calhoun, gehe es darum, uns selbst zu vertrauen in einer Zeit, die wie kaum eine andere mit Zweifeln gefüllt ist. Wenn jede von uns ihren eigenen Weg geht, müssen sogar die Ewiggestrigen irgendwann folgen. 



## Anastasia Biefang, 46, Offizierin

Als Anastasia Biefang beschloss, sich einer geschlechtsangleichenden Operation zu unterziehen, hatte sie 40 Jahre als Mann gelebt. Ganz oben angekommen in der militärischen Karriere, wagte sie 2015 ihr Coming-out: „Ein Befreiungsschlag.“ Heute ist Biefang die erste transsexuelle Bataillonskommandeurin in der Bundeswehr. Damit bricht sie ein Tabu! Noch in den 90ern wurden homosexuelle Soldaten „aus Führungspositionen herausgenommen“, sagt sie im Interview bei Deutschlandfunk Kultur, „weil man nicht die entsprechende Autorität hatte.“ Biefang scheidet nicht davor zurück, das Thema Geschlechter-Diskriminierung in der Bundeswehr aufs Tapet zu bringen, indem sie Einblicke in ihren Weg gibt, unter anderem im Mindshift-Podcast. Heute engagiert Biefang sich auch für andere queere Soldat\*innen der deutschen Streitkräfte und für die Rechte der Trans-Community im Allgemeinen.

Die Kämpferin

