

Lea Joy Friedel: „Too much, Was es kostet, eine Frau zu sein“

## Weibliche Existenz in Zahlen und Fakten

Von Ramona Westhof

Deutschlandfunk, Andruck, 07.10.2024

**Lea Joy Friedel, Journalistin und Aktivistin hat sich ein Thema vorgenommen, das sie auch persönlich betrifft: was es kostet, eine Frau zu sein. Dabei geht es natürlich um Fragen des Einkommens, aber auch um weniger Zeit und Energie, weil die Care-Arbeit oft ungleich verteilt ist, und Frauen haben zudem insgesamt weniger Einfluss und Freiheiten. Ein hoher Preis, den die Autorin in ihrem Buch „Too much“ („zu viel“) anprangert, ohne in ein männerfeindliches Muster zu verfallen.**

Eine Frau zu sein kostet Geld: Frauen verdienen im Schnitt immer noch weniger, sie zahlen wahrscheinlicher für Verhütung. Make-up, Tampons und Haarentfernung kosten Geld.

Eine Frau zu sein, vor allem eine Mutter, kostet aber auch Autonomie, Gesundheit, Zeit. Es kostet Würde oder körperliche Unversehrtheit - und noch vieles mehr. Lea Joy Friedel überschreibt ihre Kapitel mit dem, was wir täglich dafür bezahlen, als Frau Kinder zu haben oder als Frau bloß zu existieren.

„Viele von uns denken, dass wir heutzutage gleichberechtigt und praktisch frei sind. Dieses Buch erzählt vom Gegenteil. [...] Damit ist es für alle, die nicht mehr die Luft anhalten wollen. Es ist für die, die nie glauben wollten, dass Schweigen Gold ist. Es ist ein Kündigungsschreiben an den Job unseres sozialen Geschlechts, der uns zwingen will, jeden Tag nach fremden Maßstäben zu performen.“

### Die Kosten des Patriarchats

Lea Joy Friedel will, dass die Kündigenden gut informiert sind. Und darum beginnt sie mit den Basics:

Zum Beispiel, dass auch Männer unter dem Patriarchat leiden, sich etwa seltener Hilfe suchen, weshalb die Selbstmordrate unter Männern deutlich höher ist.

Friedel gibt außerdem – auch das gehört zu den Basics – eine Einführung in Geschlechtertheorie. Unterfüttert mit großen Namen wie der amerikanischen Philosophin Judith Butler, die beschreibt, wie Geschlecht sozial konstruiert wird. Die Autorin zeigt dann

Lea Joy Friedel

### Too much! Was es kostet, eine Frau zu sein

Leykam Verlag

365 Seiten

25,00 Euro

praktisch, wie sich damit zum Beispiel auch Geld verdienen lässt, mit allen fragwürdigen Folgen:

„(D)ie Unterteilung der Baby- und Kleinkindprodukte in männlich und weiblich hat den Markt verdoppelt. Inzwischen gibt es sogar Bikinis für Babys und Kleinkinder sowie Tangas für achtjährige Mädchen. [...] Bikinis kennzeichnen die Babys und Kleinkinder also nicht nur als weiblich, sondern sexualisieren ihre Körper, schon weit bevor die körperliche Transformation durch die Pubertät beginnt.“

Wer's eilig hat und schon das eine oder andere Buch zu Thema gelesen hat, kann diesen Teil überspringen. Die folgenden Kapitel sind deutlich spannender - auch weil Friedel eindrücklich ihre persönlichen Erfahrungen gut mit Fakten, Forschung und Statistik verknüpft.

Friedel schreibt über ihre Essstörungen, wie es ist, dann schwanger zu werden, die Veränderung am eigenen Körper ohne Kontrolle hinnehmen zu müssen - und auch über die Geburt ihres Kindes selbst, bei der sich medizinisches Personal über all ihre Wünsche hinwegsetzte.

### **Humor und Leichtigkeit**

Das Buch hat aber auch leichte Momente, viel Humor über die Absurditäten des Patriarchats, etwa wenn Lea Joy Friedel beschreibt, wie sie als Jugendliche irgendwann die deutlich günstigeren blau-schwarzen Männerrasierer für sich entdeckte – ein Tipp ihrer besten Freundin.

Die Themen Mutterschaft und Schwangerschaft machen einen großen Teil des Buches aus. Darum finden sich auch hier humorvolle Beobachtungen über Körperhaare:

„Während der Schwangerschaft verwendete ich die App ‚What to Expect‘, einen Tracker mit Empfehlungen für jede Woche. Irgendwann bekam ich folgenden ‚Rat des Tages‘: ‚Please don't worry about a pre-labor bikini wax! We promise, the doctor or the midwife will NOT notice.‘ Jetzt wollen sie mir auch noch meinen Busch schlechtmachen, dachte ich, während ich ihn über meinen riesigen Bauch hinweg selbst schon nicht mehr sehen konnte.“

Die App wies darauf hin, dass Ärztin oder Hebamme sich bei der Geburt nicht dafür interessierten, ob die Gebärende intimrasiert ist oder nicht. Gleichzeitig eben auch der Hinweis: Deine Vulva sollte haarfrei sein, das hier ist eine Ausnahme.

Generell schreibt Friedel, sei ihr aufgestoßen, wie und welche Tipps sie während und nach der Geburt auch von Profis bekommen habe. Bevormundend, der Fokus zu häufig nur auf dem Baby, zu wenig ging es ihr darum, was für sie selbst Schwangerschaft und Geburt bedeuten. Gleichzeitig würden Väter in vielen Ratgebern völlig anders angesprochen als Mütter.

### **Eigene Erfahrungen führen zu Zahlen und Statistiken**

Viele von Friedels Erfahrungen, und damit auch ihre Erzählungen sind sehr hart, das macht sich die Autorin im Laufe des Buches bewusst. Erst mit 30 Jahren habe sie verstanden, wie viel Missbrauch sie schon erlebt habe. So schildert sie unter anderem die eigene

Schockstarre während eines sexuellen Übergriffs, den langen Prozess, die richtigen Worte für das Erlebte zu finden.

Auch hier weitet sie den Blick von persönlichen Erfahrungen hin zu Zahlen und Statistiken, setzt diese wiederum in Kontext zu fiktiven Geschichten, die zum Beispiel in Filmen erzählt werden:

„Im Film Rocky sagt die weibliche Protagonistin Adrian: ‚I’m not sure I know you well enough. I don’t feel comfortable‘, bevor Rocky ihr den Weg zur Tür versperrt und sie um einen ‚Gefallen‘ bittet. Anschließend küssen sie sich. Nicht nur Adrians Worte, auch ihre Körpersprache verneint den sexuellen Kontakt. [...] Diese Szene wäre deutlich eine Vergewaltigungsszene, hätte sie nicht ein Mann geschrieben, aus dessen lüsterner Perspektive wir das Geschehen wahrnehmen.“

### **Aufruf zu Solidarität**

Friedel schreibt über viele klassische feministische Themen, für die sich nicht nur Betroffenen interessieren sollten: Menstruation und Menstruationsbeschwerden, der Zugang zu legalen Schwangerschaftsabbrüchen, Altern. Was für Frauen nach wie vor etwas anderes bedeutet als für Männer.

Das Buch macht mit all seinen Ausführungen zu unterschiedlichsten Aspekten gut deutlich: Eine Frau zu sein kostet tatsächlich einiges. Vielleicht tatsächlich „Too Much“, „Zu viel“, wie der Titel andeutet. Aber: Friedel lässt die Lesenden mit all diesen Problemen und der Wut – die sich zwangsläufig einstellt in vielen Kapiteln – nicht alleine.

Das letzte Kapitel heißt: „Das Patriarchat hasst diesen Trick“. Hier geht es unter anderem um Solidarität von Frauen untereinander und um männliche Verbündete, die sich ihrer eigenen Privilegien bewusst sind und sie solidarisch für andere einsetzen.

Viele weiblich sozialisierte Leser:innen, vermutlich vor allem Mütter, werden sich in diesem Buch wiedererkennen. Sie werden Zahlen und Fakten bekommen, die ihre Erfahrungen untermauern - und vielleicht die eigenen Erfahrungen zum ersten Mal in Worte gefasst sehen.