

# Wen denn sonst, Adam!

Drei Jahre auf Platz eins der Bestsellerliste: Die Therapeutin Stefanie Stahl wird zum Coach der Massen und veranstaltet jetzt sogar Dating-Nächte. Dort wird Beziehungspsychologie zum Event



Stefanie Stahl Foto: J&S Productions\*

mussten Zettel ausfüllen und über sich nachdenken. Vorn auf der Bühne: Stefanie Stahl, Deutschlands erfolgreichste Psychologin.

Ihr Ratgeber „Das Kind in dir muss Heimat finden“ steht seit drei Jahren auf Platz eins der Bestsellerliste für Paperback-Sachbücher. Ihre Bücher haben sich 1,2 Millionen Mal verkauft, und sie schreibt immer weiter, inzwischen ist noch „Jeder ist beziehungsfähig“ dazugekommen. Alle sind Bestseller. Wer sich aufmerksam umhört, auch unter Männern, stößt derzeit immer wieder mal auf den Satz: „Diese Frau hat mein Leben verändert.“

Das passt zum Zeitgeist, weil hier maximal beliebte Phänomene zusammenkommen. Erstens geht es um Dating. Darum, wie man den Richtigen findet. Die App „Tinder“ hat 50 Millionen Benutzer weltweit, mindestens zwei Millionen in Deutschland. (Und das ist nur Platz drei der Dating-Apps in Deutschland, hinter „Lovoo“ und „Badoo“.) Und zweitens geht es bei Stahl um einfach dargestellte Psychologie.

Die Buchstaben aus den Persönlichkeitstypen stehen für grundsätzliche Eigenschaften. Man geht entweder gern aus sich heraus, ist „extravertiert“, also E. Oder man ist still, braucht Zeit für sich, ist dann I, also „introvertiert“. Dazwischen gibt es nichts. Jeder ist entweder E oder I, und so geht es weiter mit den anderen Buchstaben: Kontrollfreak oder Chaot? Träumer oder Tatsachenschensch? Gefühlsbetont oder sachlich?

Stahl benutzt Techniken, die es in der Psychologie längst gibt. Der Test, den alle beim Dating-Abend machen, ist die etwas abgewandelte Myers-Briggs-Typologie, ein international gängiges Instrument. „So bin ich eben“ heißt das Buch, in dem Stahl diesen Test erklärt, und der Titel sagt alles. Bei ihr soll man sich einmal selbst akzeptieren. Und genau das ist das Erfolgsrezept von Stefanie Stahl. Sie vereinfacht psychologische Theorie und verbindet sie mit dem Alltagsdenken. Das kann man banal finden. Aber man darf auch davon ausgehen, dass Stahl Tausenden aus Lebenskrisen geholfen hat.

Stahl ist nun also auf der Bühne in ihrer Heimat Trier, bei ihrer ersten „Matching Party“, und sagt: „Gut dass wir so viele sind. Es ist ja nicht wie bei Eva und Adam, wo er sagt, Schatz, liebst du mich? Und Eva sagt: Ja, wen denn sonst?“ Der Autor Bastian Sick hatte zuletzt aus einem scheinbar trockenen Thema eine Massenveranstaltung gemacht, zu seinen „Deutschstunden“ erschienen teils mehr als 10 000 Menschen. Das waren die Nullerjahre, Daniel Kehlmann stand auf den Bestsellerlisten, Bildung war angesagt unter Bildungsbürgern. Heute sind Psychologie und Selbstoptimierung gute Themen. Stahl steht auf der Bühne vor einem Samtvorhang im schwarzen Abendkleid, weißen Spencerjackett, mit glitzernden Ohringen. Da

klirrt es, weil jemand aus dem Publikum in der Aufregung seinen Aperol-Spritz fallen gelassen hat.

Bei Stahls Matching-Partys verkaufen sich die Karten für Frauen sofort, die andere Hälfte, für Männer, geht dann zäh über ein paar Wochen weg. Frauen arbeiten offenbar eher an sich, gehen bewusster an das Thema Beziehung heran und lesen viel. Stahl ist der richtige Guru für all das. Man könnte sagen, sie ist die weibliche Antwort auf Einpeitscher wie den konservativen Motivations-Priester Jordan Peterson. Der stellt sich vor die Männer dieser Welt und sagt: Eure Männlichkeit ist bedroht, befreit sie! Bloß wirkt er immer irgendwie lächerlich gestrig. Stahl dagegen hat die volle Kraft des Zeitgeistes hinter sich.

Neben dem Persönlichkeitstest mit den sechzehn Typen ist es vor allem die Theorie des inneren Kindes, auf der ihr Erfolg basiert. Sie stammt von den beiden kalifornischen Psychologinnen Erika Chopich und Margaret Paul und ist rund dreißig Jahre alt. Sie lautet: Viele psychische Phänomene lassen sich so darstellen, als gäbe es in jedem ein inneres Kind, dass die Verletzungen der ersten Lebensjahre weiterträgt. Ungelöste Ängste der Kindheit leben so im Menschen weiter.

Etwas Kritik, dass es das doch schon längst gebe, wischt die Frau, die sich selbst „sehr extravertiert“ nennt, gern weg: „Mein Modell ist viel differenzierter. In der alten Theorie gibt es das innere Kind und den inneren Erwachsenen, und der eine muss den anderen trösten, Ende. Ich habe ein Diagnose- und Lösungsmodell erfunden, teile alles zudem auf nach Autonomie und Bindung, das ist innovativ.“ Tatsächlich hat sie mit „Sonnenkind“ und „Schattenkind“ das innere Kind in die verspielte und ängstliche Seite aufgespalten. Ihre Bücher leiten dazu an, in sich hineinzuspüren, diese „Kinder“ aufzuzeichnen, mit den Glaubenssätzen, die sie haben und die den Erwachsenen noch beeinflussen. Oft lautet ein solcher Glaubenssatz: „Ich bin nicht gut genug“. Das will Stahl uns allen austreiben. Wir sind gut genug.

Und das müssen wir auch, um sozusagen zu funktionieren auf dem Beziehungsmarkt. So kommt es jetzt also zu „Matching Partys“. Die Leitidee lautet: Gleich und gleich gesellt sich gern. „Das haben alle Studien zu diesem Thema ergeben“, erklärt Stahl von der Bühne. „Teilt man mehr Interessen, Werte, Hobbys miteinander, hält die Beziehung später besser.“ Gegensätze ziehen sich an, die andere These, gelte nur am Anfang einer Bekanntschaft und sei ansonsten widerlegt.

Neben Stahl stehen derzeit drei weitere Psycho-Ratgeber in den Paperback-Bestseller-Top-Ten. Liebeskummer, das Leben richtig nutzen, sich „endlich locker machen“, das tun, was wirklich zählt – diese Dinge bewegen Deutschland. Wenn Stahl spricht, die seit zwanzig Jahren als Therapeutin arbeitet, bekommt man immerhin eine richtige Pop-Vorlesung. „Wenn du nicht weißt, was ein Extravertierter denkt, hast du nicht zugehört! Wenn du nicht weißt, was ein Introvertierter denkt, hast du nicht gefragt!“

Und man bekommt etwas, nach dem es offenbar hohe Nachfrage gibt: Zuspriech. Nach der Pause müssen alle still sein. Wir tragen nun diese großen Buttons an der Brust, da zeigt jeder seinen

Persönlichkeitstypus. Leute, die eher gut zueinander passen, haben sogar die gleiche Farbe. Aber zunächst herrscht erst einmal Einkehr. „Umarmt euch selbst mal alle“, sagt Stahl. „Ich darf so sein, wie ich bin“, sollen wir uns sagen. Jede und jeder für sich. Mit geschlossenen Augen. Manch einer ist immer ein wenig in der Zukunft mit dem Kopf, ein anderer denkt sachlich und konkret. Das ist alles okay. „Ich darf so sein, wie ich bin.“ Das klingt fast wie einst dieser berühmte Slogan für eine fettreduzierte Wurst.

„Wir haben heute Abend hier die ideale Gesellschaft“, sagt Stahl. „Wertschätzen fängt bei sich selbst an. Wer sich kennt und mag, ist auch großzügiger mit den anderen. Wenn man sich nicht mag, ist man manchmal so kleinlich mit den anderen.“ „Steh zu dir. Und interessier dich wirklich für den anderen.“ Sagt Stahl. Dann kommt der DJ, und dann das Kennenlernen. Ein Tip nur noch: „Frauen lieben Zielstrebigkeit bei Männern. Und Männer wollen, dass Frauen autonom und entspannt bleiben, nicht so needy rüberkommen.“ So viel Geschlechterklischee muss wohl sein.

Seit wir (endlich) ins Zeitalter des Feminismus übergegangen sind, hört man derzeit ja oft: Frauen über 50 seien unsichtbar in der Gesellschaft. Für die 1963 geborene Stahl gilt das nicht. So empfindet sie auch schreibt, sie selbst wirkt immer ein wenig zu laut.

Für wen gilt denn das, diese Beziehungs- und Bindungstheorie, für Zwanzigjährige, die eine ernste Beziehung suchen? Oder für Vierzigjährige nach der ersten Scheidung? Darauf sagt Stefanie Stahl ganz lapidar Sätze wie: „Binden will der Mensch sich immer. Also, das gilt, würde ich sagen, bis der Arsch kalt ist!“ Und zweihundert Leute im Saal lachen aus vollem Hals.

Später steht man in Grüppchen zusammen und lernt sich eben kennen. Da ist die elegante Christine. Sie hasst ihren Job im Einzelhandel, hat aber noch vier Jahre bis zur Pension. Sie möchte mal wieder einen Partner. Und zu Hause im Saarland sei „nix los“, da seien „alle nur in Vereinen unter sich“. Und da ist Paul, ein Hüne aus Stuttgart, der als Vorarbeiter auf dem Bau ist. Er sagt: „Eine Baustelle ist wie eine Familie, man hockt monatelang miteinander rum, und dann ist auch noch Druck da wegen des vielen Geldes.“ Und es würde zu ihm passen, dass er da mit harter Hand regiert. Aber nein. „Ich kann mich in Leute einfühlen, ich höre zu, halte nicht gleich jeden für ein Idioten.“ Schöne Sätze, von einem leicht furchtflößenden, muskelbepackten Kerl.

Gegen Mitternacht steht Stefanie Stahl am Eingang, bei dem großen Büchertisch, schaut ihr Event an, lächelt, und sagt einer Radiofrau gerade ins Mikrofon: „Der Abend ist in eine geile Tanzparty übergegangen, die Hütte brennt.“ Tatsächlich ist da der schon Saal abgedunkelt, nichts mehr erinnert an das Seminar und die Präsentation von vorn. Der DJ spielt aktuelle Hits (Martin Garrix!) und zwischendurch Chaka Khan. Das Publikum ist klar „Ü40“, aber viele tanzen.

Draußen vor der Tür, die interessante Verlagsfrau aus München ist längst weg, steht am Ende auf einmal wieder Christine, die Verkäuferin aus dem Saarland. „Ich brauche mal 'ne Pause“, sagt sie. „Es ist mir einfach zu laut und zu viel da drinnen.“ THOMAS LINDEMANN

## Internet-Cowboy

Siebzehn Wochen oben: das Lied „Old Town Road“ von Lil Nas X

Seit 17 Wochen ist in Amerika das Lied eines Mannes auf Platz eins der Charts, den vor siebzehn Wochen niemand kannte, eines Collegeabbrechers aus Atlanta, der viel Zeit im Internet verbracht und dort irgendwann zwei Minuten Country-Rap-Mischmasch veröffentlichte, der seit dieser Woche länger an der Spitze der Charts steht als jeder andere Song. Lil Nas X heißt der 20-jährige Musiker, „Old Town Road“ das Lied, aber das dürften viele wissen, die seit Mitte April Radio gehört oder Youtube-Videos geschaut haben. Was die Geschichte von Lil Nas X so gut macht, ist sein Außenseitertum: ein schwarzer Mann in der Countrymusik, ein schwuler Mann im Hip-Hop, ein Internetkind, das mit ein paar Memes und genialem Timing die Musikindustrie zum Verrücktwerden bringt.

Vor seinem Erfolg war Lil Nas X eine Art Twitter-Troll. Er betrieb einen beliebten Fan-Kanal der Rapperin Nicki Minaj, über den er Witze verbreitete, vornehmlich geklaute. Lil Nas X bestreitet, hinter dem mittlerweile wegen Urheberrechtsverletzungen entfernten Kanal gesteckt zu haben, aber eine Recherche des „New York Magazine“ belegt das recht eindeutig. Er selbst be-



Lil Nas X Foto: AP

zeichnet sich als „Baby des Internets“, das immer bekanntwerden wollte. Lange wusste er bloß nicht, wie.

Im Herbst 2018 begann in den Twitter-Tiefen die „Yeehaw-Challenge“, für die sich vor allem Schwarze in Amerika in Westernkleidung zeigten, aus Spaß, und aus daran zu erinnern, dass im Wilden Westen nicht bloß weiße Cowboys ritten. Als Lil Nas X im Dezember seinen Song veröffentlichte, bildete er ihn mit Sequenzen aus dem Westernspiel „Red Dead Redemption 2“ und bewarb das Video mit selbstgebastelten Memes über seinen Minaj-Kanal. Bald erreichte die „Yeehaw-Challenge“ die populäre Musik-App TikTok, „Old Town Road“ wurde zu ihrem Soundtrack und der Song zum Hit, bevor er die Charts erreichte.

Lil Nas X veröffentlichte sein Lied im Genre „Country“, nicht „Rap“. So konnte er im Frühjahr in den kleineren Country-Charts aufsteigen, statt in der Hip-Hop-Rangliste mit Superstars konkurrieren zu müssen. Im März erreichte er Platz neunzehn, bis das „Billboard“-Magazin, zuständig für die Ermittlung der Charts, den Song wegen „nicht ausreichender Elemente moderner Countrymusik“ verbannte. Eine heftige Debatte über Rassismus in der Musikindustrie – wäre derselbe Song eines weißen Sängers entfernt worden? – brachte Lil Nas X die Aufmerksamkeit der Nation und „Old Town Road“ im April an die Spitze der genreübergreifenden Charts, die der Song seither anführt (genauer gesagt der Remix mit Billy Ray Cyrus, einem durch Bart und langes Haar zertifiziert echten Country-Sänger).

Man kann das Berechnende kritisieren, die Schlagwortalsätze, mit denen Lil Nas X nicht mehr aufs Streaming zielt, sondern auf die sekundenkurzen Tik-Tok-Videos und Instagram-Stories, als deren Hintergrundmusik „Old Town Road“ dann zum Überhit geworden ist. Man kann das Nationenverbindende daran rühmen, dass ein junger, schwarzer, schwuler und ein älterer, weißer, heterosexueller Amerikaner zusammen in Fransenjacken und Cowboyhüten in den Sonnenuntergang reiten. Man kann die Aneignung uramerikanischer Symbole als Parodie deuten oder als Akt der Wertschätzung oder als parodistische Wertschätzung. Man kann, weil „Old Town Road“ ein herrlicher Unsinn ist. „I got the horses in the back“. Wie gut tut es, einen Sommer lang solche inhaltsbereinigten Quatschzeilen mitzusingen. Ganz großer Quatsch. FLORENTIN SCHUMACHER

### Kino



## Für alle das passende Genre

im Rubrikenmarkt der F.A.Z.

Frankfurter Allgemeine MEDIA SOLUTIONS

### Leid und Herrlichkeit

AACHEN: Apollo Filmtheater  
ASCHAFFENBURG: Casino Filmtheater  
BIELEFELD: Lichtwerk Kino  
BOCHUM: Casablanca Kino  
BONN: Neue Filmbühne, Rex Lichtspieltheater  
DARMSTADT: Rex Kinocenter  
DORTMUND: Camera Filmtheater  
DUISBURG: Filmforum  
DÜSSELDORF: Cinema  
ESSEN: Astra Filmtheater  
FRANKFURT: Cinema, Eldorado, Orfeo's Erben  
FREIBURG: Kandelhof  
GIESSEN: Kinocenter Bahnhofstraße  
HEIDELBERG: Gloria

KARLSRUHE: Schauburg  
KASSEL: Bali Filmtheater  
KÖLN: Cinenova, Lichtspiele Kalk, Odeon, Off Broadway, Residenz  
KONSTANZ: CineStar  
MANNHEIM: Atlantis Kino  
MARBURG: Capitol  
MÜNSTER: Cinema  
OBERHAUSEN: Lichtburg  
SAARBRÜCKEN: camera two  
TRIER: Broadway Kino  
WIESBADEN: Apollo Center  
WUPPERTAL: Rex Filmtheater  
WÜRZBURG: Central im Bürgerbräu