

# Männer im Dialog - wie alles anfing

Ich bin graduerter Counselor und berate Menschen und Organisationen in Entwicklungsfragen. Zunächst biete ich nur Einzelgespräche an.

Dann nehme ich selbst erstmals an einem Seminar für Männer teil. 8 Männer sind in einer Karwoche 4 Tage beisammen und reflektieren ihr Leben und ihre Rollen im Leben. Es wird mit Musik und viel Natur gearbeitet und es ist wohlthuend wahrzunehmen, dass die Teilnehmer sehr ähnliche Themen bewegen:

In welcher Lebenssituation befinde ich mich derzeit? Was hat mein jetziges Sein bewegt? Was haben mir Vater und Mutter oder andere wichtige Personen meines Lebensumfeldes an Lebensideen mitgegeben? Wohin will ich mich entwickeln? Was will ich neu machen? Was will ich weglassen? Wie fühlt es sich an, solche Entscheidungen zu treffen? Wo braucht es Stärkung? Wie kann ich diese Kraft erreichen? Was bedeutet Glaube für mich? Wie kann ich diesen nutzen? Was ist mit der Liebe? Wie kann sie gestärkt werden? Wie bin ich und wie will ich sein?

Ganz wichtig ist die Erkenntnis, wie schnell Vertrauen zwischen Männern entstehen kann, die sonst in keinerlei Berührungsebenen miteinander verknüpft sind, also frei von systemischen Verbindungen sind. Es ist gut zu spüren, nicht allein zu sein, sondern Hilfe zu erfahren und biographisch lernen zu können.

Fazit: Ein wunderbares Seminar mit vielen Impulsen.

Es dauert nicht lange, dass ich die Idee entwickle, selbst aktiv solche Austauschebenen anzubieten. Ich erhalte den Hinweis, dass das Bistum Aachen einen Bereich Männerseelsorge betreibt und Männertage sowie Männerwochenenden im Kloster anbietet. Ich nehme teil und beim Gespräch über meine Ideen erhalte ich den Auftrag, den Männertag 2009 für das Bistum durchzuführen. Der Titel: „Meine Höhen, meine Tiefen“. Es geht darum, die Teilnehmer in Gruppen zu beiden Lebensthemen in Austausch zu bringen. Die Teilnehmer sollen verstehen, welche persönlichen Entwicklungen sich infolge ihrer Höhen und Tiefen eingestellt haben. Der Austausch in Kleingruppen ergibt Lernimpulse für alle Beteiligten. Genau das gehört zu den Grundfesten meiner Arbeit, nämlich Lerneffekte aus dem eigenen Leben für sich selbst oder andere zu generieren. Die Organisatoren und Teilnehmer reagierten mit sehr positiven Rückkoppelungen.

Ich erhielt die erste Anfrage für die Gründung einer Männergruppe. Die damit verbundene Idee: Gefühlslagen, Ängste, Freuden der Teilnehmer besprechbar zu machen. Achtungsvoller Umgang und Austausch zu Berufssituationen, Berufungen, Leidenschaften oder Beziehungen, Trauer und Schmerz, Freude und Glück zeigt den Teilnehmern, dass sie bei der Suche nach Details ihrer männlichen Identität nicht allein sind. Mittlerweile betreue ich zwei dieser Dialoggruppen für Männer. Es gibt jeweils die drei Sitzungsblöcke Frühjahr, Herbst und Winter. Sie bestehen aus je 5 Terminen und finden im Rhythmus von 14 Tagen statt. Jeder Termin umfasst zwei Zeitstunden.

Wir beginnen mit einer Einführungsrunde zum Thema aktuelle Befindlichkeit. Dort werden bereits Themen vorgeschlagen, die im Mittelpunkt des Abends stehen sollen. Ich mache die Erfahrung, dass es leicht fällt, ein verbindendes Thema zu finden. Die Offenheit der Teilnehmer und ihre Vorfreude auf den jeweiligen Abend sind gute Voraussetzungen für eine gemeinsam verbindende Grundschiwingung, die ein gutes Miteinander ermöglichen. Wir behandeln dann das gefundene Thema. Häufig werden sehr unterschiedliche Aspekte oder Erfahrungen besprochen. Als Moderator achte ich darauf, dass Grundregeln der Kommunikation beachtet werden und die Teilnehmer ausschließlich über sich selbst sprechen. Das bringt ihnen den persönlichen Nutzen. Sie lernen, wie es sich anfühlt, bisher persönlich nicht artikulierte Themenaspekte auszusprechen und sich anderen Teilnehmern zuzumuten. Daraus und aus dem Austausch entsteht persönliche Entwicklung. Wir erreichen dabei zunehmend tiefer liegende Schichten. Häufig hören wir, dass ein Themenaspekt bisher noch nie gegenüber anderen Personen angesprochen wurde. Auch das ist persönliche Entwicklung. Oft wird laut und viel gelacht. Auch das zeigt mir die Lockerheit und Vertrautheit.



Zum Abschluss haben wir eine Abschlussrunde mit den Fragen, was ich als Teilnehmer gelernt habe und wie wir miteinander umgegangen sind. Ich erfahre manchen Aspekt, den wir für die weitere Arbeit nutzen können. Hier einige Themen, die besprochen werden:

- Was brauche ich, um es mir gut gehen zu lassen?
- Was bedeutet Gott für mein Leben?
- Welche Neuerungen wünsche ich mir im Neuen Jahr?
- Wie gehe ich mit meinen älter werdenden Eltern um?
- Wie lebe ich meine Sexualität?
- Wie gehe ich mit Ängsten bei beruflichen Abschieden um?
- Welche Chancen für einen Neuanfang entstehen dabei?
- Welche Sehnsucht, Sucht wohnt in mir?
- Wovon ist mein Verhältnis zu meinem Vater geprägt?
- Wie lebe ich selbst als Vater in Beziehung zu meinem Sohn oder meiner Tochter?
- Welche Bedeutung hat Lust in meinem Leben? Wie darf ich sie ausleben?
- Was gehört zu mir und wie ist es dazu gekommen?
- Wie trete ich für mich selbst ein?
- Wovon wird mein Leben zu Frauen beeinflusst? Was sind die Ursachen meiner Ängste? Wie kann ich dies verändern?
- Welche Ängste begleiten mein Leben?

Meine Erfahrung ist, dass viele Männer sich nach Austausch über ihre Identitätsfragen und über ihre Rollen im Leben sehnen. Sie spüren in der Tiefe ihrer Seelen, dass dort auf einen Austausch im Männerkreis gewartet wird. Die Teilnehmer suchen nach mehr als nur den Austausch mit Menschen, mit denen man in Beziehung steht. Nicht alle Aspekte des eigenen Lebens sind austauschbar mit Freunden oder der Ehefrau oder Verwandten. In diesen Lebensebenen ist man mit Bildern gebunden, die gepflegt werden wollen und müssen. Der Austausch über manche Tiefen der eigenen männlichen Seele könnte solche Bilder zum Einsturz bringen oder beschädigen. In einer Männergruppe brauchen die Teilnehmer dagegen auf solche Bilder keine Rücksicht zu nehmen. Sie sind ja nicht existent, weil die Teilnehmer sich vorher nie begegnet sind. „Männer im Dialog“ ist somit ein geschützter Raum für die eigenen Wahrheiten oder Lebensideen jedes Teilnehmers.

Ich wünsche mir, dass viele Männer von diesem Angebot erfahren und Lust spüren, sich dort auf sich und andere einzulassen, eigene Stärken und Schwächen in den Blick zu nehmen und sich darüber auszutauschen.

#### Hans-Joachim Geupel (\*1952)

Dipl. Ökonom  
25 Jahre Berufserfahrung als Führungskraft in der deutschen Wirtschaft  
seit 2010 Counselor grad. BVPPPT und seit 2006 selbständig in eigener Praxis  
als Supervisor, Counselor, Coach und Lebensberater für Menschen oder Organisationen in Entwicklungsphasen ihrer derzeitigen Existenz

