

Thesenblätter für Männergruppen

Analog zum Intensivkurs „Mannsein bewusst leben“ (siehe unter „Materialien zur Männerarbeit“) gibt es hier zu den wesentlichen Themen Thesenblätter für die Arbeit in Männerrunden.

- Mit dem eigenen Vaters ins Reine kommen
- Freundschaften unter Männern
- Arbeit, die erfüllt
- Die Partnerin als ebenbürtig annehmen
- Die ganzheitliche Dimension der Sexualität
- Das Väterliche in sich selbst entdecken
- Himmel und Erde verbinden

Diese Thesenblätter können helfen, in Männergruppen das Gespräch über die verschiedenen Themen in Gang zu bringen. Jedes Blatt enthält selbst wieder eine Menge verschiedener Themen und Aspekte, die genügend Stoff für eine Männergruppe angeben.

Wichtig ist, dass sich zuerst jeder Mann selbst Zeit nimmt, die einzelnen Fragen für sich zu beantworten. Das Schema der Zustimmung soll dazu dienen, dass er sich selber zuerst einmal entscheiden muss. Der Fragebogen und die Bewertung kann vertraulich bleiben, da er vor allem der Gesprächsanregung dienen soll.

Mit dem eigenen Vaters ins Reine kommen

Mein Vater hat sich nie gegen meine Mutter durchgesetzt und darüber bin ich bis heute böse.

stimme voll zu 6 5 4 3 2 1 stimme gar nicht zu

Mein Vater hat sich nie um mich gekümmert. Warum soll ich mich um ihn kümmern?

stimme voll zu 6 5 4 3 2 1 stimme gar nicht zu

Mein Vater ändert sich sowieso nicht, warum soll ich mich dauernd aufregen.

stimme voll zu 6 5 4 3 2 1 stimme gar nicht zu

Mit meinem Vater kann man nicht reden. Er rennt immer davon.

stimme voll zu 6 5 4 3 2 1 stimme gar nicht zu

Er hat mich gezeugt, also soll er zahlen.

stimme voll zu 6 5 4 3 2 1 stimme gar nicht zu

Liebe und Bewunderung vom Vater ist das Lebenselixier meiner männlichen Seele.

stimme voll zu 6 5 4 3 2 1 stimme gar nicht zu

Als ich 14 war, konnte ich meinen dummen Vater nicht ertragen. Aber als ich 21 war, wunderte ich mich, wie viel er in 7 Jahren dazugelernt hatte. (Mark Twain)

stimme voll zu 6 5 4 3 2 1 stimme gar nicht zu

Wir können uns den Vater nicht aussuchen, aber wir verdanken ihm unser Leben.

stimme voll zu stimme gar nicht zu
6 5 4 3 2 1

So lange ich mit meinem Vater im Clinch bin, bin ich mit meiner Männlichkeit im Clinch.

stimme voll zu stimme gar nicht zu
6 5 4 3 2 1

Der Versuch, unbedingt anders zu werden als der eigene Vater, ist der beste Weg so zu werden wie der eigene Vater.

stimme voll zu stimme gar nicht zu
6 5 4 3 2 1

Du kannst in deinem Leben nichts Wesentliches vollbringen, solange du deinen Vater nicht verstanden, ihm nicht vergeben und nicht auf die eine oder andere Weise gelernt hast, ihm Achtung entgegen zu bringen.

stimme voll zu stimme gar nicht zu
6 5 4 3 2 1

Freundschaften unter Männern

Männerfreunde müssen rau und auch spaßend miteinander umspringen.

stimme voll zu stimme gar nicht zu
6 5 4 3 2 1

Ich kenne keinen Mann, den ich als Freund bezeichnen würde.

stimme voll zu stimme gar nicht zu
6 5 4 3 2 1

Manchmal fehlt mir ein echter Freund.

stimme voll zu stimme gar nicht zu
6 5 4 3 2 1

Männer stehen meist zueinander in (versteckter) Konkurrenz. Das verhindert Freundschaften.

stimme voll zu stimme gar nicht zu
6 5 4 3 2 1

Männer können mit Männern sehr offen und persönlich reden.

stimme voll zu stimme gar nicht zu
6 5 4 3 2 1

Ein Freund bleibt ein Freund, auch wenn er anderer Meinung ist als ich.

stimme voll zu stimme gar nicht zu
6 5 4 3 2 1

Ich brauche keinen Freund. Ich habe eine Frau.

stimme voll zu stimme gar nicht zu
6 5 4 3 2 1

Unter Männern möchte ich ja nicht schwul erscheinen.

stimme voll zu stimme gar nicht zu
6 5 4 3 2 1

Männer haben Angst vor Nähe zu anderen Männern.

stimme voll zu stimme gar nicht zu
6 5 4 3 2 1

Ein Freund, ein guter Freund, das ist das Schönste, was es gibt auf der Welt.

stimme voll zu stimme gar nicht zu
6 5 4 3 2 1

„Weg ist mir um dich, mein Bruder Jonathan. Du warst mir sehr lieb.
Wunderbarer war deine Liebe für mich als die Liebe der Frauen.“ (David über
Jonathan, 2 Sam 1,26)

stimme voll zu stimme gar nicht zu
6 5 4 3 2 1

Ein guter Kumpel, mit dem man bei frischem Bier über Autos, Frauen oder
Sport reden kann, reicht völlig aus.

stimme voll zu stimme gar nicht zu
6 5 4 3 2 1

Ein Freund braucht mehr Pflege als ein Auto.

stimme voll zu stimme gar nicht zu
6 5 4 3 2 1

Arbeit, die erfüllt

Arbeit ist das halbe Leben.

stimme voll zu 6 5 4 3 2 1 stimme gar nicht zu

Wer nicht arbeitet, soll auch nicht essen.

stimme voll zu 6 5 4 3 2 1 stimme gar nicht zu

Zuerst die Arbeit dann das Spiel.

stimme voll zu 6 5 4 3 2 1 stimme gar nicht zu

Man lebt, um zu arbeiten.

stimme voll zu 6 5 4 3 2 1 stimme gar nicht zu

Man arbeitet, um zu leben.

stimme voll zu 6 5 4 3 2 1 stimme gar nicht zu

Was nichts kostet, ist nichts wert. Das gilt auch für die Arbeit.

stimme voll zu 6 5 4 3 2 1 stimme gar nicht zu

In der Arbeit verwirklicht sich der Mann selbst.

stimme voll zu 6 5 4 3 2 1 stimme gar nicht zu

Ohne Arbeit ist das Leben trostlos.

stimme voll zu stimme gar nicht zu
6 5 4 3 2 1

Meine Arbeit macht mir Spaß.

stimme voll zu stimme gar nicht zu
6 5 4 3 2 1

Mein Beruf ist auch meine Berufung.

stimme voll zu stimme gar nicht zu
6 5 4 3 2 1

Du wolltest leben und kamst nicht dazu. Du willst leben und vergisst es vor lauter Geschäftigkeit. Du willst das spüren, was in dir ist, und hast eifrig zu tun mit dem, was um dich ist. Verschüttet ist dein Lebensgefühl. (K. Tucholsky)

stimme voll zu stimme gar nicht zu
6 5 4 3 2 1

Es gibt wichtigeres im Leben, als beständig dessen Geschwindigkeit zu erhöhen. (M. Ghandi)

stimme voll zu stimme gar nicht zu
6 5 4 3 2 1

Was uns bevorsteht, ist die Aussicht auf eine Arbeitsgesellschaft, der die Arbeit ausgegangen ist, also die einzige Tätigkeit, auf die sie sich noch versteht. Was könnte verhängnisvoller sein? (H. Arendt)

stimme voll zu stimme gar nicht zu
6 5 4 3 2 1

Karriere ist ein Pferd, das ohne Reiter vor dem Tor der Ewigkeit anlangt. (K. Kraus)

stimme voll zu stimme gar nicht zu
6 5 4 3 2 1

Die Partnerin als ebenbürtig annehmen

Mann und Frau sollten immer einer Meinung sein.

stimme voll zu 6 5 4 3 2 1 stimme gar nicht zu

Mann und Frau sollte sich die Wünsche von den Augen ablesen.

stimme voll zu 6 5 4 3 2 1 stimme gar nicht zu

Die Frau schätzt es, wenn der Mann tut, was sie will.

stimme voll zu 6 5 4 3 2 1 stimme gar nicht zu

Der Mann mag es, wenn die Frau ihm recht gibt.

stimme voll zu 6 5 4 3 2 1 stimme gar nicht zu

Wenn Mann und Frau auch auf dem gleichen Kissen schlafen, so haben sie doch unterschiedliche Träume.

stimme voll zu 6 5 4 3 2 1 stimme gar nicht zu

Männer reden mit ihren Frauen, damit sie mit ihnen schlafen. Frauen schlafen mit ihren Männern, damit sie mit ihnen reden.

stimme voll zu 6 5 4 3 2 1 stimme gar nicht zu

Ich hätte nichts gegen eine Frau, die wie meine Mutter ist. (Alberto Tomba)

stimme voll zu 6 5 4 3 2 1 stimme gar nicht zu

Man kann nur einen Menschen lieben, wenn man sich auch selber mag.

stimme voll zu						stimme gar nicht zu
6	5	4	3	2		1

Frauen gehören an den Herd.

stimme voll zu						stimme gar nicht zu
6	5	4	3	2		1

Appetit holen kann man draußen, gegessen wird daheim.

stimme voll zu						stimme gar nicht zu
6	5	4	3	2		1

Mann und Frau sollten jeweils auch eigenen Freunde haben.

stimme voll zu						stimme gar nicht zu
6	5	4	3	2		1

Die keine Kinder haben, haben es schön. Sie brauchen sich um Vieles nicht zu kümmern.

stimme voll zu						stimme gar nicht zu
6	5	4	3	2		1

Die Achtung vor dem Mann als Mann und die Achtung vor der Frau als Frau ist ein wichtiges Fundament einer Partnerschaft.

stimme voll zu						stimme gar nicht zu
6	5	4	3	2		1

Mann und Frau werden nicht dadurch Partner, dass sie sich tief in die Augen schauen, sondern auf gemeinsame Ziele blicken.

stimme voll zu						stimme gar nicht zu
6	5	4	3	2		1

Die ganzheitliche Dimension der Sexualität

Ein richtiger Mann kann immer.

stimme voll zu 6 5 4 3 2 1 stimme gar nicht zu

Je größer der Penis, desto befriedigender für die Partnerin.

stimme voll zu 6 5 4 3 2 1 stimme gar nicht zu

Der Mann übernimmt beim Sex Verantwortung und Führung.

stimme voll zu 6 5 4 3 2 1 stimme gar nicht zu

Sex ist nichts mehr für ältere Menschen.

stimme voll zu 6 5 4 3 2 1 stimme gar nicht zu

In einer normalen Partnerschaft hat mann/frau 3 mal pro Woche Sex.

stimme voll zu 6 5 4 3 2 1 stimme gar nicht zu

Beim Sex sollte der Mann vor allem versuchen, die Frau zum Orgasmus zu bringen.

stimme voll zu 6 5 4 3 2 1 stimme gar nicht zu

Guter Sex ist spontan, da gibt es nichts zu planen oder zu reden.

stimme voll zu 6 5 4 3 2 1 stimme gar nicht zu

Der Mann muss aus Höflichkeit Triebkontrolle lernen.

stimme voll zu
6 5 4 3 2 stimme gar nicht zu
 1

Männliche Sexualität ist kraftvoll, zupackend und schnell.

stimme voll zu
6 5 4 3 2 stimme gar nicht zu
 1

In einer funktionierenden Partnerschaft muss man sich nicht selbst befriedigen.

stimme voll zu
6 5 4 3 2 stimme gar nicht zu
 1

Männer haben Angst vor schwulen Männern.

stimme voll zu
6 5 4 3 2 stimme gar nicht zu
 1

Das Väterliche in sich selbst entdecken

Im Grunde reicht für die Erziehung der Kinder eine Mutter aus.

stimme voll zu 6 5 4 3 2 1 stimme gar nicht zu

Beim Vater ist die Hauptsache, dass er für den Unterhalt sorgt.

stimme voll zu 6 5 4 3 2 1 stimme gar nicht zu

Die Mutter bringt die Kinder zur Welt, beim Vater suchen sie ihre Bestätigung.

stimme voll zu 6 5 4 3 2 1 stimme gar nicht zu

Damit aus Söhnen ganz Männer und aus Töchtern ganze Frauen werden, brauchen sie auch einen guten Kontakt zum Vater.

stimme voll zu 6 5 4 3 2 1 stimme gar nicht zu

Der Vater ist die Mutter des Charakters des Sohnes. (Ein Jugendlicher)

stimme voll zu 6 5 4 3 2 1 stimme gar nicht zu

Für die pubertierende Tochter ist es nicht mehr wichtig, was der Vater von ihr hält. Sonst würde sie sich nicht so aufführen.

stimme voll zu 6 5 4 3 2 1 stimme gar nicht zu

Wenn Töchter einmal weibliche Formen annehmen, sollten Väter körperlichen Kontakt zu ihnen meiden.

stimme voll zu 6 5 4 3 2 1 stimme gar nicht zu

Pubertierende Jungs schauen nur noch auf ihre Gleichaltrigen. Was der Vater von ihnen hält, ist ihnen egal.

stimme voll zu
6 5 4 3 2 1
stimme gar nicht zu

Für Kleinkinder ist der Vater noch nicht so wichtig.

stimme voll zu
6 5 4 3 2 1
stimme gar nicht zu

Kleinkindern tut es gut, wenn der Vater anders mit ihnen umgeht als die Mutter.

stimme voll zu
6 5 4 3 2 1
stimme gar nicht zu

Der Vater bleibt der Vater und damit wichtig für die Kinder, auch wenn sich die Beziehung mit der Zeit verändert.

stimme voll zu
6 5 4 3 2 1
stimme gar nicht zu

Besser Väter sind besser Mitarbeiter. (Fa. Saab)

stimme voll zu
6 5 4 3 2 1
stimme gar nicht zu

Es ist auch den Vätern wichtig, Beruf und Familie miteinander verbinden zu können.

stimme voll zu
6 5 4 3 2 1
stimme gar nicht zu

Ein Mann, der selber keine Kinder hat, kann auch anderen gegenüber väterliche Seiten entwickeln.

stimme voll zu
6 5 4 3 2 1
stimme gar nicht zu

Männer sollten überhaupt mehr ihre väterlichen Qualitäten entwickeln.

stimme voll zu
6 5 4 3 2 1
stimme gar nicht zu

Himmel und Erde verbinden

Religion, das ist nichts für richtige Männer.

stimme voll zu stimme gar nicht zu
6 5 4 3 2 1

Selbst ist der Mann.

stimme voll zu stimme gar nicht zu
6 5 4 3 2 1

Männer tun sich schwer mit dem Vertrauen in etwas, das über ihre eigene Kraft hinaus geht.

stimme voll zu stimme gar nicht zu
6 5 4 3 2 1

Das Leben ist die letzte Gelegenheit. Danach ist fertig.

stimme voll zu stimme gar nicht zu
6 5 4 3 2 1

Hauptsache man(n) hat alles im Griff und unter Kontrolle.

stimme voll zu stimme gar nicht zu
6 5 4 3 2 1

Das Leben dreht sich nicht um mich, sondern ich bin Teil von etwas Größerem.

stimme voll zu stimme gar nicht zu
6 5 4 3 2 1

Was heißt schon Gnade? Im Leben wird einem nichts geschenkt.

stimme voll zu stimme gar nicht zu
6 5 4 3 2 1

Nur wer gut verwurzelt ist, kann nach den Sternen greifen.

stimme voll zu	6	5	4	3	2	stimme gar nicht zu
	6	5	4	3	2	1

Wenn man Wunder vollbringen will, dann hilft nur beten.

stimme voll zu	6	5	4	3	2	stimme gar nicht zu
	6	5	4	3	2	1

Beten sollen die, die sich selber nicht mehr helfen können.

stimme voll zu	6	5	4	3	2	stimme gar nicht zu
	6	5	4	3	2	1

Die Karriereleiter führt nicht in den Himmel, sondern an die Decke.

stimme voll zu	6	5	4	3	2	stimme gar nicht zu
	6	5	4	3	2	1

Selig, die gelebt, bevor sie starben.

stimme voll zu	6	5	4	3	2	stimme gar nicht zu
	6	5	4	3	2	1

Die Lebenswerte geraten durcheinander, wenn der oberste Wert, das eigentliche Ziel nicht mehr klar ist.

stimme voll zu	6	5	4	3	2	stimme gar nicht zu
	6	5	4	3	2	1

Das Totenhemd hat keine Taschen.

stimme voll zu	6	5	4	3	2	stimme gar nicht zu
	6	5	4	3	2	1

Wahrhaft lebendig und menschlich werden wir Männer erst, wenn wir uns auch mit dem Unbegreiflichen verbinden.

stimme voll zu	6	5	4	3	2	stimme gar nicht zu
	6	5	4	3	2	1