

# von man zu Mann

## MÄNNERBÜRO

Katholische Kirche Vorarlberg

April 2008  
2/08 12. Jahrgang  
[www.maennerbuero.info](http://www.maennerbuero.info)

Flexible Arbeitszeitmodelle werden heute von Frauen ganz selbstverständlich eingefordert und genutzt. Ingrid Holzmüller, die Leiterin des Ehe- und Familienzentrums erzählt von ihrem Mann und seinen Kollegen, die es auch in ihrer Branche probiert haben – und es wieder tun würden!

## Flexible Arbeitszeit auch für Männer

Die paar Männer, die so etwas in Anspruch nehmen, sind meist in sozialen Bereichen tätig. Andere Branchen können sich eine Flexibilisierung der Arbeitszeit kaum leisten – so lautet zumindest der gesellschaftliche Tenor. Eine EDV-Dienstleistungsbetrieb fällt sicher nicht in diese Kategorie, und doch handelt es sich um genau einen solchen Betrieb. In dem Unternehmen arbeiten etwa 20 Männer und ein Viertel hat sich inzwischen für die

flexible Zeiteinteilung entschieden. Es gibt weder ein Leitbild noch einen rechtlichen Anspruch dafür, aber eine gute Gesprächsbasis zur Führungsebene und beiderseitiges Vertrauen.

### Auslöser Familie

Was veranlasst Männer, den Pfad der klassischen Arbeitszeiten zu verlassen und sich auf das Abenteuer der Flexibilität einzulassen? Wie meist im Leben braucht es für eine solche Entscheidung einen Auslöser. Bei Thomas, Bernhard und Stefan war es die Familie: Einerseits der Wunsch, mehr Zeit mit den Kindern zu verbringen



und sie am Abend nicht schon schlafend vorzufinden, andererseits das Bedürfnis, die berufstätigen Frauen zu unterstützen und sie von der Alleinverantwortung des Zeitmanagements zu entlasten. Angenehmer Nebeneffekt der flexiblen Zeitgestaltung: Verschiedenes konnte bereits unter der Woche erledigt werden, das Wochenende wurde entlastet und mehr zum Erholungsraum für die Familie.

### Eigenverantwortung

Ermöglicht hat die Veränderung die Grundhaltung der Unternehmensleitung: „Die anfallende Arbeit muss erledigt werden. Wann ist im Prinzip egal. Lieber an 4 Tagen motiviert als an 5 Tagen unwillig.“ Wie funktioniert die Zusammenarbeit mit

Kollegen bei unterschiedlichen Zeitmodellen? „Im Zeitalter von Handy und Notebook,“ meint Bernhard, „stellt die Erreich-



barkeit kein wirkliches Problem dar. Absprachen mit den anderen Mitarbeitern sind notwendig. Nutznießer der flexiblen Arbeitszeit ist nicht nur die eigene Familie, sondern auch der Arbeitgeber.“ Das großzügige Entgegenkommen wirkt sich auf die Motivation und Leistungsbereitschaft dieser Männer aus, im Gegenzug sind sie bereit, im Bedarfsfall auch zu ungewöhnlichen Zeiten für die Firma da zu sein. In Einem sind sich die drei Männer einig: Es bedarf einer hohen Eigenverantwortung, um mit flexiblen Arbeitszeiten gut umzugehen. Die Gefahr, sich in der Freizeit mit beruflichen Terminen einzudecken, ist sonst sehr hoch. „Es braucht schon Konsequenz und eine gute Psychohygiene,“ so die drei Informatiker, „damit Freizeit auch freie Zeit bleibt.“ Die Männer sind sich zudem ihrer begünstigten Situation bewusst, da ihr Arbeitsumfeld virtuelle Arbeit ermöglicht und unabhängige Arbeitszeiten.



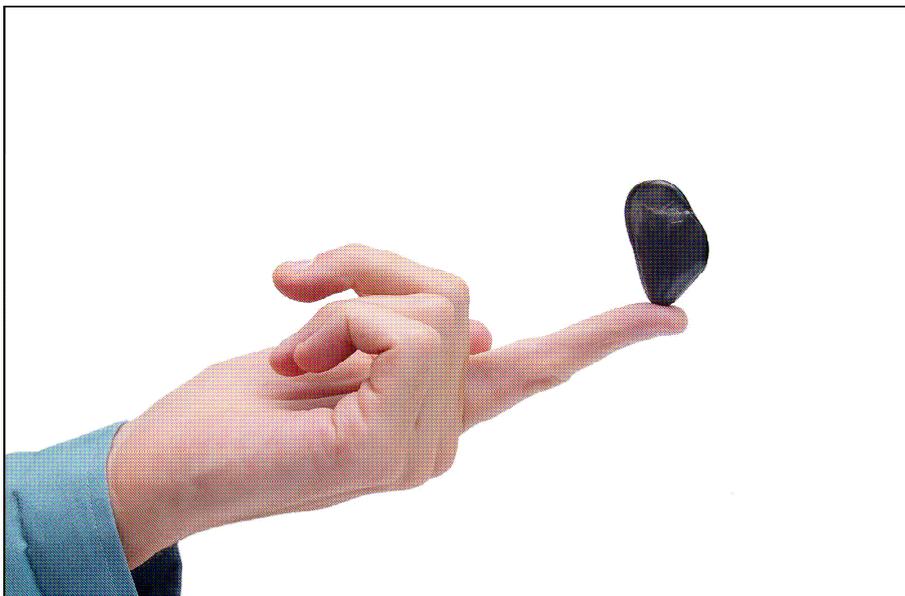
tigten Situation bewusst, da ihr Arbeitsumfeld virtuelle Arbeit ermöglicht und unabhängige Arbeitszeiten.

Also nur Vorteile für alle Beteiligten? Ganz so rosarot ist es nicht. Hinter jedem steht eine Frau, die ihn von Zeit zu Zeit freundlich-besorgt bis eindeutig verärgert darauf hinweist, dass es eigentlich Zeit wäre, aus der virtuellen Welt wieder aufzutauchen, um sich um die praktischen Dinge des Lebens zu kümmern. Gewöhnungsbedürftig für uns Frauen ist, dass selbiger Mann zwar körperlich anwesend am Tisch sitzt, jedoch bei aufgeklapptem Notebook nicht wirklich ansprechbar ist. Es ist schwer begreifbar für eine Frau, dass dieser Mann so in seine Welt der Bits und Bytes abtauchen kann, dass er vom aufziehenden Chaos rund herum nichts mitbekommt. Das kann durchaus auch für Ärger und Missstimmung sorgen wegen der Überschneidungen von Familie und Firma beim Arbeiten daheim. Trotzdem sind sich auch hier die Männer einig: Die Vorteile überwiegen bei weitem.

### „Familienfreundlich“

Familienfreundliche Arbeitszeit dient – wie der Name sagt – der Familie, den Kindern, der Partnerin, die vielleicht erst durch ein solches Modell selber berufstätig werden kann. „Familienfreundlich“ bedeutet aber nicht automatisch, dass die Partnerschaft profitiert. Partnerschaftspflege und Pflege der eigenen Interessen und Hobbys erfordern ein zusätzliches Engagement und sind im Paket „Familienfreundliche Arbeitszeit“ leider nicht enthalten. Dass diese Bereiche nicht zu kurz kommen – dafür muss man(n) selbst ein spezielles Auge darauf haben!

Ingrid Holzmüller  
Leiterin des Ehe- und Familienzentrums



## 6. Österreichische Männertagung 2008 24. – 26. April 2008, St. Virgil Salzburg

Seit zehn Jahren gibt es in Österreich alle zwei Jahre eine große Männertagung – eine gute Tradition! Die Tagung kann für sich in Anspruch nehmen, die größte männer-spezifische Fachtagung im deutschen Sprachraum zu sein.

### Balance

Nach Wien, Tirol/Vorarlberg, Oberösterreich, Kärnten und Südtirol ist dieses Jahr Salzburg an der Reihe. Das Motto der diesjährigen Männertagung lautet: Balance. Verschiedene Entwicklungen im Bereich der Gesundheitsförderung sollen für die Männerarbeit fruchtbar gemacht werden.

Ein wesentlicher Hintergrund für die Männertagung sind der 1. Österreichische Männergesundheitsbericht (2004) und der 1. Österreichische Männerbericht (2006), die von der Männerpolitischen Grundsatzausschuss des Bundesministeriums publiziert wurden. Diese Dokumente untermauern u.a. angesichts der unterschiedlichen Lebenserwartung die Dringlichkeit geschlechtspezifischer

Vorsorgearbeit gerade bei Männern. Die Männertagung nimmt entsprechend dem Gesundheitsbegriff der WHO verschiedene Dimensionen menschlichen Daseins in den Blick: Körper, Seele und Geist sind verbunden mit der sozialen und spirituellen Dimension. Gesundes Leben ist ein Leben in Balance.

Das Programm der Tagung wird sehr vielfältig sein und reicht von Vorträgen, Talkrunden, Workshops, Open Space, wo Neues entstehen kann, bis hin zu Konzert und Kabarett („Schöne Grüße von der Prostata“). Gleichzeitig ist die Tagung eine gute Möglichkeit, andere Männer kennen zu lernen und in einen Austausch zu kommen.

Auch Männerminister Buchinger unterstützt die Tagung. Für ihn geht es um den Ausgleich im Hinblick auf das eigene Wohlbefinden, die Vereinbarkeit von Beruf und Familie und auch zwischen den Geschlechtern.

Alle Infos und die Möglichkeit zur Anmeldung finden Sie unter: [www.maennertagung.at](http://www.maennertagung.at)

## Seminare für Männer

Samstag, 31. Mai, 9.15 Uhr –  
Sonntag, 1. Juni, 16.30 Uhr

### Papa und ich

Ein Wochenende für Vater und  
Kind von 7 - 10 Jahren



Vater und Kind haben an diesem Wochenende Zeit sich auf neue, ungewohnte Art und Weise kennen zu lernen. Sie sind als Entdecker bei Übungen und Spielen zusammen unterwegs. Papa und Kind sind ein gleichberechtigtes Team. Das gemeinsame Erlebnis und der Spaß stehen dabei im Vordergrund.

Einen kleinen Teil des Abends verbringen die Väter und der Seminarleiter damit, sich über das Erlebte auszutauschen und gemeinsam den nächsten Tag zu planen, während die Kinder gut betreut noch ein bisschen weiter spielen. Den Vätern werden an diesen beiden Tagen Möglichkeiten aufgezeigt, wie im Alltag die Freizeit gemeinsam mit den Kindern gestaltet werden kann.

Am Seminar soll jeweils nur ein Kind mit seinem Vater teilnehmen, da es etwas besonderes ist, Papa für sich alleine zu haben.

Seminarleiter: Horst Schaflinger, Ludesch, Dipl. systemischer Outdoortrainer, Martin Waldner, Bizau, Outdoorguide

Bildungshaus St. Arbogast  
Kosten: normaler Kursbeitrag/Paar € 95,- (mind. € 75,- voll € 140,-), Vollpension € 55,-/Erwachsene, € 35,50/Kind

Anmeldung: Tel. 05523/62501-28  
Online unter [www.arbogast.at](http://www.arbogast.at)

Hinweis: Vom 4. - 5. Oktober 08 findet das Seminar "Ich und Papa" für Väter mit Kindern im Alter von 11 - 13 Jahren statt.

Samstag, 21. Juni, 14.15 Uhr –  
Sonntag, 22. Juni, 13.00 Uhr

### Die Nacht des Feuers

Ein Impuls zur Initiation für 12 - 14 jährige Jungen und erwachsene männliche Begleiter

Wenn ein Junge vom Kind zum Jugendlichen heranreift, ist dies ein Grund zum Feiern, diesen Wandel mit männlichem Segen und kraftvollen Ritualen zu bestärken.

Die jungen Burschen und ihre erwachsenen Begleiter erhalten Impulse, miteinander ins Gespräch zu kommen, sich zu begegnen und das nicht, um die Asche zu hüten, sondern das Feuer weiter zu geben. Gute männliche Kraft vereint in sich Stärke und Demut, Tapferkeit und Mitgefühl, Logik und Spiritualität.

Die "Nacht des Feuers" ist ein Kreis von Ritualen (Loslösung, Kraftübertragung, Mutprobe, Heilung und Segnung). Dazu verbringen wir das ganze Wochenende im Wald oder am Feuer im großen Indianerzelt, wo wir auch übernachten.

Die "Nacht des Feuers" ist auch ein besonderes Geschenk von Firmpaten für ihren Firmling.



Leitung: Felix Rohner-Dobler, Hard, Lebens- und Sozialberater, Religions-, Spiel- und Gestaltpädagoge; Daniel Mikula, Diplomsozialarbeiter, Hard

Großes Zelt, Bildungshaus St. Arbogast

Kosten: Kursbeitrag € 60,-/Paar, Verpflegung € 40,10/Paar, Material € 5,-  
Anmeldung: Tel. 05523/62501-28  
Online unter [www.arbogast.at](http://www.arbogast.at)

Markus Hofer: „Vor vielen Jahren habe ich diese Nacht des Feuers mit meinem Firmling besucht. Heute noch verbindet uns als Männer einiges – auch für mich als Göte ein schönes Gefühl.“

Freitag, 27. Juni, 19.30 Uhr –  
Sonntag, 29. Juni, 13.00 Uhr

### Kraft und Würde

Männerseminar mit Hubertus  
Hartmann



An diesem Wochenende wollen wir Männer unsere innere Heimat und Identität erspüren, um offener und freier zu werden für uns und die Umwelt. Damit im Leben ein Mehr an Würde, Verantwortung und Lebensqualität möglich wird, ist es notwendig, eigene Tiefen des Herzens zu ergünden und kennen zu lernen. Der achtsame Umgang mit sich und der eigenen Lebenskraft ist das Ziel an diesem Wochenende.

Durch Gespräche am Feuer und Zentrierung auf die innere Mitte wollen wir diese Tage leben und erleben. Herzlich Willkommen!

Hubertus Hartmann, Feldkirch, integrativer Paartherapeut, Schwerpunkt Männerarbeit

Bildungshaus St. Arbogast  
Kosten: normaler Kursbeitrag € 95,- (mind. € 65,- voll € 140,-), Vollpension € 85,40  
Anmeldung: Tel. 05523/62501-28  
Online unter [www.arbogast.at](http://www.arbogast.at)

## Sommer: Kochen & Genießen

31. August bis 6. September 2008

### Männer kochen und genießen im Piemont

Auch heuer wieder bietet Albert Feldkircher für den Sommer eine ganz besondere Männerwoche an: „Wir Männer unter uns erleben das spätsommerliche Piemont von seinen schönsten Seiten, kulinarisch und

aktiv: wir kochen gemeinsam, lernen die berühmten Weine des Piemont kennen und kommen mit Land und Leuten in Berührung.“

„La Guardia“, Monastero B. (Nähe Acqui Terme), ein stilvoll eingerichteter Gutshof mit Swimmingpool. Der Gutshof steht unserer Gruppe allein zur Verfügung. Wir genießen das Ambiente des Hauses und seiner Anlage mit Pool. Jeder hat sein eigenes, individuell eingerichtetes Zimmer. Wir unternehmen auch Ausflüge nach Alba, Barolo, Acqui Terme und ins Monferato-Gebiet,



Kosten: € 590,- sechs Nächtigungen (schöne EZ mit Bad/WC), Frühstücksbüfett, Abendmenü, dreimal Mittagslunch, Kochkurs mit Profi-Koch Thijs max. 10 Männer, Fahrgemeinschaften sind vorgesehen.

Organisation, Begleitung, Infos und Anmeldung: Albert A. Feldkircher Tel. 05512/3512

Mail: [albert.feldkircher@mcnon.at](mailto:albert.feldkircher@mcnon.at)  
[www.albertundmonika.at](http://www.albertundmonika.at)

## Spiritualität im Alltag für Frauen und Männer mit Hubertus Hartmann

Leere, Weite, Ewigkeit... innehalten und eins sein in der Stille... die lautlose Bewegung in der Stille... die Freude des Augenblicks ... Stille, Kraft des Lebens, die alles ordnet und zusammenhält... in meinem Herzen leer werden für die Fülle...

Gemeinsam leben wir an diesem Wochenende die schöpferische Kraft der Stille. Wir nehmen Abstand von gewohnten Mustern und Abläufen des Alltags. Unbewusste Lebensthemen werden sichtbar und gegebenenfalls verändern wir sie oder verändern sie sich. Wir halten Einkehr, machen Reisen zu den Quellen unseres Herzens, um klarer und freier den Sinn (Weg) zu erkennen. Herzlich Willkommen!

Referent: Hubertus Hartmann, integrativer Paartherapeut, Feldkirch

Bildungshaus St. Arbogast  
Kosten: normaler Kursbeitrag 95,- (mind. € 65,-, voll € 140,-),  
Vollpension € 88,60  
Anmeldung: Tel. 05523/62501-28  
Online unter [www.arbogast.at](http://www.arbogast.at)

## Marriage Encounter

Dieses Modell zur intensiveren Pflege der Partnerschaft von Mann und Frau ist letztes Mal vorgestellt worden. Der erste Kurs beginnt am 11.-13. April im BH Batschuns. Infos bei Werner & Michaela Elender, 0650/2040936, bzw. [www.marriage-encounter.at](http://www.marriage-encounter.at)

## Natürliche Empfängnisverhütung

Hubert Weissenbach und seine Frau pflegen schon seit vielen Jahren die Natürliche Empfängnisverhütung. Er hat einen Erfahrungsbericht erstellt, was diese Methode für ihn als Mann bedeutet. Er erlebt es als wesentliche Intensivierung ihrer Partnerschaft. Den Bericht und Infos über Kurse zur Erlernung der Methode gibt es bei [hubert.weissenbach@aon.at](mailto:hubert.weissenbach@aon.at) oder im EFZ unter 05522/741349

## Radio Vorarlberg Männersache



## Diverses

### Spiritualität für Frauen und Männer

Freitag, 25. April, 19.30 Uhr bis  
Sonntag, 27. April, 13.00 Uhr

### Begegnung in der Stille

#### Kinder mit Behinderung

Die angekündigten Seminarabende für Väter mit Kindern mit Behinderung finden am 4. April in Dornbirn oder am 25. April in Bludenz statt mit Matthias Kriek und Bernd Riedl. Anmeldung und Details bei Marlies Vith, 05523/52176, 0664/60884502, [vith.marlies@ifs.at](mailto:vith.marlies@ifs.at)

Nach wie vor spricht Markus Hofer vom Männerbüro der Diözese jeden Samstag über "Männersachen": Jeweils am Samstag kurz nach 9.00 Uhr im Bodenseemagazin von Radio Vorarlberg. Die Texte können Sie auf der ORF-Homepage nachlesen unter „Ratgeber“: <http://vorarlberg.orf.at>

„Von man zu Mann“ kann gerne kostenlos abonniert werden (auch für Freunde und Bekannte) und erscheint mit Unterstützung der Vorarlberger Landesregierung.

Das **MÄNNERBÜRO** ist vorwiegend in der ersten Wochenhälfte besetzt (Markus Hofer, Dw. 200)

Herausgeber, Redaktion:  
Männerbüro der Katholischen Kirche Vorarlberg  
Bahnhofstraße 13, A-6800 Feldkirch, Österreich  
Tel. 05522/3485-200, Fax -5  
E-Mail: [maennerbuero@kath-kirche-vorarlberg.at](mailto:maennerbuero@kath-kirche-vorarlberg.at)  
Homepage: [www.maennerbuero.info](http://www.maennerbuero.info)  
Online-Beratung: [www.maennernet.at](http://www.maennernet.at)  
Verantwortlich: Dr. Markus Hofer  
Verlagspostamt A-6800 Feldkirch, GZ 02Z030212 M  
P.b.b.