

# von man zu Mann

## MÄNNERBÜRO

Katholische Kirche Vorarlberg

Juli 2013  
3/13 17. Jahrgang  
[www.maennerbuero.info](http://www.maennerbuero.info)

Wenn eine Frauenministerin Männerpolitik macht, wird der Männerreferent von Amtes wegen stutzig. Es geht um ein wichtiges Anliegen, das aber nicht tief genug greift.

## Gehen echte Männer in Karenz?

„Echte Männer gehen in Karenz“ promotete im Frühjahr unsere Frau Frauenministerin und die Aufforderung ist bei ihr meist verbunden mit der Klage, warum nicht mehr Männer die Karenz oder den Papamonat nutzen. Das hat viele Gründe und einer liegt auch bei der Frauenministerin selbst. Zuerst einmal freut es denn Männerreferenten, wenn die Frauenministerin sich die Väter zum Anliegen macht. Mit dem Papamonat hat sie sogar eine alte Forderung der Männerbewegung ins Spiel gebracht. Doch dann wird der Männerre-

ferent stutzig und liest das Kleingedruckte. Die Initiative der Frauenministerin ist grundsätzlich zu begrüßen, doch ihre Begründung ist zu eindimensional. Sie fordert die Väterkarenz, damit Frauen entlastet werden und durch die Väterkarenz wieder früher arbeiten gehen können. Dagegen ist prinzipiell nichts zu sagen, aber das ist zu wenig. Solche Initiativen sind bedeutsam, weil die Väter an sich bedeutsam sind, wichtig und unverzichtbar! Zudem tut es den Männern selber gut, wenn sie ihr Vatersein aktiv leben.

Die Gretchenfrage an die Frauenministerin ist: Wie ernst meint sie es wirklich mit den Männern? Wenn es um die Obsorgefrage im Scheidungsfall geht, ist von ihrer vermeintlichen Väterfreundlichkeit nichts mehr zu merken. Wenn man die Männer ins Boot bringen und sie zur Veränderung bewegen will, muss man es wirklich ernst mit ihnen meinen. Die Aufgabe eines Vaters ist nämlich wesentlich mehr als die Entlastung der Mutter. Aus Kindersicht ist klar: Väter sind wie Butter, durch nichts zu ersetzen.

Auch innerbetrieblich haben Karenzväter noch ein deutliches Imageproblem: „Welcher tüchtige Mitarbeiter kommt schon auf so eine Idee?“ Karenzvater klingt immer noch sehr verdächtig nach Weichei. Kinder, Beruf und Familie scheinen auch innerbetrieblich vorwiegend

ein Frauenthema zu sein. Solche Imageprobleme könnten schlagartig verändert werden, wenn die Unternehmensleitung umdenkt. Dann geht es schneller als durch alle Aktionen von Frauen- oder Männerministern. Wenn von oben her klar signalisiert wird, dass aktive Vaterschaft erwünscht ist, dann wird vieles möglich sein. Die künftige Generation der qualifizierten Facharbeiter wird nämlich nicht mehr nur nach dem Gehalt fragen. Für diese jungen Männer wird auch die Work-Life-Balance ein entscheidendes Kriterium sein. Bei der Wahl der Arbeitsstelle werden sie sich fragen, wie sie in der Vereinbarkeit von Beruf und Familie von ihrem Betrieb unterstützt werden. Ein Umdenken im Spitzenmanagement wäre also im Grunde zukunftsorientiert.

Gehen also echte Männer in Karenz? Durchaus. Ist aber ein Mann ein echter Mann, der es tut, weil es ihm die Frauenministerin so sagt? Wohl eher nicht. Und warum schweigen die ganzen Väter in der Politik? Vielleicht weil sie ein schlechtes Gewissen haben. Das Thema Väter wird in den Startblöcken hängen bleiben, wenn wir Männer nicht es selber zur Männersache machen.  
Markus Hofer



Früher diente die Familie den berufstätigen Männern vor allem als Ort der Erholung. Heute warten auch dort wieder Herausforderungen für die Väter und wie ein Gesundheitsbericht zeigt, wächst der Druck zunehmend.

## Berufstätige Väter

Berufstätige Väter sind eine neue Problemgruppe. Das ist das Ergebnis eines Gesundheitsberichts des Landes Oberösterreich, bei dem speziell auf Unterschiede zwischen Männern und Frauen eingegangen wurde. Berufstätige Familienväter achten weniger auf gesunde Ernährung und leiden mehr unter Stress als die übrigen Berufstätigen. Überforderung, unregelmäßige Arbeitszeiten, Umweltbelastungen und Zeitdruck sind die am häufigsten genannten Belastungen.

In der alten Rollenverteilung – die Frau zuhause, der Mann in der Arbeit – diente das Zuhause dem Mann zur Erholung. Wenn Papa müde von der Arbeit kam, hatten sogar die Kinder darauf Rücksicht zu nehmen. Da sind die Ansprüche inzwischen wesentlich gestiegen und es ist den meisten Vätern heute selber ein Anliegen, in der Familie eine Rolle zu spielen, für die Kinder ein aktiver Vater zu sein. Diese Doppelbelastung hat inzwischen offensichtlich auch die Männer eingeholt.

Die Studie hebt die betriebliche Gesundheitsvorsorge besonders hervor. Es geht darum, Krankheiten am Arbeitsplatz vorzubeugen, die Gesundheit zu stärken und das Wohlbefinden am Arbeitsplatz in den Blick zu nehmen. Hier müsste

es vielleicht einen neuen Ansatz von Väterfreundlichkeit geben, wo das Vatersein auch im Betrieb ein Thema sein darf. Es würde auch Männern gut tun, wenn sie im Betrieb über Sorgen mit den Kindern reden könnten. Meist sind Männer wie zweigeteilt – da Beruf und dort Familie. Wenn ein Kind die Masern hat und der Chef fragt zwischendurch den Papa, wie es dem Kind geht, dann tut das der Männerseele gut und verändert das Klima bei der Arbeit.



Jährlich gibt es Preise für familienfreundliche Betriebe und für Mütter wird in dieser Beziehung sehr viel getan. An die Väter wird dabei allerdings weniger gedacht, doch auch für Männer ist die Familie zunehmend wichtig.

## Väterfreundliche Betriebe

Work-life-balance ist derzeit ein großes Thema. Es geht darum, wie man Arbeit und Privatleben besser zusammen bringt, vor allem aber auch, wie Beruf und Familie für die Betroffenen gut unter einen Hut zu bringen sind. Und wer sind die Betroffenen? Vorrangig denkt man dabei natürlich an die Mütter. Das ist gut so, nur wird diese Frage zunehmend auch für

Männer zum Thema. Immer mehr, vor allem junge Väter wollen nicht nur mit dem Beruf verheiratet sein und ein Außenseiterdasein in der Familie spielen.

So ist grundsätzlich die jährliche Suche nach den „familienfreundlichsten Betrieben“ in unserem Land eine gute Sache. Schaut man sich aber die repräsentativen Folder an, wird deutlich: da geht es vor allem um Frauen, auch wenn alle Ausschreibungen geschlechtsneutral formuliert sind. Dabei täte gerade ein väterspezifischer Fokus ganz gut, denn immer wieder höre ich, dass es mit der Väterfreundlichkeit in Betrieben noch nicht so weit her ist.

Muss ein Vater mit seiner Tochter zum Zahnarzt, ist es manchmal besser, er sagt, er müsse sein Auto zum Service bringen. Da wird er in einigen Betrieben auf mehr Verständnis stoßen. Es gibt Unternehmen, und das erzählen mir auch Männer, in denen wirklich sehr viel für die Mütter getan wird. Umgekehrt geht man aber in aller Selbstverständlichkeit davon aus, dass die Väter in vollem Ausmaß nur für den Betrieb da zu sein haben. Von der Väterkarenz gar nicht zu reden, das wird manchmal gar nicht gern gesehen. Wie wär's einmal mit einem Preis für den väterfreundlichsten Betrieb? Das würde manche sicher zum Nachdenken bringen...  
Markus Hofer



# Männer gestalten Zukunft

## Lehrgang für Männer



### Wie soll ein Mann sein?

Studien zeigen, dass ein großer Teil der Männer zum einen auf der Suche nach ihrer Identität und ihrem Selbstverständnis sind im Wissen, dass das „Alte“ nicht mehr trägt und zum Anderen, dass sich viele auf überkommene Rollenbilder und Vorstellungen zurückziehen. In der heutigen krisenhaften Zeit brauchen Kirche und Gesellschaft aber Männer, die aktiv Zukunft gestalten. Dies gelingt dann umso besser, je mehr Mann sich seiner Säulen der Identität gewahr ist.

### Methodisches Arbeiten

Im Lehrgang gehen die Teilnehmer anhand dieser Säulen ihrer Identität nach auf Spurensuche zu ihrer eigenen Person. Parallel werden Ideen entwickelt, wie diese Erfahrungen im pfarrlichen oder kommunalen Umfeld in einem kleinen Projekt mit Männern umgesetzt werden können.

### Zielgruppe

Der Lehrgang richtet sich an Männer, die sich bewusst mit ihrer Rolle als Mann in der Gesellschaft/Kirche mit anderen Männern austauschen und sich in der Männerarbeit engagieren wollen oder das bereits tun.

### Termine

(jeweils am Freitag von 14 Uhr bis Samstag 18 Uhr)

4. bis 5. Oktober 2013  
**Sicherheit und Wagnis**  
mit Jürgen A. Baumann

15. bis 16. November 2013

**Hingabe und Aggression**  
mit Martin Christandl

13. bis 14. Dezember 2013

**Glaube und Spiritualität**  
mit Markus Hofer

17. bis 18. Jänner 2014

**Sexualität und Lebenslust**  
mit Konrad Junker

Lehrgangsbegleitung: Peter Stanger

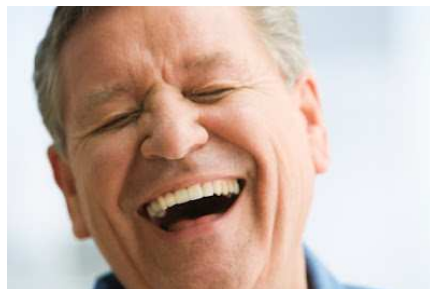
Bildungshaus St. Michael  
6143 Matrei am Br., Schofens 12  
€ 450,00 Kurskosten inkl. VP  
Anmeldeschluss: 5. September 2013  
Info und Anmeldung: Familienreferat  
der Diözese Innsbruck, 0512/2230-4301, familienreferat@dibk.at  
www.dibk.at/familienreferat

## Seminare für Männer

Samstag, 12. Oktober, 9.15-17 Uhr

### Humor als Lebenselexier

Männerseminar  
mit Sepp Gröfler



"Ich habe meine Prinzipien, aber wenn Ihnen die nicht gefallen, habe ich auch noch andere!" (Groucho Marx)  
Humor ist Perspektivenwechsel und eine tiefe Liebe zum Leben, die sich über das lustig macht, was dem Leben entgegensteht. Humor hat mit Lebensfreude zu tun, auch mit Weisheit: Wer Humor hat, steht ein Stück über den Dingen, kann die Herausforderungen des Lebens besser meistern. Männer mit Humor wirken souveräner und darum auch attraktiver; zudem ist Humor auch sexy.

Mit Humor macht das Leben mehr Spaß als in männlicher Verbissenheit. Echter Humor ist es erst dann, wenn

man auch über sich selber lachen kann; verbissene Menschen sind dazu nicht in der Lage. Nicht zuletzt müssen wir das Kind in uns pflegen, sonst werden wir zu schnell alt. Leider kann man Humor nicht kaufen, aber man kann ihn fördern. Das Seminar bietet Möglichkeiten, mit Neugierde und Experimentierfreude dem eigenen Humor auf die Spur zu kommen, um damit auch zu entstressen und die persönliche Flexibilität zu erhöhen.

Sepp Gröfler ist Leiter der Telefonseelsorge Vorarlberg, Sozial- und Sexualpädagoge, Humorberater und Kabarettist.

Bildungshaus St. Arbogast  
Kursbeitrag: € 33.-, Verpfl. € 13,20  
Anmeldung: Tel. 05523/62501-28  
Online unter [www.arbogast.at](http://www.arbogast.at)

Samstag, 23. November, 9.15–17 Uhr

### Älter werden im Beruf

Männerseminar mit  
Dr. Markus Hofer, Männerbüro



„Wie lange musst du noch?“ Wenn Männer über 50 vom Beruf reden, klingt es nicht selten nach Tretmühle. Andererseits schöpfen wir aus der Arbeit sehr viel Lebenssinn, Bestätigung und Anerkennung. Trotzdem spüren wir das Älter werden, vieles ist jetzt einfach anders. Es reicht aber nicht, im Blick auf den Ruhestand verbissen durchzuhalten. Vielmehr müssen wir uns der Frage des altersgerechten Arbeitens stellen. Ab fünfzig spüren wir zunehmend, wie auch der Körper altert. Die Erfahrung nimmt zu, die körperliche Leistungskraft ab, die Regeneration dauert länger. Der Druck am Arbeitsplatz und das Bedürfnis nach Sicherheit führen in Stress. Zudem wollen ältere Arbeitnehmer nicht auf dem Abstellgleis mitfahren, sondern verlangen ihre verdiente Anerkennung. Manchmal

entsteht nach der Lebensmitte auch eine innere Leere, wenn die großen Ziele erreicht sind, der Kampfgeist weg ist und die Motivation schwindet. Diesem Thema wollen wir uns gemeinsam stellen, den eigenen Erfahrungen nachgehen, uns mit anderen Männern austauschen und hoffentlich auch gute Lösungen finden. Die Verantwortung liegt nicht nur beim Betrieb. Wir müssen auch schauen, wie wir mit uns selber umgehen und wo eine neue Orientierung möglich ist.

Dr. Markus Hofer ist Leiter des Männerbüros in Vorarlberg, Buchautor und Erwachsenenbildner

Bildungshaus St. Arbogast  
Kursbeitrag: € 27.-, Verpfl.: € 13.20.-  
Anmeldung: Tel. 05523/62501-28  
online: [www.arbogast.at](http://www.arbogast.at)

Samstag, 7. Dezember, 9.15-17.00 Uhr

## Heilsamer Umgang mit Krisen

Männerseminar  
mit Mag. Harald Anderle



Krankheit, Trennung oder Verlust schlagen Wunden in unsere Seele. Sie sind ein Teil des Lebens, und das

Leben ist nicht immer gerecht. Die Frage ist, wie wir mit diesen Krisen umgehen. Man kann sie verdrängen, vor ihnen davon rennen, an ihnen verzweifeln – oder sie verwandeln. Im Märchen „Eisenhans“ taucht der Junge den verletzten, schmerzenden Finger in einen Waldsee – und der Finger wird in Gold verwandelt. Da bricht er auf, um seinen eigenen Weg zu finden und zu innerer Versöhnung zu gelangen.

Wir können heilsam mit uns selber umgehen und schauen, welche Veränderung uns die Krise abverlangt. Wenn wir ihre Botschaft für unser Leben anerkennen, können wir an ihr reifen. Dann zeigt sich, was die Wunde neben all dem Schmerz auch noch ist: ein kostbares Gut, um unsere Verletzlichkeit annehmen zu können und verändert auf unsere Mitmenschen zuzugehen.

Mag. Harald Anderle, Jg. 1969, Psychologe und Familientherapeut, verheiratet, Vater von vier Kindern

Bildungshaus St. Arbogast  
Kursbeitrag: € 33.-, Verpfl. € 13,20  
Anmeldung: Tel. 05523/62501-28  
Online unter [www.arbogast.at](http://www.arbogast.at)

## Sommer

### Männer kochen & genießen im Piemont

Albert Feldkircher lädt wieder ins spätsommerliche Piemont ein. Gemeinsam kochen unter fachkundiger Anleitung von Profikoch Thijs, reizvolle Plätze im Piemont erkunden, ein besonderes Weingut und eine Reismühle kennenlernen.

TERMINÄNDERUNG! Neuer Termin:  
Samstag 7. bis Freitag 13. September



Kosten: € 670,- im Einzelzimmer, € 610,- im Doppelzimmer. Inbegriffen 6 Nächtigungen, Frühstücksbüffet, Abendmenü, dreimal Mittagslunch, Kochkurs mit Thijs, Eintritte. Alle Getränke im Haus zum Selbstkostenpreis. Anreise in Fahrgemeinschaften. Keine Kochkenntnisse erforderlich und keine Altersbegrenzung.

Details/Infos bei Albert Feldkircher, Egg, Tel. 0650 3693322  
[albert@feldkircher-trainings.com](mailto:albert@feldkircher-trainings.com)

### Radio Vorarlberg Focus zum Nachhören: „Kinder brauchen Väter“

Der Leiter des Männerbüros der Diözese Feldkirch, Markus Hofer, sprach in der Sendung „Focus“ bei ORF Radio Vorarlberg über das Thema „Kinder brauchen Väter. Sie sind wie die Butter - unersetzbar“. Es sind spannende Fragen nach der Elternschaft auch angesichts der jüngsten Entwicklungen...

Die Focus-Sendung mit Markus Hofer können Sie nachhören unter: [vorarlberg.ORF.at](http://vorarlberg.ORF.at), Stichwort „Focus“

„Von man zu Mann“ kann gerne kostenlos abonniert werden (auch für Freunde und Bekannte). Die Faltzeitung erscheint mit Unterstützung der Vorarlberger Landesregierung und zum großen Teil aus Ihrem Kirchenbeitrag. Wir danken!

Das **MÄNNERBÜRO** ist 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.vordermann.at](http://www.vordermann.at)  
Verantwortlich: Dr. Markus Hofer  
Verlagspostamt A-6800 Feldkirch, GZ 02Z030212 M  
P.b.b.