



männer | zeitung



sie ist weg

In der Scheidungsfalle
Trennung und Vaterschaft
Gefühl und Gesetz

3/09

9. Jahrgang, 1. September 2009
Einzelpreis CHF 12.00
www.maennerzeitung.ch

sie ist weg

Trennung – Scheidung

In der Trennungsfalle: Verarscht, ausgenutzt, weggeworfen

Martin Bachmann, mannebüro

Beat: «Oft war ich ganz unten»

Beat Müller im Gespräch mit Ivo Knill

Reto: Eine Prozessdauer von 5 Jahren

Erfahrungsbericht

Markus: «Die nächste Beziehung wird besser!»

Erfahrungsbericht

Gefühl und Gesetz: «Es braucht ein Grundvertrauen»

Josef Mock im Gespräch mit Benjamin Spycher

Trennung und Elternschaft: Eltern sind immer zwei

Oliver Hunziker, Präsident GeCoBi

Mediation: Krise und Chance

Cornel Rimle

Gesprächsgruppe für Männer: «Das gab mir Mut»

Beatrice Pfister

Bruchstellen

Brot und Salz: Die Nacht davor

Catalain Dorian Florescu

Danach: Allein mit den Wörtern

F. N. Stein

«Elena»: Elle est passée

Sarah Aeschbacher

Film zum Thema: Der entsorgte Vater

Regie: Douglas Wolfsperger

Die Tochter: Sie war kaum ein Jahr auf der Welt

Michael Gohlke

Nach einem sexuellen Übergriff: Die Sprache verschlagen

Kathrin Berger im Gespräch mit Urs Heinz Aerni

Schauplatz

männer.ch: Mitteilungen

Paul Gemperle, Geschäftsführer von männer.ch

Männerpalaver: Auftakt zur neuen Saison

Peter Loppacher und Frieder Herren

Rollenteilende Väter gesucht: Väter, Schulen und KMUs

Thomas Beyeler Moser, Fachstelle UND

Diversity: Mutige Wege trotz Finanzkrise

Regula Dietsche im Gespräch mit Ivo Knill

Jugendbewährungshilfe: Hart, aber herzlich

Remo Wiegand

Angespitzt

Aufnotiert: Vermischtes

Agenda: Kurse und Veranstaltungen

Angeraten: Diabetes Typ 2, 95 cm sind genug! René Setz

Anstoss: Väterliche Männer – elterliche Väter, Klaus Sorgo

Angerichtet: Basta! Pasta! R. Breitler

Abserviert: Schluss mit Mauern, René Setz

Abgang: Vom Käse und vom Loch Josef Kühne

Adressen: Schweizer Männerbüros und Männerinitiativen

Inserate

Produkte

17, 31, 45, 52

Die Firma hinter dem Inserat

39

Beratung - Weiterbildung

40, 41

Ferien - Reisen

42, 43

Tantra und Diverses

44

Impressum

www.maennerzeitung.ch, ISSN 1661-7231, Mühlegasse 14, 3400 Burgdorf

Redaktion

Ivo Knill (Leitung), 034 422 50 08, redaktion@maennerzeitung.ch
René Setz, Peter Anliker (Korrektorat), Klaus Sorgo, Benjamin Spycher

Erscheint 4-mal jährlich (1. März, 1. Juni, 1. September, 1. Dezember)

Abonnemente 071 244 85 63, abo@maennerzeitung.ch

Abonnementspreis 45 Franken pro Jahr

Postkonto 30-381685-6, 3400 Burgdorf

Inserate Yves Schätzle, 061 711 81 90, inserat@maennerzeitung.ch

Inserateschluss sechs Wochen vor Erscheinen (15.1., 15.4., 15.7., 15.10.)

Gründer Markus Theunert

Herausgeber Verein Männerzeitung, Burgdorf

Druck Cavelti Druck und Media, 9201 Gossau, www.cavelti.ch

Layout Alfred Göldi

Webdesign Gilberto Zappatini, webmaster@maenner.org

Letzte Seite Foto Ivo Knill

Foto: Titelseite, Stephan Bösch, www.sichtweise.ch

Fotos: Seiten 20, 23, 25, 26, 28, 30 Mark Nolan, www.dieblender.ch



Lieben Sie scheidungskompatibel

Teilen Sie die ökonomische Verantwortung
für Ihre Familie mit Ihrer Frau.

Jede zweite Ehe in der Schweiz wird geschieden. Und normalerweise kommen Sie als Mann an die Kasse: Sie bezahlen Unterhalt für Ihre Kinder und es ist weitgehend vom Goodwill Ihrer Ex-Frau abhängig, ob und wie oft Sie Ihre Kinder sehen. Normalerweise geht Ihr Einfamilienhaus flöten, wenn Sie eines hatten, vielleicht bleibt Ihre Ex-Frau mit den Kindern dort und Ihnen bleibt die kleine Wohnung, in der Sie ein Kinderzimmer bereithalten, das öfter leer ist, als Ihnen lieb ist.

Alles ist Gefühl, alles ist Konsum. Wegschmeissen, was nicht mehr taugt, Platz für Neues. Ja, wieso auch nicht? Eben mal eine Beziehung entsorgen? Also bitte! Nur nicht moralisch werden. Den Schaden haben die anderen: Die Zappelkinder in der Schule, die Kosten der Sozialhilfe und der Fremdbetreuung von Kindern, die Alten, die keinen Familienanschluss mehr haben, nur noch Trümmer hinter sich. Männer, die mit einer riesigen Wut im Bauch herumlaufen. Wer genau hinschaut,

sieht, dass Mütter, Väter und Kinder nach einer Scheidung nicht wesentlich weniger leiden. Manchen mag es glücken, ihr Leben wieder auf die Reihe zu kriegen, vielen aber gelingt das nicht wirklich.

Darum: Leben Sie scheidungskompatibel. Daraus folgt, dass Sie ab heute so viel Kontakt mit Ihren Kindern pflegen sollten, wie Ihnen lieb ist. Der Scheidungsrichter schenkt Ihnen keine Minute mit Ihren Kindern, die Sie nicht vorhin schon gelebt haben. Bauen Sie vom ersten Tag eine eigene Beziehung zu ihren Kindern auf. Reduzieren Sie Ihr Arbeitspensum, am besten auf 60% oder noch tiefer. Teilen Sie die ökonomische Verantwortung für Ihre Familie mit Ihrer Frau. Und zwar richtig: Sie soll rein in die Arbeitswelt. Haben Sie Angst davor, dass Sie dann Ihr Einfamilienhaus und die Ferien nicht mehr bezahlen können? Dann halten Sie sich vor Augen, was Sie sich nach einer Scheidung noch leisten können: Es ist garantiert weniger.



Die Revision des Eherechts möchte in zwei Punkten Verbesserungen schaffen: Das Sorgerecht soll neu im Regelfall geteilt werden und die Verweigerung des Besuchsrechts durch die Mutter soll eben so behördlich geahndet werden können, wie die Zahlungsverweigerung durch den Mann. Die Reform ist ein erster Schritt.

Der Mann auf dem Titelbild ist glücklich verheiratet. Wir hoffen, dass er es bleibt. Die Chance ist 50%. Niemand wird ernsthaft fordern wollen, dass Scheidungen erschwert werden sollen. Sorgen wir dafür, dass sie unter fairen Rahmenbedingungen ablaufen. Die Beziehung zwischen Eltern und Kindern sind keine Verhandlungssache. Derjenige Elternteil, der die Kinder zur Hauptsache betreut, muss dafür besorgt sein, dass der Kontakt zum anderen Elternteil weiter bestehen kann. Als ein Recht des Kindes.

Ivo Knill

Vermischtes

Leserbrief

Mediation

Zum Artikel «Scheidung. Die Familie geht weiter» 2/09

Im Kanton Zürich besteht ein gutes Angebot an Mediationsberatungen. Meine eigenen Erfahrungen als Stellenleiter einer ökumenischen Beratungsstelle für Beziehungsfragen haben allerdings gezeigt, dass die Nachfrage nach Mediationen in den letzten Jahren nicht überwältigend war. Aus unserer Sicht kann es kaum daran liegen, dass es keine entsprechenden Möglichkeiten gibt oder dass die Stellen nicht bekannt sind. Hingegen müssen wir feststellen, dass Mediation oft der schwierigere Weg ist, der viel Kompromissbereitschaft und Geduld verlangt. Es ist oft einfacher, einen Streit zu polarisieren und auch zu delegieren, als sich der Auseinandersetzung wirklich zu stellen. Manchmal ist auch der Schmerz so gross, dass man eine fast magische Erlösung durch einen weisen Richterspruch erwartet. Vielleicht sollte man ganz klar aussprechen, dass Mediation nicht der bessere Weg ist, sondern eine Möglichkeit, unter anderem geeignet für Paare, die die Zukunft ihrer Elternschaft selber nach ihren Vorstellungen regeln können und wollen und dafür bereit sind, die Auseinandersetzung selber und als erwachsene Männer zu führen.

Dr. Christoph Pally

Stellenleiter Ökumenische Fach- und Beratungsstelle für Beziehungsfragen, Affoltern am Albis.

Männergruppe

Einsteiger gesucht

Wer bin ich als Mann? Wer bin ich als Partner? Wer bin ich als Vater? Wo tanke ich männliche Kraft?

In Dietikon treffen sich seit zwei Jahren Männer, die über solchen Fragen nicht mehr nur alleine brüten wollen und den Austausch suchen, moderiert durch den Coach BSO und Visionssuchebegleiter Manuel Aicher. Diese Männerbande steht allen Männern offen, die sich mit ihrem Mannsein auseinandersetzen wollen und auf der Suche sind nach einem neuen Selbstverständnis als Mann. Die Inhalte werden von den Teilnehmern vorgegeben. Priorität hat das, was bei ihnen an Themen ansteht. Wenn aus der Gruppe keine Themen aktuell sind, gehen wir wichtige Themen an, vorbereitet durch den Moderator, z. B.: das Verhältnis zu Vater, Mutter, Partner(in), Söhnen, Töchtern; mein eigenes Verständnis als Vater, Partner, Sohn; Körper, Sexualität, Gewalt; sowie die männlichen Archetypen des Kriegers, Helden, Heilers und Magiers. Die Methoden sind vielfältig, der Moderator sieht jedoch Männer eingebettet in Natur und Kultur; unser Verhältnis zur Natur wird daher einbezogen, auch in ritueller Form.

Nach zwei Jahren wünscht sich die Gruppe Verstärkung. Sie trifft sich alle zwei Wochen an einem festen Wochentag zwischen 19.30 und 21.30 Uhr. Ab September wird der Wochentag neu festgelegt. Wer neu einsteigen will, kann also den Termin mitbestimmen.

Kontakt über Manuel Aicher

aicher@aicherweb.com, Tel. 044 742 20 82

Fachtagung

Jungen als Opfer sexualisierter Gewalt

Am 19. und 20. November 2009 findet in München eine Fachtagung statt. Aufgerüttelt durch eine Serie aufsehenerregender Fälle von Kindesmisshandlung und -vernachlässigung kam es in den vergangenen Jahren zu einer spürbaren Sensibilisierung der bundesdeutschen Öffentlichkeit gegenüber Belangen des Kinderschutzes. Wirksame Prävention und Intervention machen Konzepte erforderlich, die den spezifischen Bedürfnissen der betroffenen Kinder gerecht werden. Die Realisierung eines explizit genderorientierten Ansatzes erscheint unter diesen Umständen als grundlegende Strategie, um Zugang zu gefährdeten und betroffenen Mädchen und Jungen zu finden. Die Fachtagung richtet sich an Beratungsstellen, Einrichtungen der Kinder- und Jugendhilfe, Personen, die mit Kindern und Jugendlichen bzw. deren Eltern arbeiten.

Anmeldung und Auskunft:

Kinderschutz e.V., Frühlingsstraße 16, 85221 Dachau, Tel.: 08131 – 33 206 31

Jungenarbeit**Ein Handbuch für Jugendarbeit**

Im Wettkampf der Geschlechter sind die Jungen nach wie vor Spitzenreiter: Sie führen in der Kriminalitätsstatistik, brechen am häufigsten ihre Schulausbildung ab und tauchen in Beschwerden von Lehrern und Eltern am häufigsten auf. Bei den schulischen Leistungen allerdings liegen sie weit hinten: Ob Schulnoten oder Qualität des Schulabschlusses – die Mädchen sind vorbeigezogen.

Andrea Pracht und Heero Miketta haben sich auf die Suche nach Antworten gemacht – getragen von langjähriger Praxis in Gewaltprävention und geschlechtsspezifischer Arbeit. Entstanden ist dabei ein handfester Praxisratgeber für die Arbeit mit Jungen und den Start eigener Jungenarbeit in Schulen oder Jugendeinrichtungen. Geschrieben für Lehrer, Pädagogen und Jugendarbeiter, die aktiv werden möchten. Aber auch für Eltern, die wissen wollen, wie sie ihre Kinder unterstützen können.

ISBN 978-3-8370-9596-8,

Paperback, 116 Seiten, 16,90 Euro

Vortragsreihe**Väterherbst**

Öffentliche Vortragsreihe an der Universität Bern, Hauptgebäude

Zeit: Jeweils von 19.00 – 20.30 Uhr

Väter haben in der Erziehung meist besondere Funktionen, die nur in einigen Fällen auch von alleinerziehenden Müttern übernommen werden können. Väter, die abwesend sind oder die aus anderen Gründen keine Wirkung entfalten können, lassen bei ihren Kindern in einigen Bereichen ein Vakuum zurück.

Die Vorlesungsreihe geht der Frage nach, unter welchen Bedingungen eine positive Vaterschaft gelebt werden kann

26.10.09 Heinz Walter: Die Suche nach dem Vater. Ein individueller und ein gesellschaftlicher Prozess

16.11.09 Helmwart Hierdeis: Der vielstimmige Vater

24.11.09 Hans-Werner Reinfried: Adoleszenz – wenn der Vater nicht präsent war und nicht präsent ist

30.11.09 Andreas Borter: Vater sein in der Schweiz.

7.12.09 Liselotte Staub: Väter und ihre getrennt lebenden Kinder

Neue Modelle für Solidarität**Adoptionsrecht für homosexuelle Paare?**

Experten schätzen, dass bundesweit bereits mehr als 10'000 Kinder bei gleichgeschlechtlichen Paaren aufwachsen. Bundesjustizministerin Brigitte Zypries von der SPD schlägt nun vor, homosexuellen Paaren das volle Adoptionsrecht zu geben. Sie hat damit eine heftige Kontroverse im deutschen Mediensommer ausgelöst. Zypries beruft sich auf eine Studie, derzufolge Kinder in gleichgeschlechtlichen Paaren genauso gut aufwachsen wie in heterosexuellen Beziehungen. Entscheidend sei, ob ein Kind geliebt werde. «Homosexuelle Paare sind keine schlechteren Eltern», hält sie fest. Die CSU meldet Zweifel an: Für die Kinder sei es das beste, wenn sie mit Mutter und Vater aufwachsen. Die stellvertretende SPD-Fraktionschefin ist hingegen der Ansicht, eine «einseitige Fixierung auf die Ehe» müsse überwunden werden. Wer Kindern ein gutes Aufwachsen ermöglichen, verdiene Unterstützung, keine Hürden. In diese Richtung zielen auch Ideen, andere Formen des solidarischen Zusammenlebens, wie zum Beispiel Alters-WGs, rechtlich anzuerkennen.

In der Schweiz zirkulieren derweil Ideen, für Babysitter, auch aus dem Familienkreis, eine Zertifizierung einzurichten.

In der Trennungsfalle

Verarscht, ausgenutzt, weggeworfen

Martin Bachmann, mannebüro

Gewalt und Trennung stehen in einer unheilvollen Verbindung. Wenn es zur Gewaltanwendung kommt in einer Beziehung, ist eine folgende Trennung ein wahrscheinliches Szenario. Und leider sind laut Kriminal-Statistik des Kantons Zürich Gewalttaten nach der Trennungs-Eröffnung ebenfalls überdurchschnittlich wahrscheinlich. In 80 % der Fälle von häuslicher Gewalt sind verlassene Männer in der Täter-Rolle. Männer sind auf das ‚Verlassen-Werden‘ wohl wirklich nicht vorbereitet.

Grounding der Gefühle

In der Beratung im mannebüro beschreiben Männer ihre Situation plastisch. Sie erzählen von den Gefühlen des Abgeschnittenseins, der plötzlichen Bedeutungslosigkeit, der Ohnmacht, des Ausgeliefertseins an neue, nicht mehr mitbestimmbare Spielregeln. Männer leiden an einem Verlust von Mitbestimmung, an Vertrauensverlust, am Verlust der Liebe, der Heimat, des Lebens, des bisher Aufgebauten. Viele Männer fühlen sich verarscht, ausgenutzt und weggeworfen, sind einsam, unendlich traurig, verunsichert, enttäuscht, zutiefst frustriert, ideenlos, handlungsunfähig. Sie sind voller Angst vor der Zukunft, sie fürchten um ihre Kinder, fürchten die finanzielle Katastrophe. Sie sind voller Vorwürfe und Zweifel, sich und «ihr» gegenüber, weil sie das Fiasko kommen sahen oder geahnt haben und nichts getan haben. Oder weil sie versucht haben, etwas zu tun. Oder weil sie von allem nichts ahnten.

Viele Männer erzählen, dass diese Befindlichkeit, dieses totale Grounding, diese Leere, unerträglich sei. Viele erzählen, dass aus genau diesem Gefühlssalat plötzlich eine Wut hochkommen könne, ein Wunsch, das alles jetzt zu unterbrechen, zu ändern, die Frau sofort zurückzugewinnen, aufzuwachen aus diesem Albtraum, nicht mehr ohnmächtig zu

sein, dem allem ein Ende zu setzen, den Kopf wieder über dem Wasser zu haben. Einige erzählen, dass es dann plötzlich eng und gefährlich werde. Dass plötzlich auch Gefühle von Rache, Hass, Vergeltung wach würden. Einige Männer werden gewalttätig und fühlen sich für kurze Zeit wieder mächtig, handelnd.

Scheiden ist üblich

Es ist schlicht eine Realität, dass Paar-Beziehungen auseinander gehen können. Dass Mann und Frau nicht immer füreinander bestimmt sind. Dass Ehen nicht ewig halten müssen, die Liebe zerrinnen kann, Schicksalsschläge Paare und Einzelne neue Lebensrichtungen gehen lassen können. Das war wohl schon immer so. So häufig war es aber wohl noch nie. Alle Statistiken und Untersuchungen belegen deutlich, dass viel mehr getrennt und geschieden wird als je zuvor, zumindest in unserer westlichen Hemisphäre, in unserem schönen Abendland, auch in der Schweiz. Und darauf sind wir alle wohl nicht sonderlich vorbereitet. Ursachen gibt es viele: Wir werden enorm viel älter, die Ehedauer ist also auch viel länger geworden. Wir leben freier und müssen schreckliche Paar-Situationen nicht mehr einfach aussitzen. Andere sagen, wir seien weniger standfest geworden, würden schneller als früher aufgeben, Konflikte nicht austragen und überwinden. Das moderne Leben produziert isolierte Welten, bevorzugt flexible Single-Menschen, es braucht keine Sippe, Familie, keinen Anhang mehr.

Gehen tut sie

Männer und Frauen sind heute weniger voneinander abhängig, auch ökonomisch. Frauen haben tatsächlich erst seit kurzem Geld, Bildung und Freiheit und nutzen das auch – das äussert sich markant bei den Trennungs-Scheidungs-Begehren. Seit Mitte der 80er-Jahre treten in überwiegender Mehrheit

Frauen in der Rolle der Klägerin auf, noch wenig vorher war es genau umgekehrt. Heute machen beim formellen Auseinandergehen meistens die Frauen den ersten Schritt. Und darauf sind die wenigsten Männer wirklich vorbereitet. Das ist keine Randerscheinung, sondern betrifft wohl fast alle, wenn nicht als ‚selber Verlassener‘ so doch als Freund, Bekannter, Kollege. Es ist in dieser Form eine neue übergeordnete Männererfahrung, diese schockierende, substantielle Lebenserfahrung des «Ich kann es nicht mehr drehen, ändern, hinbiegen! Sie ist weg und Schluss!» Es scheint mir tatsächlich so zu sein, dass wir Männer da nochmals ein neues Lernfeld haben.

Wundpflege

Oh ja, dieses schreckliche Loch auszuhalten, zu überwinden, ist schwer, tut weh, braucht Zeit. Das lässt sich nicht wegmachen, nicht übertünchen, nicht auslassen oder abkürzen. Einige Männer stürzen sich in die Arbeit, in den Alkohol, in die Drogen, gehen ins Puff, werden krank, depressiv, suizidal, ziehen sich zurück, brechen alle sozialen Kontakte ab. Auf längere Sicht sind diese Möglichkeiten wenig männerfreundlich. Männer in Trennungssituationen brauchen Wundpflege, Verständnis, Beistand, Stärkung, brauchen Freunde, Hilfe, Austausch, Anregung, Pause, Luft, müssen verdauen, Rückschau halten, sich neu orientieren, Abschied nehmen, loslassen, Boden wieder unter die Füße kriegen, müssen Vertrauen wieder aufbauen, richtig Trauerarbeit machen. Müssen ganz neu zu sich schauen. Damit Männer anschliessend, später, das Leben wieder entdecken können, das Licht wieder sehen können, die Liebe und Lust wieder leben können.

Martin Bachmann ist Männer- und Gewaltberater im mannebüro züri, verheiratet, 3 Kinder.

Das mannebüro züri berät seit 20 Jahren Männer in Krisen, wenn es heiss wird in der Beziehung, wenn sie gewalttätig wurden oder Angst davor haben, Gewalt anzuwenden.

Beispiele aus der Beratungspraxis im mannebüro züri.

Alle Namen wurden geändert.

Beat

37 Jahre alt, verheiratet mit Eveline, 2 Kinder (6 und 4 Jahre), seit 1 Jahr im eigenen Haus, viel selber mitgebaut. Arbeitet teilzeit als Lehrer (65%), Eveline ebenfalls teilzeit im Spital (50%). Beat ist als Vater sehr engagiert, macht aktiv in Vereinen mit und ist an Geschlechterfragen interessiert. Er sagt, dass es zwar schon sehr streng ist, aber eigentlich genau so, wie er es wolle. Irgendwann abends sagt Eveline, für ihn aus heiterem Himmel, dass sie sich verliebt habe. Sie möchte mit den Kindern im Haus bleiben. Ohne ihn. Beat begreift erst nicht, fühlt sich dann ums Lebenswerk betrogen. Er ist entsetzt, ohnmächtig, am Rand, spürt, wie die Wut steigt...

Stefan

54 Jahre alt, verheiratet mit Bea, 3 gemeinsame Kinder, 2 Kinder brachte Bea schon in die Ehe. Er arbeitet vollzeit als Rayonleiter bei einem Grossverteiler, Bea macht die Haus- und Kinderarbeit. Die Stimmung zu Hause ist gespannt, kühl, beide machen Dienst nach Vorschrift, lassen sich gehen. Die Krise wird heisser, als Bea sich unerwartet pflegt, oft ausgeht und den Haushalt liegen lässt. Sie chattet und hat viele neue Bekannte. Stefan übernimmt alles und trinkt zunehmend. Er knackt ihr mail-Passwort und findet heraus, dass Bea einen Liebhaber hat. Stefan flippt aus, Bea droht mit Scheidung. Stefan ist überfordert, einsam, spürt, wie die Wut steigt...

François

28 Jahre alt, ledig, seit 2 Jahren mit Priska liiert, arbeitet vollzeit als Informatiker. Für François ist diese Beziehung die erste längere, ernsthafte Partnerschaft. Er will mit Priska eine gemeinsame Zukunft aufbauen. Spannungen entstehen, als François merkt, dass Priska das Zusammenziehen hinausschiebt, die Themen Heirat und Familie umschiffet. Er wirbt um sie, investiert, hat Verständnis. François macht einen expliziten Heiratsantrag, Priska bittet um Bedenkzeit. Je mehr François dran bleibt, umso mehr zieht sich Priska zurück. Überraschend sagt Priska Paar-Ferien ab und geht mit einer Freundin weg. François ist leer, erschöpft, spürt, wie die Wut steigt...



Beat

«Oft war ich ganz unten»

Beat Müller ist freier Künstler, Schlossbesitzer, Harley-Fahrer und Einrahmer. Geboren ist er 1955. Nach der Ausbildung zum Buchbinder übernahm er das elterliche Geschäft. Mit 22 Jahren begann er zu malen und entwickelte einen gegenständlichen, expressiven Stil. Er hat zahlreiche Ausstellungen realisiert. Seit neuestem macht er auch noch Klangschaalenmassagen und managt sein Chateau in Frankreich.

Interview Ivo Knill

Als ich dich vor einigen Jahren kennen gelernt habe, lebst du mit deiner Familie in Frankreich. Gemeinsam habt ihr das Schloss betrieben, du klimperst mit den Pinseln in deinem Atelier, während wir im Ballsaal tanzten. Seit einigen Jahren treffe ich dich in verschiedenen Stadien der Trennung. Wo stehst du heute?

Ich fühle mich wieder auf der Sonnenseite dank dem Dalai Lama, den ich in Zürich besucht habe. Die pure Anwesenheit dieses Mannes im Hallenstadion in Zürich hat mich endlich beruhigt. Meiner Frau gegenüber empfand ich vorher eine riesige Wut. Der Gedanke an meine Tochter hat mich zum Glück immer davor bewahrt, aufzugeben und auszurasen. In der Gegenwart des Dalai Lama konnte ich endlich meine Wut loslassen und jetzt lerne ich, innerlich einen Umgang mit ihr zu finden.

Sie ist gegangen, du bleibst zurück. Wie kommst du zugange?

Ich musste zusätzlich zu meinen Arbeiten auch alle Arbeiten übernehmen, die bisher meine Frau gemacht hatte: Die ganze Betreuung der Schlossgäste, das Waschen, die Arbeiten am Computer. Ich war mehrmals dem Zusammenbruch nahe. Ich will meine Tochter regelmässig sehen – das bedeutet einen Weg von 260 km. Ich komme oft völlig k.o. an und gebe den Rest der Energie dafür, mit ihr

locker zu bleiben, eine gute Zeit mit ihr zu haben. Zum Glück komme ich mit wenig Schlaf aus.

Wo findest du Unterstützung?

In den letzten zehn Jahren habe ich gelernt, Hilfe anzunehmen. Von Freunden, die mir mit dem Schloss und mit meinen Gefühlen halfen, so dass ich nicht in eine Lethargie fiel. Ich wollte wieder hoch kommen. Trauer, Selbstmitleid, Wut – der Mix dieser Gefühle kann lähmend sein und du kannst dich leicht daran vergiften. Aber ich bin ein Macher. Und ehemaliger Boxer. Ich wollte nicht liegen bleiben, habe Projekte angepackt, die früher liegen geblieben. Aber es gibt nichts zu beschönigen: Oft war ich ganz unten – aber da fand ich auch den Boden, um mich wieder aufzuraffen, die Arbeit wieder anzupacken.

Wie ist jetzt das Verhältnis zu deiner Frau?

Über die Tochter bleibe ich mit meiner Frau indirekt verbunden. Die Scheidung ist noch nicht vollzogen. Im Moment sind wir getrennt. Jetzt setzt meine Frau einen Vertragsentwurf auf. Sie wird dort eine bestimmte Summe verlangen, die ihr und der Tochter offenbar zusteht. Wahrscheinlich kommt ein Betrag heraus, der weit über dem liegt, was ich erwirtschaften kann. Alimente, Unterhalt, Pensionkasse – das addiert sich. Und ich habe nichts davon, jedenfalls kein Familienleben. Vielleicht könnte ich mit einem Anwalt noch etwas herausholen, aber ob sich das lohnt, ist fraglich. Ich fühle mich ohnmächtig gegenüber dem Staat, der jetzt entscheidet. Das Schlimmste ist aber die Trennung von der Tochter. Ich verbringe mit ihr keinen Alltag – ich sehe sie nie von der Schule nach Hause kommen, mir fehlt das. Meine Tochter ist mir unendlich wert. Und ganz tief in mir drin bin ich meiner Noch-Frau dankbar für dieses riesige Geschenk unserer Tochter. Sie ist das alles längstens Wert! Eine unglaublich

schöne Frucht aus einer Beziehung, die schwierig war.

Empfindest du auch Momente des Neuanfangs, des Aufbruchs?

Im Rückblick gehören die schwierigen Jahre auch zu meinem Leben, die Zeit mit dieser Frau brachten mich dahin, wo ich heute stehe. Der Mensch ist, was er denkt, das ist mein Wahlspruch. Also denke ich positiv! Lieben und loslassen – das ist jetzt mein Thema. Loslassen muss man auch das Selbstmitleid. Mit sich selber zufrieden werden, Achtsamkeit finden. Ich lese sehr intensiv Eckhart Tolle, das gibt mir Orientierung.

Der Boxer besucht den Dalai Lama und liest Eckhart Tolle – wie geht das zusammen?

Ich bin ein Mensch der Widersprüche und der Facetten. Blaukreuzmusik und Ballet, Künstler und Buezer, Chrapfer und Suchender. Wenn das Ego aus dem Spiel ist, wird man auch stärker. Achtsamkeit ist eine Kraft, die einen Raum schafft. Ich lerne, lese, nehme Neues auf und füge es in mein Leben ein. So wachse ich.

Hast du das Gefühl, dass du als Mann besser oder schlechter weggekommen bist in der ganzen Geschichte? Ist das überhaupt entscheidend?

Anscheinend gibt es auch Frauen, die für ihre Männer aufkommen müssen. Frustrierend ist, dass man vor Gericht gar nicht angehört wird. Ich habe in den Ehejahren viel Geld verdient und investiert, das geht jetzt weg von mir. Es ist eigentlich paradox: Je mehr ich mit meiner Arbeit an Geld in die Ehe gebracht habe, umso mehr muss ich heute bezahlen. Wäre ich faul gewesen, käme die Sache billiger.

Beat Müller, Château Vellexon,

F- 70130 Vellexon, www.berahmen.ch,

chateau-vellexon@wanadoo.fr, 079 431 15 64



Du bist Besitzer eines Schlosses in Frankreich, etwa zwei Stunden von Basel, drei Stunden von Bern. Wie kam es dazu?

Wir wollten auswandern, meine Frau und ich, und stiessen auf dieses Schloss. Freunde gaben uns ein zinsloses Darlehen, die Familie half – und so konnten wir das Schloss kaufen, umbauen und zu einem Zentrum der Begegnung machen. Gäste kamen, halfen beim Renovieren, beteiligten sich am Aufbau, schenkten Möbel. Es war ein riesiges Fest des Schaffens. Ich widmete befreundeten Künstlern einzelne Zimmer, die ich mit Bildern ausstattete, die ich von ihnen besass. Das waren schöne Jahre!

Wie sieht es aus?

Im Französischen bedeutet Château einfach mal «grosses Haus». Und gross ist es: Es hat sechzehn Schlafzimmer, vierunddreissig Betten auf fünf Stockwerken. Dazu eine Bibliothek, einen Billardraum, einen Salon, eine grosse Küche, einen Essraum. Kurz und gut: Es steht viel Platz zur Verfügung. Im Mittelalter stand an dieser Stelle eine Festung, von der noch eine Mauer geblieben ist.

Dein Schloss wäre ein idealer Ort für Männerkurse. Nun scheinst du selber auf den Geschmack zu kommen. Was hast du für Ideen?

Es ist ein hervorragender Ort zum Entspannen, für Kurse, für Familienferien, Seminare, Schulen. Da wird getanzt, geschneidert, gewandert, gekocht, gefeiert und entspannt. Es ist einfach eingerichtet, der Charme ist nicht überdeckt durch zuviel Perfektion. Auf längere Sicht suche ich einen Pächter oder eine Gruppe von Pächtern, die Kurse anbieten und koordinieren würden. Im Moment ist das Schloss so ausgelastet, dass Betrieb und Unterhalt finanziert sind. Aber es gibt immer noch Platz für Workshops und Kurse. Vielleicht wird es ein Ort, wo Männer zur Ruhe und wieder auf die Beine kommen können? Ich bin mal gespannt.

Reto

Eine Prozessdauer von 5 Jahren

Reto F. Kunz* lebt zur Zeit bei seinen Eltern. Er ist gerichtlich getrennt von seiner Frau und seinen beiden Buben Stefan (11) und Manuel (8).

Wir fühlten uns als eine normale und glückliche Familie, als wir im Jahr 2006 unseren Traum vom eigenen Haus verwirklichten. Ich hatte allerdings zu dieser Zeit mit Nachwirkungen eines Arbeitsunfalls zu kämpfen, der schon einige Jahre zurück lag, und war gesundheitlich und mental nicht sehr stabil. Da kam es beim Einrichten unseres neuen Hauses wegen eines banalen Radioantennenkabels zu einem Streit zwischen meiner Frau und mir. «Nicht einmal in der eigenen Hütte kannst du tun und lassen, was du willst!», schoss es mir durch den Kopf. Das war der Anfang eines grossen Konfliktes. Ich zog mich, wie so häufig, aus dem Konflikt zurück und verfiel in eisernes Schweigen. Loslassen konnte ich die Gedanken aber nicht. Es ging mir zunehmend schlechter, so sehr, dass ich meiner Frau gegenüber sogar Suizidgedanken aussprach. Für mich war das ein Hilfeschrei, denn ich hatte zu keiner Zeit vor, mir selbst etwas anzutun. Um etwas Abstand von allem zu gewinnen, trat ich freiwillig in eine Klinik ein. Mit dem alten Klischee einer ‚Psychi‘ im Hinterkopf ging es mir dort jedoch nicht wirklich besser, doch meine Frau stellte klar: «Wenn du jetzt nicht eine bestimmte Zeit hier bleibst, sehe ich keine Chance mehr für unsere Beziehung!»

Diese Worte waren der Auslöser dafür, dass ich zu resignieren begann. Die Bereitschaft von beiden Seiten, bei einem Ehe-therapeuten einen Termin wahrzunehmen, gab jedoch wieder Hoffnung. Aber dann bekam ich von dieser Stelle einen Anruf. Der vereinbarte Termin werde nicht stattfinden. Man hatte meiner Frau empfohlen, direkt beim Gericht Eheschutzmassnahmen zu beantragen. Mir blieb der Mund vor Unverständnis weit offen. Ich möchte hier noch anfügen, dass es während der ganzen Ehezeit nie

zu einer Gewaltanwendung gegen meine Frau, geschweige denn gegen unsere Kinder kam. Jetzt war es also soweit, dass diese Ehe keine Chance mehr bekommen sollte.

In der Trennungsverfügung gegen Ende 2007 wurde das neue Haus der Frau mit den Kindern zugesprochen, ich wurde zur Alimentenzahlung verdonnert, mir wurde ein begleitetes Besuchsrecht gewährt – den genauen Grund, warum die Begleitung auferlegt wurde, kenne ich bis heute nicht. Ich nehme an, dass meine Suizidgedanken bei Gerichten und Behörden gleich in Gewaltbereitschaft umgeformt wurden. Zudem wurde für die Kinder ein Beistand ernannt.

Mit Unterstützung von Anwälten begann die Auseinandersetzung um die Scheidungsbestimmungen und ums Besuchsrecht, die bis heute andauert.

Nach langen eineinhalb Jahren konnte ich meine Kinder erstmals am 13. Juli 2008 im begleiteteten Besuchstreff in Uster wieder sehen. Ich hatte Angst, von den Kindern abgewiesen zu werden – zum Glück unbegründet. Ich verbrachte eine kurze, aber umso glücklichere Zeit mit unseren Kindern, in der ich ihnen mit Liebe und Respekt als Vater begegnen durfte.

Ende September 08 benachrichtigte mich der Beistand der Kinder, dass im November mein begleitetetes Besuchsrecht wegen Überbelegung in Uster nicht stattfinden würde. Vom Monat Oktober wurde gar nicht geredet, mein Besuchsrecht fiel einfach ins Wasser! Es wurde keine Alternative angeboten, ich konnte also meine Kinder frühestens wieder im Dezember 08 sehen. Dieses Vorgehen kränkte mich so sehr, dass ich beschloss, meiner Frau per Mail eine Alternative vorzuschlagen, damit ich unsre Kinder trotzdem sehen kann. «Ich habe die Kinder gefragt, sie wollen beide nicht», war die kurze, knappe Antwort.

Seither schirmt meine Frau unsere Kinder regelrecht vor mir ab. Briefe und Mails gibt sie nicht weiter. Ich möchte wissen, wie es den Kindern geht, wie es in der

Schule läuft und vieles mehr. Ich möchte für unsere Kinder einfach als Vater da sein! Das Telefon wäre mein einziges Mittel, um mit den Kindern in direkten Kontakt zu treten, doch auch da ist Vorsicht geboten: Meine Frau hat mich kurz nach der Trennung wegen Telefonbelästigung angeklagt. Diese Klage wurde inzwischen sistiert. Ich komme trotz grosser Anstrengung an unsere Kinder einfach nicht heran, und das schmerzt sehr, macht mich unendlich traurig und bringt mich fast zur Verzweiflung!

Kurz nach der Trennung bin ich in ein tiefes Loch gefallen und schämte mich nicht, mich an einen Psychologen zu wenden. Die Arbeit mit ihm dauert bis heute an, wenn auch nicht mehr so intensiv wie am Anfang. Durch den Therapeuten bin ich auch in einer Männergruppe aktiv geworden, die sehr förderlich ist, um meine Zukunft neu anzugehen.

Da aus der Scheidungsverhandlung Anfangs April 09 und der Verhandlung für vorsorgliche Massnahmen bezüglich Besuchsrecht von Anfang Juni 09 kein Entscheid hervorging, sind ich und mein Anwalt gezwungen, nun vor Obergericht für mein Recht weiter zu kämpfen. Mein Anwalt hat mir mitgeteilt, dass ich mich auf eine gesamte Prozessdauer von 5 oder noch mehr Jahren einstellen solle. Jetzt gilt es von meiner Seite her, die Geduld nicht zu verlieren und weiter die Beharrlichkeit aufzubringen, um zu meinem Ziel zu kommen; nämlich ein ganz normales Besuchsrecht zu erreichen, wie es jeder geschiedene Vater haben sollte.

Ich wünsche mir, dass die Mutter meiner Kinder endlich einsieht, dass sie mit ihrem Verhalten nicht nur mir, sondern vor allem unseren Kindern grossen Schaden zufügt, indem sie den Kontakt zu ihrem Vater nicht zulässt.

Ich wünsche mir sehr, dass sie zur Einsicht kommt, und wir in Zukunft als getrennte Ehe-Leute, jedoch als verantwortungsvolle Eltern ein Team bilden, zum Wohle unserer Kinder.

*Name geändert



Drei Fragen

Sie schildern das Auseinandergehen Ihrer Ehe als Bruch, der Sie regelrecht überrumpelte – gab es keine Vorzeichen?

Anfänglich kam es mir wirklich vor wie ein Bruch aus heiterem Himmel, da ich bis kurz vor der Trennung den Eindruck hatte, eine glückliche Beziehung zu leben. Als ich jedoch nach der Trennung mit Hilfe meines Therapeuten zurück blickte, erkannte ich Situationen, die ich vorher nicht gesehen hatte und die schon damals zu einer Distanzierung in unserer Ehe führten.

Gab es ein Gutachten oder etwas in diese Richtung, die eine Tendenz zum erweiterten Suizid oder zur Gewaltausübung nahe legte?

Ein Gutachten in dieser Richtung habe ich nie gesehen. Deshalb habe ich auch das ungute Gefühl, dass die Mutter, welche die Kinder beherbergt, im Umgang mit dem Gericht anscheinend mehr Rechte hat und meine Situation als Vater der Kinder vom Gericht weder angeschaut noch analysiert wird. Das Gericht will einen Fehlscheid nicht verantworten und ich vermute, dass deshalb auf ähnliche vorhergehende Gerichtsentscheide zurückgegriffen wird und ich damit bestraft werde, dass ich in den gleichen ‚Topf‘ geworfen werde, ohne dass meine Situation je genauer angeschaut wurde.

An Ihrer Geschichte fällt auf, dass Sie kaum in die Entscheide über die zukünftige Gestaltung Ihres Familienlebens einbezogen wurden. Gab es keine Einladungen zu Gesprächen, wo Sie Ihre Sicht der Dinge darlegen konnten?

Durch meine Art und die damals nicht vorhandene Selbstsicherheit hatte ich grosse Mühe, meine eigenen Gefühle und meine allgemeinen Ziele mitzuteilen. Um einer Aussprache auszuweichen, reagierte ich darum immer mit Rückzug und mit den Worten: Lass mich in Ruhe, ich komme dann schon wieder, wenn es Zeit ist. Meine Frau bohrte mit Fragen nur so an mir herum und wollte mich zum Reden bringen, doch ich blieb stumm, und dies verärgerte sie noch mehr. Mit Hilfe meines Psychologen habe ich inzwischen mit meinem Problem grosse Fortschritte gemacht. Doch jetzt, wo ich bereit bin, reinen Tisch zu machen und zu reden, lehnt meine Ex-Frau unverständlicherweise jegliches Gespräch ab.

Markus

«Die nächste Beziehung wird besser!»

Markus Seiler* ist 40 Jahre alt, Übersetzer von Beruf. Seine Ehe wurde nach 7.5 Jahren geschieden.

Die Ehe mit meiner osteuropäischen Frau war schon längere Zeit nicht mehr die glücklichste. Der Umgang war mitunter mühsam und tiefe Gespräche waren kaum möglich. Zudem kritisierte meine Frau meine Arbeit und meinen christlichen Glauben und beschuldigte mich, ihr zu wenig Haushaltsgeld zu geben – was aber nachweislich nicht der Fall war. Es gab auch Differenzen bezüglich Erziehungsmethoden. Es wurde immer offensichtlicher, dass meine Frau Haushalt und Kindererziehung zu wenig gewachsen war. Dennoch liebte ich meine Frau und ich wollte die Ehe unbedingt aufrechterhalten, auch wegen unserer zwei gemeinsamen Söhne (heute 6 und 8 Jahre).

Nach dem Sommer 2006 wurden die Streitereien immer schlimmer. Kurz zuvor hatte meine Frau die Schweizer Bürgerschaft erlangt. Möglicherweise hatte sie nur darauf gewartet, belegen kann ich dies jedoch nicht. Ich war wohl zu naiv.

Wie auch immer, ich schlug meiner Frau eine Eheberatung vor, die sie jedoch ablehnte. Die Monate vergingen, ohne dass sich die Situation verbesserte. Im März 2007 erfuhr ich dann, dass meine Frau bereits seit Herbst 2006 mit der Familienberatung in Kontakt stand. An gemeinsamen Gesprächen war sie dann aber doch nicht interessiert.

Schliesslich – Ostern 2007 war gerade vorbei – erhielt ich aus heiterem Himmel einen Brief von einer Anwältin, wonach meine Frau die Trennung einleiten wolle. Meine Frau hatte mir kein Wort davon gesagt. Ich stellte sie zur Rede. Doch sie hackte nur auf mir herum. Gleichzeitig war es für mich auch klar, dass ich zumindest vorübergehend ausziehen würde – auch um meine Frau spüren zu lassen, was es heisst, ohne Mann zu sein. Die Situation eskalierte. Die

Kinder, die das Geschehen mitkriegen, bekamen Angst. Endlich erfüllte meine Frau meine Bitte und ging mit den Kindern spazieren, so dass ich meine wichtigsten Sachen packen konnte. Ich fand vorübergehend Unterschlupf.

In den darauffolgenden Tagen versuchte ich, mit meiner Frau zu reden. Sie willigte zunächst ein, die Anwältin aus dem Spiel zu nehmen. Ich schöpfte nochmals Hoffnung, nur um zwei Wochen später zu erfahren, dass meine Frau erneut einen Anwalt beauftragt hatte und es mit der Trennung ernst meinte.

Das Trennungsverfahren war äusserst strittig und dauerte etwa ein Jahr. Bis zu einer ersten gerichtlichen Regelung verlief das Besuchsrecht ziemlich willkürlich. So erlaubte meine Frau zunächst nicht, die Kinder bei mir übernachten zu lassen. Zudem beeinflusste sie unsere Söhne offensichtlich negativ. Denn der ältere wollte in den ersten Wochen nicht zu mir kommen, obwohl ich zu ihm stets ein gutes Verhältnis gehabt hatte. Auch ein gemeinsamer Zeltausflug ins Tessin im Sommer 2007 fiel ins Wasser, weil die Mutter wohl wieder auf die Buben eingeredet hatte (nur einen Tag zuvor waren die Buben hell begeistert von der Aussicht aufs Zelten).

Ab Winter 2007/2008 konnten die Buben schliesslich bei mir schlafen, nachdem das Gericht dies meiner Frau 'aufgebrummt' hatte.

Nach einem langen Kampf erhielt meine Frau letztlich trotz offensichtlicher Erziehungsmängel und negativen Einflusses auf die Kinder die Obhut zugesprochen. Ich musste die Erfahrung machen, dass man die Kinder lieber einer (kritik-)unfähigen Mutter überlässt und einen teuren Beratungsapparat finanziert, als sie einfach dem gesunden Elternteil zuzusprechen. Dank meines sehr verständnisvollen Arbeitgebers hätte ich Arbeit und Erziehung nämlich sehr gut unter einen Hut bringen können. Und das wusste auch das Gericht. Wie auch immer, die Zeit verging und

ich arrangierte mich mit meiner neuen Situation. Obwohl ich meine Kinder auch heute noch schrecklich vermisse und es mir schwerfällt, sie nach den Besuchstagen wieder zurück zu bringen, habe ich mich an die Trennung gewöhnt. Aber ich gestehe, dass mir immer wieder mal die Tränen hervorkommen beim Gedanken an die Kinder. Ich mache mir auch Sorgen um ihre Entwicklung. Da meine Frau mittlerweile Teilzeit arbeitet, werden die Kinder hin- und hergeschoben.

Andererseits funktioniert die Kommunikation mit meiner Frau wieder etwas besser. Ich glaube, sie versteht heute eher, was es heisst, zu arbeiten und eine Familie durchzubringen. Und dass auch in der Schweiz das Geld nicht einfach auf der Strasse liegt, ist ihr wohl auch klar geworden. Die Übergaben verlaufen jetzt problemlos und sie lässt heute auch mehr mit sich reden, wenn es um Terminverschiebungen usw. geht. Trotzdem spüre ich auch weiterhin Misstrauen.

Ich selbst bin jedoch wieder guten Mutes und schaue positiv in die Zukunft. Auf keinen Fall werde ich allein bleiben und freue mich auf die nächste Beziehung, die hoffentlich besser verlaufen wird.

*Name geändert



Drei Fragen

Wo haben Sie Hilfe und Unterstützung gefunden?

Fachliche Hilfe erhielt ich von meiner Anwältin, die sich enorm für mich eingesetzt hat, vom VeV und durch Internetrecherchen. Moralische Unterstützung fand ich bei meiner Familie, beim Arbeitgeber und Arbeitskollegen. Von den Ämtern fühlte ich mich eher im Stich gelassen.

Denken Sie, die Behörden könnten mit kleinem Aufwand die Scheidungsverfahren für Männer akzeptabler machen?

Ich bin mir nicht sicher, ob ein kleinerer Aufwand die Situation für Männer akzeptabler macht. Das Problem sehe ich eher darin, dass die Männer in aller Regel den Kürzeren ziehen und sowohl zwischenmenschlich als auch finanziell im Regen stehen gelassen werden.

Was würden Sie einem Mann raten, dessen Ehe auf Scheidungskurs gerät?

Informieren Sie sich rechtzeitig (bei Anwälten, Beratungsstellen, bereits geschiedenen Männern usw.). Wenn Sie Kinder haben, versuchen Sie möglichst eine einvernehmliche Lösung mit Ihrer Frau zu finden. Ist dies nicht möglich, kämpfen Sie für Ihre Rechte als Vater! Scheuen Sie sich auch nicht, gegebenenfalls beim Gericht, bei der Vormundschaft und bei Familienberatungsstellen vorstellig zu werden, um auf allfällige Missstände aufmerksam zu machen. Machen Sie aber Ihre Kinder nicht zum Spielball. Und wichtig: Lassen Sie sich niemals unterkriegen! Vergessen Sie bei allem Trennungsschmerz auch nicht, dass es ein Leben 'danach' gibt. Auch wenn es im Moment dunkel um Sie herum ist, erscheint über kurz oder lang wieder Licht am Horizont.

Kommentar

Die Zuteilung des elterlichen Sorgerechts muss neu geregelt werden, um den Verhältnissen gerecht zu werden. Der Vorentwurf zur anstehenden Revision der Gesetze bringt Verbesserungen. Er orientiert sich am Wohl des Kindes – doch gerade an diesem Begriff wird Kritik laut.

Die anstehende Revision des Schweizerischen Zivilgesetzbuches sieht vor, die gemeinsame elterliche Sorge nach einer Scheidung als Regelfall einzuführen. Bei unverheirateten Paaren gilt das gemeinsame Sorgerecht von Gesetzes wegen, wenn eine Anerkennung des Kindes durch den Vater vorliegt. Damit geht der Revisionsentwurf von einer Gleichstellung unverheirateter Paare mit verheirateten aus. Dies jedoch nur im Falle des Sorgerechts, nicht bei Unterhaltsleistungen.

Im Zeitraum zwischen 2004 und 2006 wurde bei 2112 befragten Paaren in 61,5% der Fälle das Sorgerecht der Mutter zugesprochen, in 3% dem Vater und in 35,5% beiden Elternteilen. Mit der Revision werden die Rahmenbedingungen für eine gemeinsame Erziehung des Kindes also verbessert. Allerdings: Nur in 16% der Fälle, bei denen den oben erwähnten Paaren das gemeinsame Sorgerecht zugesprochen wurde, wird das Kind auch tatsächlich von beiden Eltern im Alltag gemeinsam betreut.

Programmierter Streit um das Kindeswohl?

Die Revision sieht vor, dass einem Elternteil die elterliche Sorge entzogen werden kann – auf Antrag des anderen Elternteils und im Sinne des Kindeswohls. Damit beginnen die neuen Probleme.

Der Ausdruck «Kindeswohl» wird so zum Universalbegriff, der einer Vielzahl von Interessen der beteiligten Akteure unterliegt – den Interessen und Einstellungen von Mutter, Vater, Vormund und Richter. Von Interessengruppen wird vorgeschlagen, den Begriff ‚Kindeswohl‘ zu streichen und die Einigkeit der Eltern als massgebend zu betrachten. Wenn sich die Rechtsprechung an der bisherigen Tendenz orientiert, dann wird auch in Zukunft im Streitfall der Mutter das Sorgerecht zugesprochen. Hier ist die Rechtsprechung gefordert, sich auf neue Verhältnisse einzustellen – ein schwieriges Unterfangen bei unklarer Begrifflichkeit.

Deutsche Lösungsansätze?

Ein Lösungsansatz wäre das viel beachtete Cochemer-Modell aus Deutschland. Es zielt darauf, die Betroffenen zur Lösung des Konflikts selber in die Verantwortung zu nehmen. Das Gericht verpflichtet die Eltern, sich binnen bestimmter Frist zu einigen. Dabei können die Eltern auf die Unterstützung verschiedenster Dienste zurückgreifen. Gelingt keine Einigung, setzt das Gericht einen Termin für ein Hilfsangebot. Wenn sich ein Elternteil weigert, auf das Angebot einzugehen, droht ihm der Verlust des Sorgerechts. Erst wenn auch mit beiden Elternteilen keine Lösung gefunden werden kann, entscheidet das Gericht. Durch dieses Vorgehen steht das Paar unter Druck, selber zu einer Lösung zu gelangen.

Die Revision des Scheidungsrechts beinhaltet also wesentliche Verbesserungen für alle Beteiligten. Damit die neuen Gesetze aber nicht Makulatur bleiben, müssen die von verschiedenen Interessengruppen eingebrachten Verbesserungsvorschläge untersucht und abgewägt werden.

Benjamin Spycher

Gefühl und Gesetz

«Es braucht ein Grundvertrauen»



Josef Mock im Gespräch
mit Benjamin Spycher

Empfehlen Sie, zu heiraten?

Ja, wenn das Gefühl es sagt, schon. Wenn Kinder geplant oder vorhanden sind auch aus rechtlichen Gründen. Bei einem Unglücksfall entstehen enorme Nachteile für die Hinterbliebenen, wenn man unverheiratet ist. Privatversicherungsrechtlich kann man sich nicht so abdecken, wie man durch die Sozialversicherung geschützt ist.

Meine Partnerin und ich haben damals nicht geheiratet, sondern einen Verein gegründet mit dem Ziel, die rechtliche Situation unverheirateter Paare mit Kindern abzuklären. Der Verein heisst LOT, Lebensgemeinschaft ohne Trauschein. Beim zweiten Kind haben wir dann aber doch geheiratet, weil unser Sicherheitsbedürfnis unterdessen gestiegen war.

In welchen Bereichen liegen die grössten Streitpunkte bei einer Scheidung?

Emotional wird die Auseinandersetzung vor allem bei Paaren mit Kindern bis etwa zehn Jahren. Es sind aber nicht

diese Scheidungen die schwierigsten, sondern jene, bei denen um Geld gestritten wird – Häuser, Autos, Schiff usw. Hier streiten sich die Paare oft erbitterter, als wenn es um Kinder geht. In den letzten Jahren hat sich das aber wesentlich gebessert. Seit der Revision des Scheidungsrechtes im Jahre 2000 muss nicht mehr um Schuldfragen gestritten werden. Bei der Schuldfrage ging es darum, dass der Ehegattin nur Unterhaltsbeiträge zustanden, wenn dem Ehegatten das Verschulden an der zerrütteten Ehe zugewiesen werden konnte.

Eine Scheidung ist zwar nach wie vor eine Katastrophe, vor allem auch für Kinder. Doch ich stelle eine Tendenz zur Gesprächsbereitschaft fest, um gemeinsam eine gute Lösung der Scheidungsnebenfolgen zu finden. Die Gesprächsbereitschaft ist sicher auch dadurch beeinflusst, dass das Einkommensgefälle zwischen Mann und Frau nicht mehr so massiv ist wie früher. Heute hat auch die Frau die Möglichkeit, wieder in den Beruf einzusteigen und ein Einkommen zu erwirtschaften, das ihr das weitere Leben ermöglicht.

Betrachtet die Gesellschaft Scheidungen nicht mehr als Katastrophe?

Man wird sicher nicht mehr so stigmatisiert wie früher. In den 70er-Jahren war der Ausdruck ‚das ist eine Geschiedene‘ ein ziemlich starkes Schimpfwort. Das hört man heute nicht mehr.

Eine Scheidung ist aber nach wie vor eine finanzielle Katastrophe. Heute richten die Familien ihren Lebensstandard direkt am Einkommen aus, das heisst, wenn mehr Einkommen vorhanden ist, wird mehr ausgegeben. Gespart wird kaum noch. Das führt zu einem höheren Lebensstandard. Nach einer Scheidung kann dieser Lebensstandard meistens nicht mehr aufrecht erhalten werden. Hier beginnt der Konflikt, weil beide ihren Lebensstandard beibehalten wollen.

Wie gehen die Ehegatten in einer Scheidungssituation miteinander um? Nehmen die Eheleute gemeinsam einen Anwalt?

Es ist eine Tendenz erkennbar, dass Ehepaare vermehrt zusammen zu einem Anwalt oder einer Anwältin kommen. Sie wissen natürlich, dass ein Anwalt

Scheiden ist einfacher geworden – weh tut es noch immer. Und Grund zum Streiten wird es auch nach der Revision des Scheidungsrechtes geben.

billiger ist, als wenn beide einen bezahlen müssen. Dafür braucht es aber ein Grundvertrauen zwischen den Eheleuten. Vor allem muss man auch zwischen sachlicher und emotionaler Ebene unterscheiden. Beim Anwalt geht es um die sachlich-finanzielle Ebene. Die emotionale Ebene muss je nach Person angegangen werden. Eine Scheidung ist eine Stresssituation, das darf man nicht unterschätzen. Eine psychologische Therapie kann hier sehr hilfreich sein. Der Idealfall ist, wenn die Therapie als Paar besucht wird. Heikle Punkte können in diesem Rahmen mit professioneller Hilfe besprochen und so Eskalationen verhindert werden. Ein solches gemeinsames Vorgehen ist auch im Sinne der Kinder. Meine Exfrau und ich waren in einer solchen psychotherapeutischen Begleitung und ich kann sagen, dass dies extrem zur De-Eskalation beigetragen hat.

Was halten Sie von einer im Gesetz verankerten Verpflichtung zur Mediation?

Da halte ich nicht viel davon. Ich finde, das muss auf freiwilliger Basis geschehen. Ein Zwang würde hier kontraproduktiv wirken. Man muss ein Interesse an einem gemeinsamen Vorgehen haben. Für eine solche Auseinandersetzung braucht es von Grund auf ein inneres Ja der beteiligten Personen.

Besonders interessiert uns die Situation der Männer. Welche Beobachtungen haben Sie dabei gemacht?

Im Gegensatz zu früher hat die rechtliche Situation der Männer eine wesentliche Besserstellung erfahren. Einerseits, weil die Schuldfrage keine Rolle mehr spielt, und andererseits, weil die Frauen nicht mehr mit einer lebenslangen Rente rechnen können. Früher waren die Männer jahrzehntelang verpflichtet, Unterhaltsbeiträge zu leisten, die zu einer enormen Belastung geführt haben. Im Weiteren ist auch festzuhalten, dass es immer mehr Väter gibt, die in der Kindererziehung aktiv sind.

Die gemeinsame elterliche Sorge soll nun als Regelfall gelten.

Im Verein LOT haben wir schon bei der Scheidungsrechtsrevision im Jahr 2000 dafür gekämpft, dass auch die Konkubinatspaare auf Antrag die gemeinsame elterliche Sorge erhalten können – wie es für geschiedene Paare vorgesehen war. Hier hat sich die Situation für im Konkubinat lebende Paare gebessert. Dies war einer der grössten Erfolge von LOT.

Was jetzt ansteht, ist die Verbesserung der Position des Vaters. Denn wenn der Antrag auf die gemeinsame elterliche Sorge nicht vorhanden ist, erhält die Mutter das elterliche Sorgerecht. Die neue Revision sieht nun als Regelfall vor, dass beide Elternteile die elterliche Sorge weiterhin haben wie während der Ehe – ausser es gibt einen Grund, der gegen die gemeinsame Ausführung steht. Diese Regelung hat sich beispielsweise in Deutschland seit Jahren bewährt.

Interessengruppen monieren, dass weiterhin der Begriff ‚Kindeswohl‘ im Gesetz verwendet wird, durch dessen Gebrauch ein Elternteil eine Aufhebung der gemeinsamen elterlichen Verantwortung erzielen kann.

Dieser Begriff ist sehr unkonkret, unkonkreter kann man den Sachverhalt gar nicht fassen. Was ‚Kindeswohl‘ ist, entscheidet im Streitfall der Richter oder die Vormundschaftsbehörde. Heute wird in schwierigen Fällen oft ein Beistand für das Kind ernannt, der das Wohl des Kindes im Auge haben und zwischen den Eltern vermittelnd wirken soll. Ich habe aber festgestellt, dass die Tendenz der Sozialdienste sehr oft zugunsten jener Person ausfällt, der die Kinder zugesprochen wurden. Diese Obhut hat meistens die Mutter inne, und so sind die Väter in der schwierigen Situation, dass sie nicht nur gegen die Mutter, sondern auch gegen den Vormund ihr Recht durchzusetzen haben. In solchen Fällen empfehle ich den Männern – und das ist sehr anspruchsvoll – die Situation nicht

eskalieren zu lassen. Eine Eskalation schadet der Gesamtsituation, was dazu führen kann, dass die Väter die Kinder noch weniger sehen werden.

Gibt es eine Möglichkeit, diese Problematik anzugeben?

Unser Zivilgesetzbuch sieht vor, dass unmündige Personen entweder Eltern oder einen Vormund haben. Das ist grundlegend für das Rechtssystem. Das Grundkonzept, das dahinter steht, wurde im römischen Recht entwickelt. Alle Rechtssysteme, die vom römischen Recht her kommen, bauen auf diesem Konzept auf. Irgendjemand muss die Verantwortung für rechtlich unselbständige Personen übernehmen. Ich sehe hier momentan keine Möglichkeit, diese Verantwortung abzugeben. Theoretisch wäre es möglich, den Begriff ‚Kindeswohl‘ im Gesetz konkreter zu fassen. Aber ich befürchte, dass diese Formulierungen Theorie bleiben würden, weil jeder Fall individuell ist.

Josef Mock Bosshard, 49 Jahre, ist Vater von zwei Kindern. Als Rechtsanwalt hat er regelmässig mit Scheidungsfällen zu tun und kennt die Scheidungssituation aus eigener Erfahrung.

Wir sind die Pioniere

Georges Bucher
Bereichsleiter IT

nest 

die ökologisch-ethische Pensionskasse

«Die Nachhaltigkeit unserer Anlagen, die guten Anstellungsbedingungen, die Transparenz unseren versicherten Betrieben gegenüber und natürlich die Mitbestimmung.»

Darin sind wir Pioniere – **seit 25 Jahren.** www.nest-info.ch

Trennung und Elternschaft

Eltern sind immer zwei

Oliver Hunziker kommentiert häufige Situationen bei einer Trennung

Wir hatten schon längere Zeit Schwierigkeiten in der Ehe, eines Abends erklärt meine Frau, dass sie nur noch in der Scheidung einen Weg sieht. Wir haben zwei Kinder im Schulalter: Ist es eine gute Idee, wenn ich mal ausziehe und so die Situation etwas entspanne?

Nein! Diese Idee ist leider ganz und gar nicht gut. Auch wenn die Begründung, dass sich die Situation dann entspannt, möglicherweise einleuchtend klingt, so muss auf der anderen Seite ganz dringend von diesem Schritt abgeraten werden. Der Auszug aus der gemeinsamen Wohnung wird später vor Gericht als ‚im Stich lassen‘ bezeichnet werden und führt auch sonst zu einer sofortigen Unterbrechung der bisherigen Beziehung zu den Kindern. Der Vater ist dann ‚draussen‘ und hat nur noch wenig Einfluss auf das weitere Geschehen. Mit der genau gleichen Begründung könnte ja auch die Mutter ausziehen, natürlich ebenfalls ohne Kinder. Warum sie das wohl nicht tut? Um die Situation zu entspannen, bis zu einer definitiven Lösung, ist es besser, sich auf einige Regeln zu verständigen, und dafür zu sorgen, dass man sich zuhause nicht allzu oft begegnet. Dabei muss aber unbedingt darauf geachtet werden, dass der Vater wie bisher mit den Kindern zusammen ist. Beispielsweise könnte die Mutter am Abend das Haus verlassen, wenn der Vater nach Hause kommt, man kann sich die Wochenenden aufteilen, so dass immer einer von beiden abwechselungsweise das Weekend mit den Kindern verbringt und so weiter. So verlässt bis zur Entscheidung keiner das Haus und es wird kein Präjudiz geschaffen.

Wir hatten alles, was es für eine gute Beziehung braucht: Ein Haus, beide gute Jobs, ich als Mann habe auf 60 % reduziert und viel Zeit mit den Kindern verbracht. Natürlich hatten wir immer wieder Reibereien. Und natürlich lebten wir nicht im Himmel der Verliebten: Familienalltag ist nun mal so. Jetzt hat mir meine Frau eröffnet, dass sie einen Freund hat, mit dem sie zusammenziehen will, die Kinder will sie behalten. Ich fühle nur noch ohnmächtige Wut. Was ist dein Rat? Gibt es irgendjemand, der mir hilft, dass ich nicht ausraste?

Der Rat hier ist zunächst, ganz ruhig zu bleiben, die Nerven zu behalten und sich so schnell wie möglich an eine Väterorganisation zu wenden. Auf www.gecobi.ch findet sich eine Liste mit entsprechenden Organisationen aus der ganzen Schweiz. Auch der Beizug eines Fachmannes kann in dieser Situation sehr hilfreich sein, denn alles hängt jetzt davon ab, die Nerven nicht zu verlieren. Die erste Antwort an die Frau sollte sein, dass sie das Haus durchaus verlassen kann, um mit dem Freund zusammen zu ziehen, allerdings nur ohne die Kinder. Ob sie dann immer noch gehen will, ist eher fraglich. Weitere Schritte können nur im Einzelfall diskutiert werden, daher der Rat, sich an eine Väterorganisation zu wenden. Nebst der Bewältigung der ganzen Folgen einer Trennung muss nämlich auch die eigene Situation bedacht werden.

Gibt es auch Scheidungen, die gut herauskommen?

Ja, zum Glück gibt es diese! Ich kenne einige Fälle, in denen es Eltern gelungen ist, trotz der Trennung/Scheidung Eltern zu bleiben. Sie haben es geschafft, weiterhin für ihre Kinder da zu sein, und auch in der Trennungsphase nicht die Elternebene zu vergessen. Scheidungskinder aus solchen Situationen sind kaum als solche zu erkennen, sie vermissen wenig, gewinnen aber im Idealfall einiges an sozialen Kompetenzen dazu. Sie lernen beispielsweise schon sehr früh, was es heisst, sich ‚erwachsen‘ zu verhalten, Probleme gemeinsam zu lösen und nach guten Lösungen zu suchen.

Im Jahre 2007 wurde in rund 60% aller Scheidungen das Sorgerecht und in noch weit mehr Fällen die Obhut über die gemeinsamen Kinder allein den Müttern zugesprochen.

Oliver Hunziker, Präsident GeCoBi

Der Vater ist in der Mehrzahl der Scheidungsfälle rechtlich und auch tatsächlich aus der Familie draussen. Er hat im besten Fall noch ein Besuchsrecht von 2 Wochenenden pro Monat. Wenn er Glück hat, kann und darf er dieses Besuchsrecht sogar wahrnehmen. Solche Regelungen werden auch heute noch stereotyp angewendet, meist ohne Ansicht der Personen oder deren individueller Situation.

Nun hat sich aber die Gesellschaft gewandelt. Seit in den 80er Jahren der Ruf nach dem ‚neuen Mann‘ laut wurde, haben immer mehr Männer begriffen, dass Vatersein nicht bloss heisst, mehr Mäuler zu füttern. Zaghaft erst, doch immer mehr und immer intensiver haben die Väter begonnen, sich in der Kinderbetreuung zu engagieren. Die Einen mehr, die Anderen weniger, sicherlich, doch insgesamt ist der Trend unverkennbar. Männer wollen Väter sein, nicht mehr bloss Ernährer. Bei der Trennung von der Partnerin sind sie nicht mehr länger bereit, ohne weiteres auf ihre Kinder zu verzichten. Vielmehr wollen sie die intensive Beziehung zu ihren Kindern weiterführen, mit der gleichen Selbstverständlichkeit, wie dies auch die Mutter will.

Neue Rollenbilder

In unserer modernen Gesellschaft lösen sich die bisher gültigen Rollenbilder ohnehin immer mehr auf. Vorbei die Zeit, als Papa sein gesamtes Berufsleben bei einem Arbeitgeber verbrachte. Vorbei die Zeit, als Mama automatisch und selbstverständlich ihren Beruf nach der Geburt des ersten Kindes aufgab.

Dynamik, Flexibilität, Verfügbarkeit, das sind die Schlagworte der modernen Gesellschaft. Wir alle, Männer wie Frauen, sind gefordert und wir wollen auch gefordert sein. Längst haben die Frauen ihren Platz in der Wirtschaft eingefordert und mittlerweile rechnet die Wirtschaft auch immer stärker damit, dass die Frauen sich auch nach der Geburt nicht ganz aus dem Arbeitsleben verabschieden. Gleichzeitig sind immer mehr Männer bereit, auch in der Kindererziehung und Betreuung mit zu machen, ihren Anteil an der Verantwortung zu übernehmen. Nichts spricht dagegen, solche Konzepte auch nach einer allfälligen Trennung weiter zu führen.

Sorge und Verantwortung

Warum sollte Papa nicht wie bisher am Dienstag Abend auf die Kleinen aufpassen, damit Mama weiterhin zum Fitnesstraining kann? Warum nur soll Papa plötzlich nicht mehr in der Lage sein, seine Kinder von der Schule abzuholen, wenn er das doch bisher auch getan hat? Wenn der Vater mit der Scheidung aus der Familie herausgetrennt wird, fehlt den Kindern ein wesentlicher Bestandteil ihrer Erziehung, den Müttern fehlt ein gutes Stück an Unterstützung und praktischer Hilfe und den Vätern fehlt die Beziehung zu ihren Kindern, und sie leiden unter der Sehnsucht nach ihnen. Die Lösung dazu ist so einfach wie anspruchsvoll: Eltern in Trennung muss klar gemacht werden, dass Trennung und Scheidung nicht länger als ein Gewinner-/Verliererprozess erfolgen muss, sondern dass es nur eine Art gibt, sich sauber zu trennen, nämlich die, gemeinsam nach Lösungen zu suchen, um Eltern zu bleiben.

Oliver Hunziker ist Präsident des VeV und Präsident von GeCoBi

VeV

verantwortungsvoll erziehende Väter und Mütter

Der VeV wurde 1992 gegründet und zählt heute ungefähr 200 Mitglieder.

Er hat sich zum Ziel gesetzt, Eltern in Trennungs- und Scheidungssituationen zu beraten und zu unterstützen. Der VeV ist sowohl als regionale Selbsthilfegruppe aktiv wie auch als politische Organisation auf regionaler und kantonaler Ebene.

Darüber hinaus ist der VeV einer der Initianten der Dachorganisation für gemeinsame Elternschaft GeCoBi und stellt auch deren Präsidenten. Der VeV ist regional strukturiert und führt in verschiedenen Regionen regelmässige Treffen durch. Nähere Details findet man auf der Homepage des VeV www.vev.ch

Regionale Höcks:

Aargau: Am letzten Donnerstag im Monat ab 19.30
Restaurant Waage,
Zürcherstrasse 15, 5210 Windisch

Luzern: Am 3. Donnerstag im Monat ab 20.00
Steinmattlipavillon,
Grisigenstrasse, 6048 Horw

Zürich: Am 2. Donnerstag im Monat ab 19.30
Gemeinschaftszentr. Altstadthaus,
Obmannamtsgasse 15, 8001 Zürich



jitz geit's mr wieder viu viu besser
i han e wohnig wo mr gfaut u i ha mr e meersou gkouft
u irgendswann hani begriffe dass es witergeit
d'zit isch en auti maschine wo louft u louft u louft
u jitz loufen i wieder mit
mau chli füre u mau chli zrüg
u bi mau chli hie u da u gumpe drii u wieder druus
i loufe eifach so chli mit u bi geng grad e haube schritt am blues voruus

chumm mach dr mau um mi nid z'viu gedanke
es isch doch schön gsii u beröije teun i nüt
höchstens das wo när no aus isch cho - das hätt i nid bruucht

züri west - blues

Mediation

Krise und Chance

Die Chinesen verwenden für Krise und Chance dasselbe Schriftzeichen. Völlig zu Recht. Wenn es uns gelingt, in der Krise denjenigen Teil in uns zu erkennen, der uns lähmt oder schmerzt, dann entsteht eine echte Chance für eine persönliche Weiterentwicklung. Hier setzt das Scheidungscoaching an.

Cornel Rimle

Scheidungscoaching hilft den Ehepartnern, aus der Wut und der Aggression auszusteigen. Es hilft, das Positive aus den Erfahrungen herauszuschälen, den Blick für das Wohl der Kinder und auch für die eigene Weiterentwicklung zu entdecken. Jetzt denken Sie vielleicht: «Während oder kurz nach einer Scheidung haben die Menschen doch nicht die Bereitschaft zu einem solchen Schritt.» Das stimmt, leider fehlt die Bereitschaft in diesem Moment sehr oft. Zu offen sind die Wunden, zu nahe die Wut. Aber es ist nie zu spät – wie auch untenstehende Beispiele zeigen.

Emotionale Kompetenz

Da ist Franz, der auch fünf Jahre nach der Scheidung in der ersten Beratungsstunde nur über seine Frau fluchte. Für Franz war die Weiterentwicklung seiner eigenen emotionalen Kompetenz der Schlüssel, um aus dieser Krise eine Chance zu machen. Claude Steiner beschreibt die emotionale Kompetenz in seinem gleichnamigen Buch mit drei Fähigkeiten: 1. die eigenen Gefühle spüren können, 2. diese Gefühle in Worte fassen können und 3. die geschilderten Gefühle meines Gegenübers nachvollziehen können. Franz hat in seinem Coachingprozess realisiert, dass er in seiner Ehe viele Kränkungen erfahren hat. Er hat gelernt, diese Wunden in Worten auszudrücken. Durch das Aussprechen konnte er mit der Zeit seiner Frau besser verzeihen. Dies, auch wenn sie sich nicht mehr auf einen Austausch einlassen wollte. Die Veränderung seiner inneren Haltung ermöglichte ein Loslassen der Wut und

des Hasses. Erst an diesem Punkt war es möglich, den Gefühlen für seine Kinder einen neuen Platz im Herzen zu ermöglichen. Mit einer neuen Haltung, in der der Wunsch nach Beziehung mit den Kindern und nicht mehr die Kränkungen aus der Partnerschaft im Vordergrund stand, ist es ihm gelungen, das Besuchsrecht mit einer positiven Einstellung zu leben. – Seine Kinder erhielten an diesem Punkt ihren Vater wieder.

Grundsteine legen

Bei Christian lag die Scheidung erst einige Monate zurück. Auch er bekam vom Gericht das Besuchsrecht zugesprochen. Er wohnt in einer kleinen Wohnung, kann den Buben wenig Raum anbieten. Weil er sie sehr gerne hat, sagt er: «Kommt nur zu mir, wenn ihr Lust habt; ich möchte euch nicht überreden.» Ist das nicht eine Überforderung für die Buben? Ihre Kollegen, ihr Lebensraum sind am Wohnort der Mutter. Und ist es nicht eine Überforderung der Gefühlswelt von Christian? Im Coaching hat Christian realisiert, dass er seine Gefühle zu wenig beachtet. Bei dieser Abmachung mit den Buben wird sein Wunsch, die Buben zu sehen, immer wieder abgewiesen – er ist enttäuscht. Nachdem er diese Enttäuschung seiner ehemaligen Partnerin und seinen Buben gegenüber aussprechen konnte, war das Saatbeet für eine neue Beziehung mit den Buben vorbereitet. Plötzlich war die Distanz der Wohnsitze, die zu kleine Wohnung und die wenig unterstützende Frau nicht mehr die Begründung für das Fernbleiben der Buben. Christian hatte viele gute Ideen, was er an den Wochenenden mit den Buben unternehmen könnte. – Der Grundstein für eine neue Vater-Söhne-Beziehung war gelegt.

Sündenböcke entlassen

Bea und Heinz lebten auf einem Bauernbetrieb. Heinz übte seinen Beruf nach der Scheidung weiter aus. Die vier Kinder liebten das Leben auf dem

Bauernhof. Bea musste sich mit dem Besuchsrecht begnügen. Für Bea war die Beziehungspflege mit den Kindern fast unmöglich. Sie wurde zum ‚Sündenbock‘, zur ZerstörerIn der Familie gestempelt. Bea und Heinz haben den Schritt gewagt, sich auch drei Jahre nach der Scheidung nochmals mit ihren Kränkungen und Wunden aus der gemeinsamen Zeit auseinanderzusetzen. Es hat sich gelohnt. Die Kinder müssen jetzt nicht mehr die Kränkungen und Abwertungen der Eltern aushalten. Bea und Heinz haben realisiert, dass ihre gegenseitigen Kränkungen bei den Kindern zu einer inneren Zerrissenheit und zu einem schlechten Selbstwertgefühl beigetragen hat. Sie konnten erkennen, dass sie durch ihre gegenseitigen Abwertungen auch den entsprechenden Anteil bei ihren Kindern abgewertet haben. – Die Kinder von Bea und Heinz können jetzt zu beiden Elternteilen eine eigenständige Beziehung aufbauen, sie können einen positiven Draht zu den Qualitäten aufbauen, die sie vom Vater und von der Mutter in sich tragen.

Cornel Rimle-Heeb ist Vater von vier Kindern im Alter von 12 bis 18 Jahren. Er ist Familienmann, Supervisor, Coach und Bauer von Beruf und amtiert als Vorstandsmitglied von forumMann.
www.cornelrimle.ch, cornel.rimle@bluewin.ch

Gesprächsgruppe für Männer

«Das gab mir Mut»

Wenn die Familie auseinander bricht, leiden Männer oftmals still vor sich hin und drehen im Kreis. Wo gibt es Hilfe? Vielleicht am besten bei andern Männern in ähnlicher Situation. Die Beratungsstelle Ehe, Partnerschaft, Familie der Reformierten Kirche Bern bietet eine Gesprächs- und Austauschgruppe für Männer vor/während/nach einer Trennung oder Scheidung an. Sie umfasst 4 Abende. Männer aus früheren Gesprächsrunden haben ihre Erfahrungen der Zeitschrift ‚Ein-Eltern-Forum‘ geschildert.

Hier einige Auszüge:

«Unsere Gefühlswelt ist anders als jene der Frauen. In einer gemischten Gruppe hätten wir nicht über diese gesprochen. Frauen reden oft über ihre Gefühle, haben Übung und dominieren Gespräche, die von Gefühlen handeln.»

«Als wir uns trennten, fühlte ich viel Schmerz, war traurig und weinte viel. Erst in der Gruppe merkte ich, dass das normal ist und ich kein Weichei bin. Ich konnte meine Trauer im ersten Trennungsschock nicht überdecken, auch den Kindern gegenüber nicht. Später sagte ich mir: Die Kinder haben ein Anrecht auf einen aufgestellten Vater und gab mir einen Ruck.»

«Trotz der Trennung behalten wir die Ernährerrolle, haben deshalb wie vorher keine Zeit oder – der Kinder wegen – noch weniger Zeit zur Pflege von sozialen Kontakten während der Arbeitswoche. Am Sonntag sind wir völlig ausgepumpt und allein. Die Kraft fehlt, um das zu ändern. Die Trennung macht den Mann zum ‚Trennungssingle‘. Aus finanziellen Gründen lebt er in einem ‚Loch‘ mit einem Fernsehapparat und dem Rasierer. Auch das lässt uns spüren, dass wir trotz der Ernährerrolle vom Familienleben ausgeschlossen sind.»

«Arbeiten, hoffen und ja nicht abstürzen lautet die Devise. Wir funktionieren einfach nur noch. Am Arbeitsplatz gilt es, ununterbrochen die verlangte Leistung zu erbringen, auch wenn zunächst Verständnis für die neue Situation da ist und für ein vorübergehendes Tief. Nachher heisst es ‚bügle‘, nicht über die eigene Situation reden und durchhalten...»

«Mir war es wichtig, zu erfahren, wie es anderen Männern kurz nach der Trennung geht und zu erleben, dass es normal ist, wie schlecht es mir geht.»

«Wir gaben einander viele Denkanstösse. Als ich die Trennungsvereinbarung mit meiner Frau machen musste, sagten mir die anderen, dass ich das Recht habe, jetzt meine Rechte wahrzunehmen. Das gab mir Mut und trug zur Klärung mit meiner Frau bei.»

«Dank der Gruppe fand ich ein neues Modell, wie wir gemeinsam Eltern bleiben können trotz der Trennung. Die Kinder leben jetzt in unserem früheren gemeinsamen Haus. Sie werden hier abwechslungsweise durch uns betreut. Dass das möglich ist, hätte ich ohne die Männergruppe nie geglaubt und auch nicht versucht.»

Text aus: EinElternForum 2/2005.

Aufgezeichnet von Beatrice Pfister

Nächste Gruppe für Männer in Trennung oder Scheidung

Wann

Mittwoch 21.10./4.11./18.11./2.12. 2009,
jeweils von 18.30 – 21.00 Uhr

Wo

Beratungsstelle Ehe, Partnerschaft,
Familie, Marktgasse 31, 3011 Bern

Gruppenleitung:

Barbara Rissi, Sozialarbeiterin,
Systemtherapeutin
David Kuratle-Steiner, Theologe,
Systemtherapeut

Themen

- Trauer, Wut, Verlust, Versagen
- Aufbau neuer Kontakte
- Freizeitgestaltung
- Sorge- und Besuchsrecht
- Arbeit, Gesundheit und Finanzen
- Sexualität
- Beziehung zur ehemaligen Partnerin

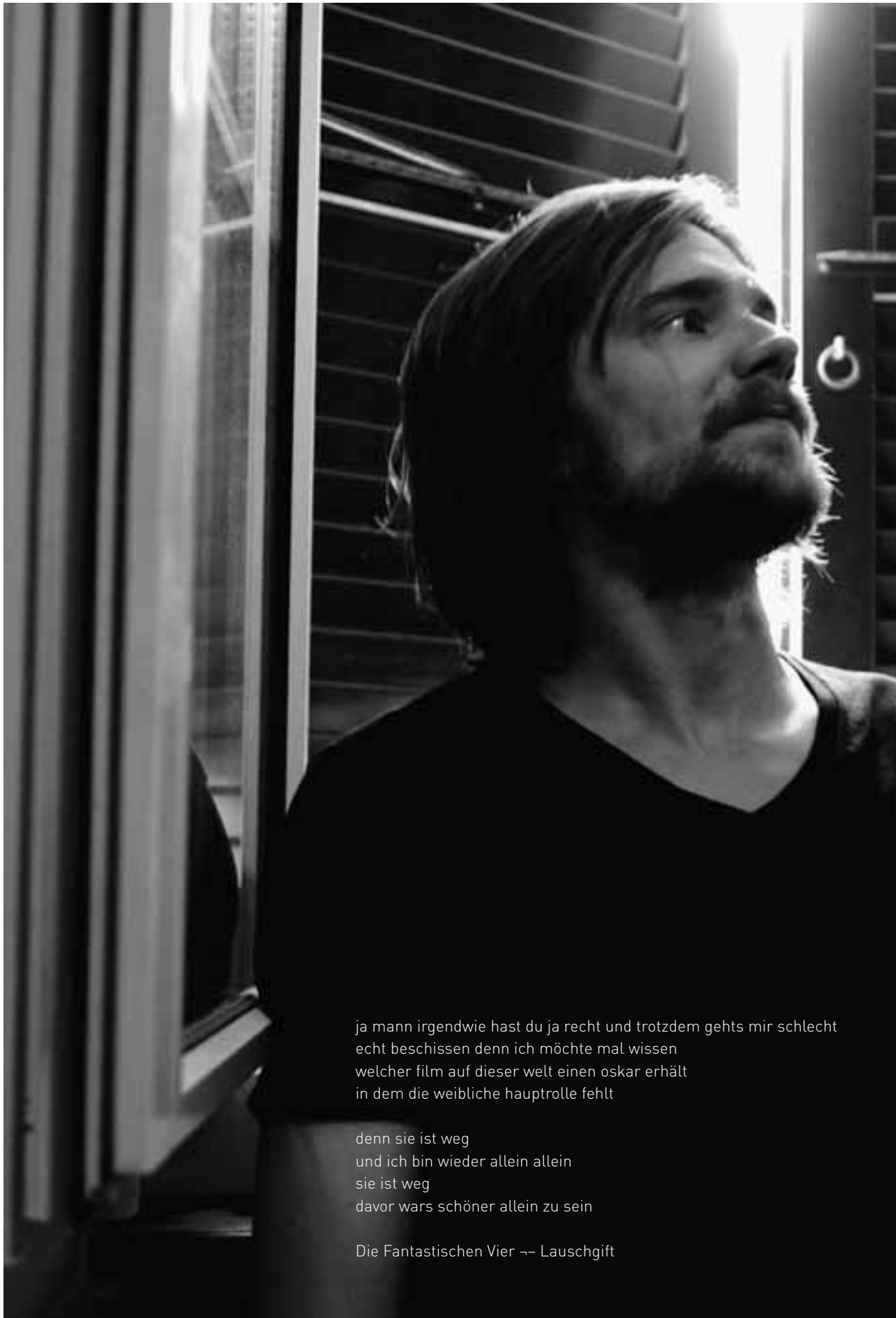
Kosten

Fr. 80.- (Reduktion möglich)

Auskunft und Anmeldung

031 311 19 72

paarberatung@bluewin.ch



ja mann irgendwie hast du ja recht und trotzdem gehts mir schlecht
echt beschissen denn ich möchte mal wissen
welcher film auf dieser welt einen oskar erhält
in dem die weibliche hauptrolle fehlt

denn sie ist weg
und ich bin wieder allein allein
sie ist weg
davor wars schöner allein zu sein

Die Fantastischen Vier -- Lauschgift

Brot und Salz

Die Nacht davor

Sie hat einen Mann gefunden, der sie in ein neues Leben in einem neuen Land mitnimmt. Morgen.

Catalain Dorian Florescu

Im Laken war Schweiss von der Liebe, die er ihr abverlangt hatte. Die sie ihm gegeben hatte, als Willkommensgeschenk, wenn er schon zweitausend Kilometer auf sich genommen hatte. Also hatte auch sie ihn auf sich genommen und später von sich gestossen, auf die andere Seite des Bettes. Seine Last zu ertragen war eine Art Schuldenbegleichen, denn auch er würde ihre Last ertragen müssen, dort, wo er sie hinbrachte. Sie würde dann täglich oder wöchentlich ihre Schuld abtragen, und sie würde es gut tun, wenn es sein musste.

In diesem Land hiess man Menschen mit Brot und Salz willkommen, Brot aus einem frischen Brotlaib gerissen und in Salz getunkt. Aber nach 1990 hatten sich die Sitten geändert, man hiess Menschen auch mit dem eigenen Körper willkommen, insbesondere wenn er noch jung und glatt war und der Gast aus dem erträumten Land.

Dieser Gast hier, neben ihr, war mehr als nur erträumt, er kam aus einem fernen Land, einer Fata Morgana von einem Land. Niemals hätte sie sich vorgestellt, dass sich eine Fata Morgana greifen lässt. Nicht als Hure, Aushilfe, Asylsuchende, sondern honorabel und aufrecht, als Frau Landknecht, Ehefrau eines waschechten Schweizers. Waschechter wäre nicht möglich gewesen. Sogar sein Pass glänzte, in ein paar Jahren würde es auch ihr Pass sein und sie würde ihn sichtbar tragen, zuvorderst an die Windschutzscheibe halten, wenn sie ein-, zweimal im Jahr zurückkehrten, um nach den Eltern zu schauen, dem Bruder und nach all jenen, denen nur ein einziger Fehler anhaftete: die Aussichtslosigkeit des ihnen möglichen Lebens.

Wenn man jung war wie sie, zählte die Aussichtslosigkeit mehr als die Armut,

denn an der Armut konnte man sich aufrichten, man konnte darüber lachen oder fluchen, man konnte sie überwinden, wenn nicht gleich, dann bald. Aber sie war immerhin da, die andere Aussicht, täglich konnte man etwas anderes werden, die Menschen im Fernsehen machten es vor und jene in den Limousinen, die durch ihre Stadt fuhren Richtung Bukarest und nicht anhielten. Denn um anzuhalten, braucht man Gründe, und ihre Stadt war arm an Gründen.

Man konnte nicht sagen, dass die Gründe abhanden gekommen waren. Turnu Severin, die Stadt ihrer Kindheit, war nie bedeutender als heute, nie hatte es sich gelohnt zu verweilen, ausser man hatte etwas mit dem Schiffbau zu tun, mit dem Wasserwerk und dadurch mit der Donau. Die Donau floss jenseits der Stadt und jenseits der Donau war Jugoslawien gewesen und jenseits von Jugoslawien die freie Welt. Also hatten viele riskiert hinüberzuschwimmen, doch nur wenige hatten es geschafft.

Sie waren nachts ins bräunliche Wasser gesprungen, aber sie wurden zurückgeschwemmt, mit angeschwollenen Lungen und aufgedunsenen Gesichtern. Wie Puppen, die niemals einen Wunsch gehabt hatten, einen Wunsch und einen Willen: den Willen zu leben.

Im Laken war sein Schweiss und in ihrem Ohr sein Atmen. Im Türspalt war das Fernsehflimmern aus dem Zimmer der Eltern. Die sassen im Dunkeln und schauten den tonlosen Bildschirm an. Sie nahmen Rücksicht auf die Liebesnacht der Tochter und des Schwiegersohns, der seit einem Jahr ein Schwiegersohn im Geiste war, aber in einigen Tagen ein waschechter Schwiegersohn werden würde. So waschecht wie der Pass, den er in einer speziellen Hülle in der Brusttasche aufbewahrte, als ob er Angst hatte, dass der Regen das Rot des Hintergrunds auflösen und dieses über das Weiss des Kreuzes fließen würde.

Er lag dort, wo sie ihn hingedrängt hatte, auf der entferntesten und winzigsten

Fläche des Bettes, an der Bettkante, einer dünnen Linie, die sie ihm noch zugestand. Er war so gestreckt, dass sein Körper und die Kante eins waren. Oft harrete er so stundenlang aus, ohne die Beine anzuwinkeln oder weiter in die Bettmitte zu rücken. Bequem liegen hiess, näher bei ihr zu liegen, und das kam für sie nicht in Frage, nicht, nachdem sie ihn für zehn, fünfzehn Minuten ertragen hatte, auf ihr und in ihr. Und ihre Liebe war bloss Ertragen, ihr Stöhnen war Ertragen und noch mehr als alles andere war ihr Schweigen Ertragen, so sehr er sich bemühte. Das Bemühen beider war ein sich Abmühen.

Das wusste Urs, nicht erst, seitdem sie gesagt hatte: «Ich liebe dich nicht, aber ich komme mit dir in dein Land.»

Der Text ist ein Auszug aus der gleichnamigen Erzählung von Catalain Dorian Florescu.

Er wurde 1967 in Timisoara, Rumänien geboren. 1976 erste Ausreise nach Italien und Amerika. Rückkehr nach Rumänien acht Monate später. 1982 Flucht mit den Eltern in den Westen. Seit 1982 wohnt er in Zürich, hat Psychologie und Psychopathologie studiert und ist seit 2001 freier Schriftsteller.

Wunderzeit, 2001

Der kurze Weg nach Hause, 2002

Der blinde Masseur, 2006


Zaira, 2008



She took all my money
and my best friend
You know the story
Here it comes again
I have no pride
I have no shame
You gotta make it rain
Make it rain!

Since you're gone
deep inside it hurts
I'm just another sad guest
on this dark earth

Tom Waits – Make It Rain



there's still a little bit of your taste in my mouth
there's still a little bit of you laced with my doubt
it's still a little hard to say what's going on
there's still a little bit of your ghost your witness
there's still a little bit of your face i haven't kissed

Damian Rice – Cannonball

Danach

Allein mit den Wörtern

Ein ganz normaler Arbeitstag. Mit Kollegen in der Kantine. Sie sass in der Nähe. Wir blickten uns an, diagonal über den langen Tisch, staunend, fragend, wie erwachsene Kinder. Dieser Blick wurde schicksalhaft.

F. N. Stein

Bald trafen wir uns, besuchten ein Museum, spazierten den Fluss entlang. Per Rollfähre setzten wir ans andere Ufer über, symbolisch wie ein Entscheid, zusammen neues Land zu beschreiten. An einer Bar bekannten wir uns zu unserer Bedürftigkeit nach Nähe, zur Faszination füreinander. Meine Hand auf ihrer Schulter bei der Rückkehr. Das Gefühl, die Frau des Lebens getroffen zu haben, kommt nicht alle Jahre. Sie schrieb, wie ich es gerne gekonnt hätte. Sie hat mir online geschrieben, fast täglich. Voller Poesie und Mut. Ich konnte nicht alle Briefe beantworten, gefangen in meinem drängenden Alltag. Die meisten habe ich ausgedruckt und beiseite gelegt, aber bisher nicht wieder gelesen. Natürlich schreibt sie noch heute. Aber nicht mir.

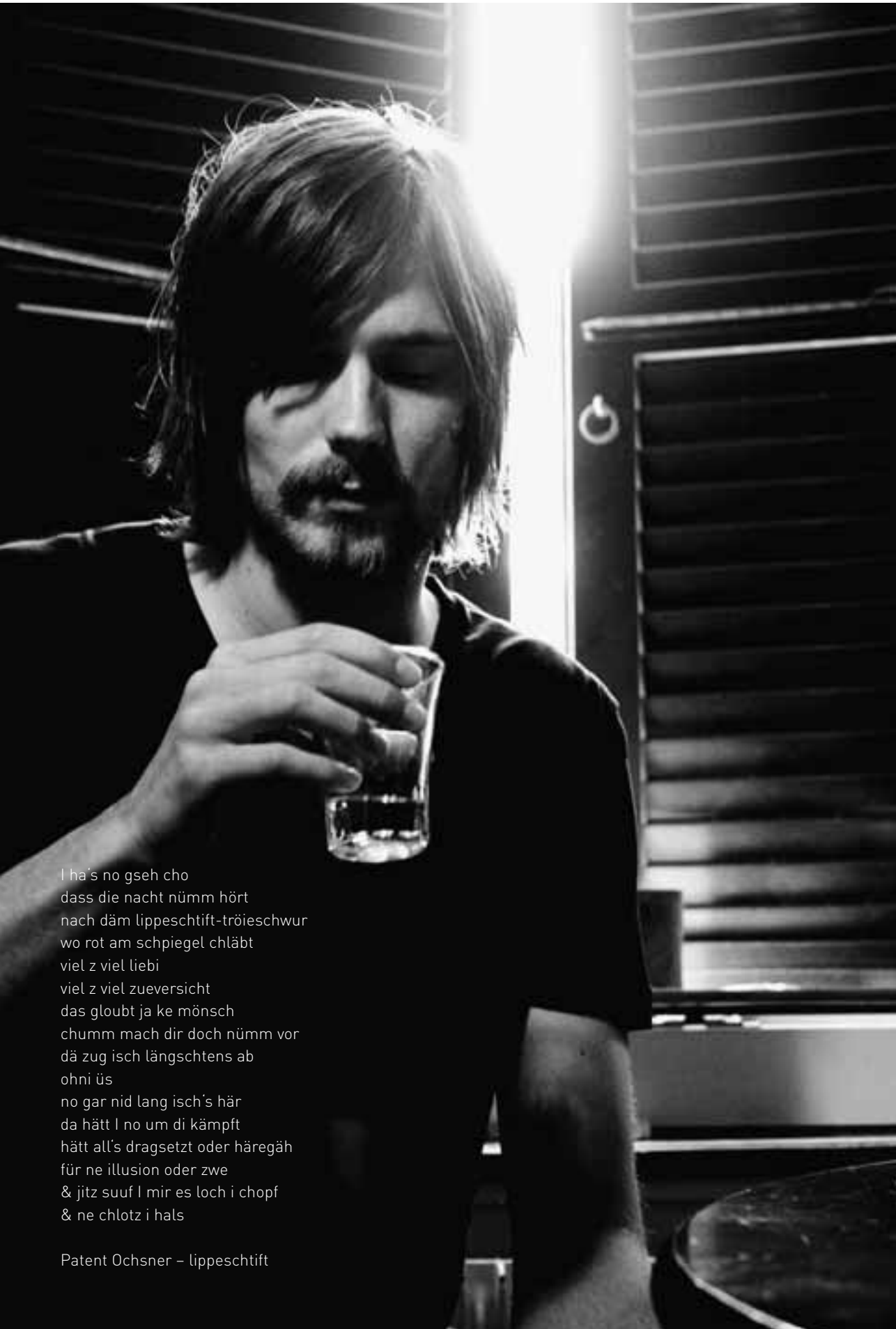
Wir liebten uns zuoberst auf dem Berg. Nachts neben dem wärmenden Feuer. Ich sah über ihr die Sternschnuppen ziehen. Mit ihr war ich im Zentrum des Universums. Wenn sie mich berührte, berührte mich die Welt. Ich wäre gern mit ihr zusammen geblieben, bis ins Alter. Ich fühlte mich bei ihr angekommen, zuhause. Sie war eine Zicke, ja auch. Sie konfrontierte mich mehr und mehr mit Vorwürfen, kompromisslos. Mich zu verteidigen, meine Sicht aufzuzeigen, nützte nichts. Sie beharrte. Plötzlich, als wir planten, sagte sie: «Wenn wir dann noch zusammen sind.» Ich traf sie auf dem Parkareal nahe ihrer Wohnung. Sie hatte verweinte Augen und trug einen durch zwei oder drei volle Bierdosen in die Länge gezogenen Plastiksack. Sie schien betrun-

ken. Wenn nicht vom Alkohol, so doch von Enttäuschung und Traurigkeit. Sie liess sich gehen, nachdem sie mich hatte gehen lassen. Ich liebte sie. Wir hatten unsere Chance. Ich habe meine vergeben. Sie hat ihre vergeben. Und ich kann nicht verstehen, warum. Unser Abschied war keiner – ein wiederholtes Streitgespräch am Handy. Ich wurde laut. Wollte keine Anschuldigungen mehr einstecken. Kam von der Arbeit, stand auf dem Gehweg neben der Strasse und schrie ins Telefon. Ein schwacher Moment. Ich schäme mich dafür.

Ein dreiviertel Jahr lang nach den finalen Telefonkonflikten dachte ich jeden lausigen Tag an sie. Ich kämpfte mit mir: Vor oder zurück? Versuchte ein paar Mal, Kontakt aufzunehmen. Ohne Resonanz. Ich litt, ich verlor mich, verirrte, unterwegs wie Scott im weissen Nichts. Eines Tages fand ich einige Bücher in meinem Briefkasten. Zurück von ihr. Kein Brief dabei, kein Gruss. Nur die Bücher. Sachliche Gütertrennung, ohne überflüssige Sentimentalität. Nur sie mit ihrem Schmerz allein. Und ich allein. Ich begreife es nicht.

Ich schrieb ihr einen Brief. Ich würde ein Fest besuchen, das wir beide kannten. Ich hoffte, sie dort zu sehen und zu sprechen. Ohne Antwort bekommen zu haben ging ich hin. Suchte sie in der Menge. Glaubte dreimal, viermal, sie zu sehen. Doch meine Ängste, meine Vorfreude spielten mir Streiche. Dann war sie da. Sie stellte mir ihre, so musste ich annehmen, aktuelle Liebe mit Namen vor und drehte sich um zu Bekannten. Ich stand da. Ohne Worte. Ohne Gehör – und begann zu begreifen, zu akzeptieren. Seither heilen die Wunden. Langsam

Ohne ein Zuvor kein Danach. Für mich ist Zuvor die Zeit, bevor ich sie traf. Danach ist danach.



I ha's no gseh cho
dass die nacht nümm hört
nach däm lippeschtift-tröieschwur
wo rot am schpiegel chläbt
viel z viel liebi
viel z viel zueversicht
das gloubt ja ke mönsch
chumm mach dir doch nümm vor
dä zug isch längschtens ab
ohni üs
no gar nid lang isch's här
da hätt I no um di kämpft
hätt all's dragsetzt oder häregäh
für ne illusion oder zwe
& jitz suuf I mir es loch i chopf
& ne chlotz i hals

Patent Ochsner – lippeschtift

«Elena» Elle est passée

Ein dunkler Eingang, Regen, die Wolken hängen bis hinunter zu meinen Kniekehlen. Erwann will eine Zigarette. Er hat schlecht geschlafen.

Sarah Aescbacher

Auf der Polizeistation, in einer Ausnüchterungszelle. Während er das sagt, lächelt er erstaunt und streicht sich über den Stoppelbart, der modisch sein könnte, wenn er geplant wäre.

Seit neun Tagen ist Erwann nicht zu Hause gewesen, unter seinen Nägeln sammelt sich der Schmutz, seine Kleider sind nicht gemacht für ein Strassenleben, sein Mantel sieht genauso mitgenommen aus wie sein Gesicht.

Er kommt nicht von hier. Es kommt ihm überhaupt so vor, als komme niemand von hier, alle sind nur vorübergehend da. Es ist ein Zufall, meint er, dass er hier anzutreffen ist. Ich hätte ihn überall treffen können. Aber bis vor Kurzem war ihm nicht klar, dass auch er nur vorbeikommt hier.

Seine Hände verraten Unruhe, sie fallen mir auf. «Musikerhände?», frage ich. Ja, er ist Schlagzeuger und spielt zum Vergnügen Saxophon und Trompete – Jazz, Musik aus einer anderen Zeit. Aber jetzt nicht mehr, die Sachen stehen «chez nous», wo er nicht mehr hingehört. Zu Hause gibt es nicht mehr. «Elle est passée». Er raucht und lässt mich im Ungewissen darüber, was passiert ist, bis ich frage: «Ist sie gegangen, oder wie?» – «Das spielt doch gar keine Rolle.» Nun spielt er mit der Kippe. Es ist vorbei, das ist sicher. Schlecht behandelt hat er sie, selten zwar, aber das scheint ihm jetzt sehr wichtig. Vielleicht kann er deshalb nicht mehr nach Hause.

Jetzt redet Erwann schnell, als hätten wir wenig Zeit, eindringlich, als wäre es wichtig, dass ich verstehe. Ich stelle mir die Wohnung vor, von der er spricht; alte, grosse, hohe Räume, hier wohnt er mit ihr, hier arbeiten beide. Ihre

Bilder hängen und stehen überall, sie mag orientalische Stoffe, ich denke an Räucherstäbchen. Viel Rot – das soll gut sein für die Liebe, meint Erwann. Meint sie. Da kann er nun nicht mehr hin, da wird alles zur Erinnerung; die alte Designerlampe in der Küche, zusammen auf dem Flohmarkt entdeckt, das Bett, ihr Geruch darin konzentriert wie ein Parfüm, dieser Geruch ist überall, sogar unten schon, im Treppenhaus, wo die Fahrräder stehen, vielleicht schon draussen auf der Strasse vor dem Haus. Nicht nur das, was da ist, hält ihn ab von zu Hause. Auch das, was fehlt. Wie sie seinen Namen ruft, wenn er heimkommt, mit ihrer Stimme, die klingt wie die Hupe seiner alten Vespa. Die kahlen Stellen auf dem Bücherregal, die grauen Wände voll von Spuren der verschwundenen Gemälde, die Ölfarbe auf dem Parkett, überall schwarze Löcher für den Blick. Die kalten Füsse an seinen Beinen nachts.

Ich möchte wissen, wie sie heisst. «Elena».



i la mi la gheie hüt z nacht
& lande dert, wo myni liebschti ligt
& i zieh myni maske ab
& dä muuchorb sowieso
i touche i dä see
& trinke ne uus

bi viu z lang viu z churz cho
ha aui wünsch erfüüt – nume myni nid
ha mi überschetzt, überlüpft, überta & überno
derfür chly lob übercho
& jitz loufen i mym schatte dervo
& la mi la gheie hüt z nacht

patent ochsner – liebi, tod + tüfu, diener + chnächt


Es lohnt sich, die Wochenzeitung WOZ zu lesen, ...

weil sie ein erstklassiges Statussymbol ist. ... weil zwanzig Minuten Desinformation pro Tag Ihre geistige Gesundheit gefährden können. ... weil sie wie eine süsse Erdbeere im bitter-faden medialen Einheitsbrei ist. ... weil man damit politisch korrekt das Cheminéefeuer anzünden kann. ... weil sie ein Stachel im Fleisch des Law-and-Order-Flügels der SP ist. ... weil sie schon 1994 vor den Risiken des Derivatehandels gewarnt hat (und die aktuelle Krise erstaunlich genau vorausgesagt hat). ... weil die WOZ sich zu 80% aus LeserInneneinnahmen finanziert – das garantiert ihre redaktionelle Unabhängigkeit. ... weil diese Zeitung keinem Medienkonzern, keiner Partei und keinem dubiosen Investor gehört – sondern den MitarbeiterInnen. ... weil die WOZ e gueti Züchtig isch! ... weil bei der WOZ zudem jede Zeile ihren Preis wert ist. ... weil sich die WOZ jede Woche für eine bessere Welt engagiert. ... weil die WOZ die Schreibwerkstatt der Schweiz ist. ... weil keine andere Zeitung mit so wenig Mitteln so differenzierte Berichte liefert. ... weil die WOZ mit etwas mehr Mitteln noch besseren Journalismus machen könnte. ... weil die WOZ überhaupt zu wenig wahrgenommen und zitiert wird. ... weil es gut für den Humor ist. ... weil es die grauen Zellen anregt. ... weil der WOZ das Weltblatt «Le Monde diplomatique» gratis beigelegt wird. ... weil WOZ-Lesen Begeisterung für Subkultur weckt. ... weil das politische Bewusstsein dann endgültig wach wird. ... weil man endlich lesen darf! ... weil es LeserInnen frecher macht. ... weil die WOZ das Binnen-I erfunden hat. ... weil die WOZ sich in Hintergründen auskennt. ... weil die WOZ den schönsten Redaktionshund hat. ... weil sie den Dingen dort auf den Grund geht, wo andere nur dranbleiben. ... weil Dinge neu zu denken sexy ist. ... weil die Woche erst losgeht, wenn die WOZ im Briefkasten ist. ... weil la crise existe. ... weil la crise existe immer noch. ... weil sie im Zug nicht auf den Sitzen herumliegt. ... weil die WOZ Seiten sinnvoll füllt und so Papier, Wasser und Farbe spart. ... weil die WOZ für die LeserInnen schreibt und nicht für die Werbewirtschaft. ... weil nicht alles in der Schweiz feige ist. ... weil kritisch sein keine Haltung, sondern eine Wochenzeitung ist. ... weil Sie in der WOZ lesen können, was die anderen Zeitungen vergessen haben. ... damit Sie die «Weltwoche» nicht mehr lesen müssen. ... weil sie die besten AuslandskorrespondentInnen hat. ... weil sie die schönsten Aufschlagsseitenkarikaturen hat. ... weil die Palme Olaf Wasser braucht. ... weil es Mut braucht, WOZ-Thesen zu vertreten. ... weil ich doch nicht blöd bin. ... weil die WOZ die Zukunft mitdenkt. ... weil die WOZ die UBS noch nicht übernommen hat. ... weil die WOZ nur in Zürich sitzt, aber über den Rest der Welt schreibt. ... weil die WOZ Aale liebt und auch Wahlen. ... weil die WOZ eine Sportseite hat, die auch Nicht-Sport-Interessierte interessiert. ... weil ich die Welt Woche für Woche besser verstehen lerne. ... weil die WOZ die schönste Werbung macht. ... weil Sie bei uns finden, was Sie schon immer über die Welt wissen wollten. ... weil die WOZ die Wahrnehmung schärft. ... weil bei uns noch recherchiert wird. ... weil die WOZ Doping für Ihren Geist ist. ... weil sie das Gelbe vom Ei ist. ... weil es nur 235 Franken kostet, sich für ein ganzes


Jahr eine eigene Meinung zu leisten.

WOZ DIE WOCHENZEITUNG

Film zum Thema **Der entsorgte Vater**



„Zwölf Jahre waren wir ein Paar... **Ich hab sie sehr lieb gehabt.** Sie hat es mir allerdings seit der Trennung sehr leicht gemacht, sie zu vergessen – die Kinder aber nicht.“ (Ralf B.)



„Wenn ein Kind seinen Vater ablehnen muss, lehnt es 50 Prozent seiner eigenen **Identität** ab.“
(Franzjörg Krieg)

Der Verein VeV und die Männerzeitung organisieren nach Möglichkeit eine Vorführung des Filmes in der Schweiz. Wir halten Sie mit unserem Newsletter auf dem Laufenden.

Im Film ‚Der entsorgte Vater‘ widmetsich Douglas Wolfspergereinem gesellschaftlichen Phänomen, das in der öffentlichen Wahrnehmung kaum vorkommt: Männer, die nach einer Trennung von ihren Frauen nicht nur als Partner, sondern auch als Vater ‚entsorgt‘ werden und die – oft vergeblich – um die Beziehung zu ihren Kindern kämpfen. Vier Väter schildern in berührenden Interviews ihr Leid und ihre Bemühungen. Eine Mutter begründet die Umgangsverweigerung aus ihrer Sicht.

Vater sein und doch nicht fürs eigene Kind sorgen dürfen: Der Regisseur und Produzent Douglas Wolfspurger durchlebt dies seit vielen Jahren. Der Kontakt zur eigenen Tochter wird ihm verwehrt. Anstatt sich rechtzeitig um eine Einigung zwischen den Parteien zum Wohle des Kindes zu bemühen, ordnet das Gericht schlussendlich an, dass sich der Vater von der Tochter verabschieden solle. Und zwar endgültig.

Der Regisseur porträtiert vier Väter, die sein Schicksal teilen: Sie können ihre eigenen Kinder nicht sehen, weil die ehemaligen Lebensgefährtinnen den Umgang von Vater und Kind über Jahre hinweg unterbinden. Wütend, enttäuscht, traurig, manchmal auch naiv erzählen sie von den Konsequenzen gescheiterter Beziehungen. Ein Mädchen hält im Film fest: «Mama sagt, Männer brauchen keine Kinder.»

Wolfspurgers ehemalige Lebensgefährtin und Mutter seines Kindes hat eine einstweilige Verfügung gegen den Film angestrebt. Im Moment läuft er noch in einigen Städten Deutschlands.

Douglas Wolfspurger (50) wurde in Zürich geboren und ist in Friedrichshafen und Konstanz aufgewachsen. Seine Karriere startete beim Fernsehen, später drehte er vor allem fürs Kino. Wolfspurger wurde unter anderem mit dem Bayerischen Filmpreis und dem Ernst-Lubitsch-Preis ausgezeichnet. Er ist verheiratet und Vater von zwei Töchtern.



Die Tochter Sie war kaum ein Jahr auf der Welt

Michael Gohlke ist Gründer von Avanti Papi, der Organisation für progressive Väter. Er veröffentlicht an dieser Stelle regelmäßig Berichte aus seinem Leben als Vater. Dass der Tod auch dazu gehören kann, macht sein aktueller Beitrag deutlich.

Michael Gohlke

Am 13. März hat sie mich nach nur elf Monaten verlassen, wobei der letzte Monat noch von Hoffen und Bangen geprägt war und den Abschied schon ein wenig vorweggenommen hat, auch wenn ich niemals wirklich damit gerechnet hätte.

Ich bin immer davon ausgegangen, dass Kinder in der Schweiz nicht mehr an Lungenentzündungen sterben und auch in ihrem Fall war es ja eigentlich so, dass sie die schwere Lungenentzündung schon überstanden hatte. Nach zwei Wochen künstlicher Beatmung glaubten wir, das Schlimmste hinter uns zu haben, doch die Komplikationen nahmen kein Ende und so starb unsere Tochter Neele nach einmonatiger Krankheit wahrscheinlich an Entkräftung.

Ihr Tod hat einiges ausgelöst. Im ersten Moment natürlich nur eine unendliche Traurigkeit. Doch selbst in den schlimmsten Momenten konnte ich nie mein rational denkendes Hirn ausschalten. Da waren neben dem unkontrollierten Weinen immer rationale Gedanken. Irgendwie hat mich das erschreckt, andererseits bestand auch immer die Notwendigkeit, mich um meine anderen beiden Kinder zu kümmern. Der kleinere der beiden Brüder war im Zimmer auf der Intensivstation dabei, als

die Ärzte die Schläuche abnahmen und Neele in unseren Armen sterben liessen. Er klammerte sich an mein Bein und ich war hin- und hergerissen, mich ganz der Tragik der Situation hinzugeben und mich gleichzeitig um ihn kümmern zu müssen. Schliesslich verliess ich mit ihm den Raum und liess meine tote Tochter bei ihrer Mutter. Erst später konnte ich meine Tochter noch einmal im Arm halten und mich in meiner Trauer voll gehen lassen. Lange nagten die Bilder ihres Sterbens täglich an meiner Seele, überdeckten die schönen Erinnerungen, die ich viel lieber in meinem Gedächtnis behalten würde. Zu der Trauer mischen sich aber je länger je mehr andere Gefühle. Zum einen ist da ein Gefühl von Dankbarkeit. Dankbarkeit, dass ich so viel Zeit mit ihr verbringen konnte, da ich nur 50% arbeite und so an vier Tagen in der Woche zu Hause bei ihr war.

Wer ist an meiner Seite?

Ihr Tod hat aber noch mehr ausgelöst. Da war die Frage, die mir ein Vater stellte, der ebenfalls vor vielen Jahren seine noch junge Tochter verloren hatte: Ob ich einen Mann an meiner Seite hätte, dem ich mich anvertrauen und an den ich mich in meiner Trauer wenden könne. Im ersten Moment hat mich diese Frage überrascht. Aber tatsächlich hatte ich am Tag der Abschiedszeremonie, die einen Monat nach dem Tod meiner Tochter stattfand, einen emotionalen Einbruch, und suchte in diesem schwierigen Moment die Nähe zu einem Nachbarn, den ich bis anhin noch nicht so gut kannte, dem ich aber intuitiv vertraute. Alle Versuche von weiblichen Verwandten und Freundinnen, mich zu trösten, hatten mich nicht erreicht.

Mein eigener Vater kam mir in dieser schwierigen Zeit zwar nicht näher, aber mein Interesse an seiner Geschichte wuchs, und zum ersten Mal seit fast vierzig Jahren sprach er, wenn auch nur sehr kurz, über den Verlust seines Vaters, den er mit zehn Jahren zu ertragen hatte. Und zum ersten Mal in unserer zehnjährigen Beziehung war es meine Frau, die mich trösten musste.

Es geht weiter

Unterdessen hat sich vieles wieder beruhigt. Der Alltag und insbesondere die Bedürfnisse meiner beiden Söhne helfen mir über die Traurigkeit hinweg. Natürlich gibt es immer wieder Momente der Trauer, aber sie nehmen ab. Wir, die wir in einer privilegierten Gesellschaft leben, in der Kinder nur selten sterben, haben die Natürlichkeit des Todes aus den Augen verloren. Was mir passiert ist, passiert in anderen Teilen der Welt in fast jeder Familie, und auch bei uns ist es noch nicht lange her, dass in jeder Familie Kinder starben. Dies ist im Moment des Verlustes natürlich überhaupt kein Trost, aber wenn man das Leben und die Familie in einem natürlichen Fluss von mehreren Generationen sieht, das heisst nicht als durch und durch planbares Konstrukt von normalerweise einem Mann, einer Frau und ein bis zwei Kindern, sondern als Familienverband, der wächst und auch Verluste hinnehmen muss, dann kann der Tod auch dazu gehören. So passt es auch in diesen Fluss des Lebens, dass schon ein neues Leben am Entstehen ist (wir machten den Schwangerschaftstest am gleichen Tag, an welchem Neele ins Spital musste). Auch dieser Gedanke ist tröstlich, geht

das Leben doch sichtbar weiter. Dass meine Frau schon schwanger war, als Neele starb, erleichtert die Sache ebenfalls, denn so stellen sich keine Fragen, ob, und wenn ja, welche Konventionen eingehalten werden müssen (Darf man gleich wieder ein Kind machen? Wie lange muss man vorher trauern? Was denken die anderen?).

Was bleibt?

Eine wichtige Lebenserfahrung. Eine, auf die ich gerne verzichten würde, die aber nicht rückgängig zu machen ist. Eine Lebenserfahrung, die ich keinem wünsche, die mein Leben aber trotzdem bereichert hat. Erinnerungen. Einige schreckliche und viele schöne. Es bleibt ein warmes Gefühl, wenn ich an Neele denke und es bleibt auch die Trauer, dass sie nicht mehr da ist. Es bleibt die Freude auf das nächste Kind, welches das vierte in der Familie hätte werden sollen und nun auch das vierte wird, wenn auch mit nur zwei Geschwistern.

Und es bleibt noch ein Wunsch an alle Väter, die diese Zeilen lesen. Nehmt heute Abend eure Kinder fest in den Arm, und wenn ihr ein Gefühl der Dankbarkeit für die gemeinsam verbrachte Zeit und ein Gefühl der Freude auf die gemeinsame Zeit, die noch vor euch liegt, verspürt, so soll dies auch ein Trost für mich sein.

«Die Liebe ist das Licht des Herzens. Versuche nicht, sie festzumachen mit deinen Händen oder deinem Verstand. Denn nur wenn du sie in deinem Innersten bewahrst, wird sie selbst den Tod überwinden, und die Sonne wird in deinem Herzen einen grösseren Platz einnehmen als am Firmament.» Für Neele Anika Gohlke, 10.4.2008 – 13.3.2009

Nach einem sexuellen Übergriff Die Sprache verschlagen

Urs Heinz Aerni stellte Kathrin Berger die Fragen

In Ihrem Buch thematisieren Sie nicht nur das Verbrechen Vergewaltigung, sondern in erster Linie das Leben danach. Gleich im Vorwort äussern Sie sich sehr offen über ihr eigenes Erlebnis, als Sie 33 Jahre alt waren. Wie fanden Sie den Mut, so persönlich an die Öffentlichkeit zu gelangen?

In den ersten paar Jahren danach wäre mir das kaum möglich gewesen. Unterdessen liegt die Vergewaltigung jedoch fast sieben Jahre zurück, eine Zeit, in der ich mich intensiv mit den Folgen dieser Erfahrung auseinandergesetzt und viel dafür getan habe, dass es mir heute wieder gut geht. Als besonders mutig empfand ich es nie, mich damit zu outen – darüber zu sprechen, zunächst im engsten Kreis meiner Familie, Freundinnen und Freunde, war schlicht und einfach überlebensnotwendig für mich. Da ich mit meinem Buch andere Betroffene und ihre Angehörigen dazu ermutigen möchte, über die erlebte Gewalt zu sprechen, ist es nahe liegend, mich nicht nur als Autorin, sondern eben auch mit meiner eigenen Geschichte sichtbar zu machen.

Und leider kann man nicht von Einzelfällen sprechen.

Man geht davon aus, dass in der Schweiz jede fünfte Frau im Lauf ihres Lebens Opfer einer Vergewaltigung oder eines sexuellen Übergriffs wird – ich stehe mit meiner Erfahrung also fürwahr nicht alleine da.

Sie beschreiben Ihre Gefühle, Ihr Scheitern in Beziehung und Beruf nach diesem Ereignis und Ihren Werdegang bis zur erfolgreichen Überwindung. Wie wichtig war oder ist für Sie die Sprache als Instrument der Verarbeitung, wenn das überhaupt möglich ist?

Darüber sprechen zu können, war für mich von Anfang an zentral. Die Vergewaltigung war eine derart einschneidende Erfahrung und hat mein

Leben sowohl beruflich wie privat dermassen aus den Fugen gebracht, dass ich gar nicht anders konnte, als mich meiner Familie, meinen besten Freunden und Freundinnen anzuvertrauen. Ich war monatelang desorientiert, dünnhäutig, fast arbeitsunfähig, und ich zog mich sehr zurück. Das wollte ich erklären und mich darin verstanden wissen. Darüber sprechen zu können, den Raum zu erhalten für meinen Schmerz und meine Verwirrung, damit gehört und gesehen zu werden, war unerhört wichtig und hat mich darin unterstützt, mein Leben allmählich wieder in den Griff zu bekommen. Ich habe die Erfahrung gemacht, dass diese Art von Offenheit Nähe und Vertrauen schafft; Schweigen hingegen Distanz und Isolation.

«Die Reaktionen der Männer in meinem Umfeld waren hauptsächlich unterstützend, wenn auch unterschiedlich und oft geprägt von einer enormen Verunsicherung, von Wut auf den Täter und vom Gefühl, als Mann gegenüber einer vergewaltigten Frau eine Art kollektiver Mitschuld zu tragen. Ich glaube nicht an diese Mitschuld.»

In Ihrem Buch lassen Sie fünf Frauen zu Wort kommen, die ebenfalls von solchen Übergriffen betroffen sind. Sie erzählen ihre Geschichten mit vielen direkten Zitaten nach. Was war die grösste Herausforderung für die Entstehung des Buches?

Zum einen war es nicht einfach, auch nur fünf Frauen zu finden, die bereit waren, mir ihre Geschichte zu erzählen. Alle fünf sind ehemalige Klientinnen der Beratungsstelle Notteléfono. Zum anderen war es für mich als Ethnologin und persönlich Betroffene oft ein Drahtseilakt zwischen diesen beiden Positionen – auf der einen Seite stand ich mit meinem Anspruch, meinen Gesprächspartnerinnen gegenüber eine gewisse Objektivität und Distanz zu wahren, und auf der anderen Seite

Vergewaltigung ist ein Verbrechen, das noch zu oft tabuisiert wird. Kathrin Berger befragte fünf betroffene Frauen über das Leben danach. Es entstand ein Buch, das Mut macht, neu zu starten und die Rückkehr in eine Normalität ermöglicht.

Kathrin Berger (Jahrgang 1969) bereiste nach der Erstausbildung zur Bibliothekarin mehrere Jahre lang den Nahen Osten. Die arabische, hebräische und persische Sprache mit ihren Kulturen war ihr Interessengebiet. In Zürich besuchte sie die Schule für Angewandte Linguistik (SAL) und 2003 schloss sie an der Universität Zürich ihr Studium in den Fächern Ethnologie und Islamwissenschaft ab.

Kathrin Berger beschäftigte sich auf ihren Reisen im Iran mit den Lebensumständen von Europäerinnen, die mit Einheimischen verheiratet sind. Während des Studiums arbeitete sie auch im Asylbereich und aufgrund ihrer früheren Ehe mit einem muslimischen Afrikaner setzte sie sich mit Binationalität und religiös praktizierendem Alltag auseinander. Heute leitet sie die Bibliothek des Ethnologischen Seminars der Universität Zürich. Zürich ist auch ihr Wohnort.



waren meine Erinnerungen an die eigene Vergewaltigung, die mich ständig einholten.

Mit Auswirkungen?

Zeitweise bedrückte mich das sehr und hatte zur Folge, dass ich das Material während mehrerer Monate auf die Seite legte und daran zu zweifeln begann, ob ich das Buch überhaupt würde beenden können. Ich glaube jedoch, dass mir diese Balance gelungen ist, ja, dass sie dem Buch sogar zugute kommt.

Vergewaltigung ist ein zweifacher Übergriff; körperliche und sexuelle Gewalt. Während viele Frauen häusliche Gewalt durch Schläge erleben, wird in dieser Form des Verbrechens die geschlechtliche Würde genommen. Was raten Sie Betroffenen, als erstes zu tun?

Tatsächlich trifft eine Vergewaltigung eine Frau ganz unmittelbar in ihrer Identität und Würde als Frau. Eine Vergewaltigung demütigt, denn sie ist eine Machtdemonstration, welche die Frau zum Objekt degradiert und ihre physische Integrität verletzt. Ich rate einer betroffenen Frau, sich so bald wie möglich an eine Person ihres Vertrauens zu wenden, an eine gute Freundin, ihren Partner und/oder an eine Beratungsstelle für Opfer sexueller Gewalt. Dort erhält sie nicht nur psychologische Unterstützung, sondern auch fachliche Hilfe im Zusammenhang mit einer allfälligen Anzeige und den oft langwierigen juristischen Verfahren. Vor allem aber erhält sie eine achtsame Begleitung durch die Krise, die meistens ihr Selbstbild, ihre

Beziehungen, ihren beruflichen Alltag, die Familienstrukturen, die ihr zuvor Halt und Sicherheit verliehen, nachhaltig erschüttert. Die damit verbundene Trauerarbeit, die Rückkehr zu einem als ‚normal‘ empfundenen Alltag, brauchen viel Zeit und Geduld.

Sie schrieben, wie Ihre damalige Beziehung aufgelöst wurde. So ein Übergriff muss wohl Ihr Verhältnis gegenüber dem männlichen Teil der Gesellschaft grundsätzlich erschüttert haben. Wie sieht dieses Verhältnis heute aus?

Nach der Vergewaltigung war ich während zwei Jahren solo und froh darüber; ich vermisste nichts, vor allem nicht die Sexualität. Unterdessen hat sich das geändert; ich lebe seit gut drei Jahren wieder in einer Beziehung. Ganz vom Tisch ist die Vergewaltigung auch heute nicht, doch nimmt sie einen viel kleineren Raum ein. Einen Hass auf Männer verspürte ich persönlich nie. Ich wurde mir allerdings meiner psychischen und physischen Verletzlichkeit als Frau bewusst, was mich vorsichtiger machte. Die Reaktionen der Männer in meinem Umfeld waren hauptsächlich unterstützend, wenn auch unterschiedlich und oft geprägt von einer enormen Verunsicherung, von Wut auf den Täter und vom Gefühl, als Mann gegenüber einer vergewaltigten Frau eine Art kollektiver Mitschuld zu tragen. Ich glaube nicht an diese Mitschuld, freue mich jedoch, wenn ich auch bei Männern zu einer gewissen Sensibilisierung für das Thema Gewalt gegen Frauen beitragen kann.

Ihr Buch ist nicht nur eine Analyse, es soll auch Mut machen, für die Neugestaltung des Lebens. Mit dem Wissen, dass im Buch nicht die Männer angesprochen werden, sei trotzdem die Frage gestellt, was Männer für ihre Partnerin mit diesem Trauma tun können.

Ich wünsche mir sehr, dass auch Männer dieses Buch lesen! Denn wenn der Partner einer betroffenen Frau Verständnis bringt, sie unterstützt in der Krise, sie nicht unter Druck setzt oder bedrängt, so schnell wie möglich wieder ‚normal‘ zu funktionieren, ist ganz viel gewonnen. Eine Frau braucht in dieser Situation keine Ratschläge oder Rezepte, sondern einen achtsamen Zuhörer, die unaufgeregte Zuwendung und Präsenz des Partners und das Vertrauen, dass er für sie da ist und auch dann an ihrer Seite bleibt, wenn sie den Boden unter den Füßen verliert. Insbesondere will sie in dieser Zeit ihre Grenzen, vor allem ihre körperlichen Grenzen, selbst setzen dürfen und damit respektiert werden. Offene Gespräche, in denen der Partner auch seine eigenen Gefühle von Ohnmacht, Wut etc. thematisiert, sind ebenfalls hilfreich. Das Mannebüro in Zürich* bietet zudem Partnern von Frauen, welche vergewaltigt wurden, Beratung und Unterstützung an.

* Das Mannebüro Züri ist eine Beratungs- und Informationsstelle für Männer. Schwerpunkte der Arbeit sind der Umgang mit häuslicher Gewalt, Krisensituationen und Konflikten, sowie die Auseinandersetzung mit der Rolle als Mann und der männlichen Sexualität.

Das Buch

Berger, Kathrin
Die Sprache verschlagen
Frauen berichten vom Leben
nach einer Vergewaltigung
ISBN: 978-3-905561-78-4

CASA di CURA

ANDREA CRISTOFORO

Energiequelle Anthroposophie

Oberhalb von Ascona bietet das einzige anthroposophische Kurhaus der Schweiz eine traumhafte Aussicht auf den Lago Maggiore, den nötigen Abstand vom Alltag, um körperlich und geistig zur Ruhe zu kommen, und die Möglichkeit, sich behutsam mit der Anthroposophie vertraut zu machen.

Als erstes überwältigt in der Casa di Cura Andrea Cristoforo das palmengesäumte Panorama, an dem man sich gar nicht satt sehen kann. Ganz zu Beginn stand an dieser Stelle eine Handweberei. Gewoben, gemalt und kreiert wird im modernen Kurhaus nach wie vor, und zwar in der Kunsttherapie, die genau wie die Heileurythmie, die rhythmischen Massagen, Physiotherapie, Osteopathie, Öldispersionsbäder, Einreibungen und Wickel vollumfänglich zum Therapieangebot gehört. Diese Anwendungen bringen unausgeglichene Energieströme oder durch Krankheit ins Ungleichgewicht gebrachte Auf- und Abbauprozesse wieder ins Lot. Zum Angebot gehören im Weiteren eine anthroposophische Arztpraxis, Pflegeleistungen rund um die Uhr und eine Vollwertküche, die ausschliesslich mit rein biologischen Zutaten arbeitet.



Bereicherung für Körper, Seele und Geist

Die schlichten, in sanften Pastellfarben gehaltenen Zimmer vermitteln Geborgenheit. Bei der Einrichtung wurde bewusst auf Fernsehen und Radio verzichtet, damit Platz für die Ruhe entsteht, die der Gast hier sucht, und für neue Gedanken, die durch die Gespräche und Therapieansätze im Haus angeregt werden. Die umfangreiche Bibliothek ist mit Werken von Rudolf Steiner und der Ärztin Ita Wegmann bestückt, die das Kurhaus 1936 gründete. Kunst und Kultur spielen im Wochenprogramm eine wichtige Rolle. Da es europaweit nur vier anthroposophische Kurhäuser gibt, stammen die Gäste aus aller Welt. Die meisten reisen alleine an, bei den gemeinsamen Mahlzeiten an gemütlichen Achter-Tischen werden aber bald einmal Kontakte geknüpft, die zu gemeinsamen Spaziergängen zum nahe gelegenen Kraftort Monte Verità oder zu Besuchen im Teatro Dimitri in Verscio führen.



Menschen, die unter Erschöpfungssymptomen leiden, Auszeit in erholsamer Umgebung gönnen möchten. Kennenlernpaket eine erste Begegnung mit der

Das Kurhaus ist eine Oase für Erholungssuchende, ob Krebspatienten, oder Feriengäste, die sich eine Ihnen ermöglicht das Anthroposophie.



Preisbeispiele: Kennenlernpaket ab Fr. 600.-, Übernachtung mit Frühstück ab Fr. 96.-/Tag.

Infos: Casa di Cura Andrea Cristoforo, Via Collinetta 25, 6612 Ascona, Tel. 091 786 96 00, www.casadicura.ch

www.aussensichten.ch

Ihr Partner für
Coaching, Supervision
Organisationsentwicklung

Ivan Seeholzer Supervisor&Coach BSO
Seidenweg 68 • Bern • 031. 305 85 71

Ein Angebot für Männer,
die unterwegs sind
auf dem Weg zu sich selbst

**ANTWORTEN AUS DER
AKASHA-CHRONIK
AURAREADINGS
AURAZEICHNUNGEN**

Joréen
Kramgasse 83,
CH-3011 Bern

Tel. 079/516 85 86,
erreichbar jeweils
Mittwoch 8–11 Uhr

Ruf mich an,
um einen Termin
zu vereinbaren

männer | zeitung

**Hier könnte Ihr Inserat stehen.
Diese Anzeige kostet 180.-**

Weitere Infos unter www.maennerzeitung.ch/inserate

Stefan Gasser
Naturrituale und
Coaching für Männer



Männer in Saft und Kraft

Büthenstrasse 11
CH-6006 Luzern
+41/ 041/ 371 02 47
info@maenner-initiation.ch
www.maenner-initiation.ch

Lösungen entwickeln

Ziele erreichen

Kompetenz erleben

kurzzeitberatung - coaching - therapie

für einzelne, familien, gruppen

loesen.ch - arno walti
info@loesen.ch
077 413 76 61

männer:art

pandrea

Paar x Paar Beratung / Seminare
www.pandrea.ch – 061 373 28 75

**Beratung / Seminare für Männer
und Frauen**
www.maenner-art.ch – 061 313 68 46

**Beratung / Supervision
Lebens- und Trauerbegleitung**
www.afroelich.ch – 061 373 28 75

Peter & Andrea Oertle Frölich in Basel & Zürich

eigen:art

**PSYCHOTHERAPEUTISCHE
PRAXIS**

lic.phil.I Felix Hof /www.felixhof.ch

Psychotherapie für bisexuell und homosexuell
orientierte Menschen, bei Coming-out-Proble-
men, persönlichen Schwierigkeiten, Krisen,
Problemen in der Partnerschaft, Süchten,
Fragen der Sexualität, HIV/AIDS

Einzel-, Paar-, Familien- und Gruppentherapien
Mo-So 079/786 74 28 oder hilfe@felixhof.ch

14.- 15.11.2009 congress center basel



perspectiva - Kongress

Mensch ändere dich nicht!?

Eine Spielanleitung für den Wandel

Was fehlt Ihnen, um wirklich glücklich zu sein?

Welche Wünsche, die Sie als Kind hatten, möchten Sie sich noch erfüllen? Wie alt möchten Sie werden?

Hat Ihr Leben einen roten Faden? Schenken Sie gerne?

Welche Menschen lieben Sie? Wofür sind Sie dankbar?

Mitspieler

Wolf Schneider Ute Lauterbach Dr. med. Markus Studer Hans Jecklin
 Prof. Dr. Daniel Hell Pierre Stutz Prof. Dr. Joseph Duss-von Werdt
 Christina Kessler Dr. Peter Widmer Dr. iur. Marco Ronzani Patrick Rohr
 Prof. Dr. rer. nat. Lutz Jäncke Patrick Rohr Franziska von Blarer
 und alle Kongressteilnehmer

perspectiva | Auberger 9 | 4051 Basel | 061 641 64 85
www.perspectiva.ch

Peter A. Schröter, Psychologe FSP

Lebensschule für Männer®

Seminare zu den Themen Macht, Hingabe, Tod, Sexualität und Spiritualität

Mann-Sein ist weder aggressives Barbarentum noch unterwürfige Anpassung, sondern bedeutet die Entwicklung von innerer Stärke, Verantwortungsbewusstsein und reifer Liebesfähigkeit.



PERSÖNLICHKEITSTRAINING

Schröter+Christinger Persönlichkeitstraining
 Langgrütstrasse 178, 8047 Zürich
 Tel 044 261 01 60, Fax 044 261 02 60
www.scpt.ch



Kraft – Kompetenz – Verantwortung



Seminare für Männer | Robert Fischer

Das nächste Seminar:
Der sexuelle Mann, 14.-17.10.09
 Natürlichkeit in der körperlichen Liebe. Von ganzem Herzen unseren Mann stehen.

Info & Anmeldung: L'hom/MannFrau, T +41 31 372 21 20, seminare@mann-frau.com
www.mann-frau.com, Info zu Seminarinhalt: T +41 31 372 21 21, fischer@mann-frau.com

Natürlich lernen, natürlich heilen



Naturarzt/Heilpraktiker

Vierjähriges Studium gemäss EMR-Richtlinien mit den Fachrichtungen:

- Klassische Homöopathie
- Trad. Chinesische Medizin
- Trad. Europäische Naturheilkunde

Studienbeginn: Oktober 2009

AKADEMIE FÜR NATURHEILKUNDE

Eulerstrasse 55, 4051 Basel
 Tel. 061 560 30 60, www.anhk.ch

 Basler Bildungsgruppe

Fachperson Rituale

Ausbildung in Ritualgestaltung und Ritualleitung mit Klaus Beeler u.a.

Beginn 6. Lehrgang April 2009 / 6 Semester berufsbegleitend
 Info St. Gallen 14.2.09, 23.1.10, Bern 24.10.09, Turgi 27.2.10
 Basis-Seminar in Wetzikon am 5.9.2009 und 13.2.2010
 Weitere Informationen / Anmeldung www.schule-fuer-rituale.ch

Fachschule für Rituale

Geschäftsstelle Rosenweg 1 / 5300 Turgi
info@fachschule-fuer-rituale.ch / 056 223 42 78

➤ **Meine Auszeit!**




**Kurhaus
St. Otmar**

Eine OTMARSAN-Trink-Fasten-Kur bietet eine optimale Grundlage um Standort zu beziehen. Die Kur reinigt Körper und Geist. Frei sein, um neue Herausforderungen annehmen zu können. Erleben Sie persönliche Begleitung, tiefgreifende Therapien, die herrliche Umgebung u.v.m.. Diese Auszeit gönn ich mir!



OTMARSAN
natürliche Gesundheit

Maya Bachmann-Krapf
CH-6353 Weggis
Telefon 041 392 00 10
E-Mail info@otmarsan.ch



Le Cocon
Ayurveda-Pension
Quelle für Körper, Seele und Geist

Ayurveda-Kuren im Le Cocon

Gönnen Sie sich Zeit und lassen Sie sich Ihrer Gesundheit zuliebe verwöhnen. Persönliche, auf Ihre Bedürfnisse abgestimmte Behandlungen und Massagen wirken entschlackend, entspannend und nährend. Johanna Wäfler und Markus Dürst freuen sich auf Sie.

Unser Angebot:

- Einwöchige Ayurveda-Kuren zum Entschlacken und Regenerieren.
- Amrita, die königliche Kur.
- Neu: Panchakarma-Kur.

*Ayurveda-Pension Le Cocon, rue de la Combe-Grède 33, CH-2613 Villeret
Tel. 032 941 61 63, mail@lecocon.ch, www.lecocon.ch*



lindenbühl erleben geniessen

Lindenbühl
Seminare · Feste · Ferien

Lindenbühl 2 · 9043 Trogen · 071 344 13 31
www.lindenbuehltrogen.ch · lindenbuehltrogen@bluewin.ch



BESINNEN VERWEILLEN ERWACHEN HAUS ZUM WEG

Einführung in die Meditation
11. - 13. November 2009

Intensivwoche Meditation und Yoga
2. - 6. November 2009

Fastenwoche mit Meditation und Yoga
14. - 21. November 2009

Infos unter: www.hauszumweg.ch | Tel. +41 71 379 00 10

Mit den Kindern in die Berge!

Rotpunktverlag.
www.rotpunktverlag.ch

 <p>BERGFLOH 1 Glarnerland und Zentralschweiz Bergwandern mit Kindern</p>	 <p>BERGFLOH 2 Ostschweiz und Graubünden Bergwandern mit Kindern</p>	 <p>BERGFLOH 3 Berner Oberland und Wallis Bergwandern mit Kindern</p>
<p>Glarnerland und Zentralschweiz</p> <p>Es gibt sie – die Wanderungen, die für Kinder spannend sind und bei denen Erwachsene doch nicht zu kurz kommen. 29 ein- bis dreitägige Touren für Kinder ab ungefähr 6 Jahren – einige wirklich <i>kinderleicht</i>, andere ganz schön anspruchsvoll.</p>	<p>Ostschweiz und Graubünden</p> <p>Der zweite <i>Bergfloh</i>-Band lockt Familien in einsame Täler, über wilde Hochebenen und auf den einen oder anderen Gipfel in der Ostschweiz und im Kanton Graubünden. Zu jeder Tour gehören Informationen über Natur und Geschichte und ein passender Spielvorschlag für unterwegs. Für Kinder ab etwa 6 Jahren.</p>	<p>Berner Oberland und Wallis</p> <p>Seilbahnfahrten über Schwindel erregende Felswände, uralte Pfade entlang waghalsig angelegter Wasserleitungen oder Trampolinsprünge in dünner Luft – auch der dritte <i>Bergfloh</i>-Band verbindet, was Erwachsenen gefällt und was Kinder cool finden.</p>
<p>Remo Kundert und Werner Hochrein: Bergfloh 1 Bergwandern mit Kindern, Glarnerland und Zentralschweiz Mit Farbfotos und Routenskizzen, 272 Seiten, Broschur 3., akt. Aufl., 2008, ISBN 978-3-85869-384-6, Fr. 42.–</p>	<p>Remo Kundert und Werner Hochrein: Bergfloh 2 Bergwandern mit Kindern, Ostschweiz und Graubünden Mit Farbfotos und Routenskizzen, 278 Seiten, Broschur 2007, ISBN 978-3-85869-347-1, Fr. 42.–</p>	<p>Remo Kundert und Werner Hochrein: Bergfloh 3 Bergwandern mit Kindern, Berner Oberland und Wallis Mit Farbfotos und Routenskizzen, 272 Seiten, Broschur 2009, ISBN 978-3-85869-394-5, Fr. 42.–</p>




HAUS FÜR BILDUNG UND BEGEGNUNG
HERZBERG

Ihr Haus für:
 - Seminare
 - Weiterbildungen
 - Outdoorurse
 im herrlichen Aargauer Jura
 +41 +62 878 16 46
 www.herzberg.org

FERNBLICK HAUS DER VERSÖHNUNG

Kontemplationswoche 4.-10.10.09
 Die Kontemplation ist eine Chance der Standortbestimmung und Neuausrichtung, eine Art Kloster auf Zeit. Wir sitzen im Stil des Zazen, schweigen und sammeln uns achtsam ein - Atemzug um Atemzug.

Ein Fenster zu neuen Horizonten 6.-20.12.09
 Der Fernblick gibt Menschen die Möglichkeit, eine kürzere odere längere Zeit mit zu leben. Lebensübergänge zu gestalten mit fachlicher Begleitung oder einfach aufzutanken. Weitere Termine nach Absprache

BÜNDTSTRASSE - CH-9053 TEUFEN AR
 Tel. 071 335 09 19 - info@fernblick.ch - www.fernblick.ch

Sunnehus
 Kur- und Bildungszentrum Wildhaus

**innehalten - durchatmen
 neu beginnen**

Im Sunnehus haben Sie die Möglichkeit, zur Ruhe zu kommen. An einzigartiger Lage im obersten Toggenburg und in der behutsamen Atmosphäre des Hauses finden Sie sich selber wieder neu. Unser Kernangebot, die Atem- und Empfindungsarbeit, führt zu einer tiefen Entspannung und die Beruhigung der Gedanken öffnet dem Leben neue Räume. In hilfreichen Gesprächen und den kreativen Möglichkeiten in unseren Ateliers oder im Klangraum werden Sie durch das erfahrene Kurbegleitungs-Team betreut. In sich hinein horchend finden Sie hier möglicherweise neuen Sinn und entdecken eine eigene Spiritualität für die ganzheitliche und gesundheitserhaltende Bewältigung des Alltags. Lassen Sie sich telefonisch beraten oder vereinbaren Sie einen Termin für ein Gespräch mit Hausbesichtigung!

www.sunnehus.ch • mail: info@sunnehus.ch
 Telefon: 071 998 55 55 • Fax: 071 998 55 56




Weit Wandern
 www.weitwandern.ch

Wer das Ziel nicht kennt, kann den Weg nicht gehen.
 Wer den Weg nicht geht kommt nicht ans Ziel. Friso Melzer

Sommer: Fussreisen, Gletscherwanderungen, Ausbildung in Fels und Eis, Klettern, kreative Kurse
Marokko: Hoher Atlas, Jebel Sarhro, Jebel Zereg, Oued Draa
Winter: Schneeschuhtouren, Skitouren

Bitte senden Sie mir das vollständige Programm:
 Name, Vorname:
 Adresse:
 PLZ, Wohnort:

senden an: Markus Zürcher, Postfach 122, CH-3703 Aeschirried
 Tel: 033 654 18 42, Fax: 033 654 11 34 männerzeitung 2009/3
 Lesern der männerzeitung gewähren wir einen Rabatt von 5%.



**Kamelkarawanen
 stiftung iferoouane**

Nachhaltige Reisen in der Sahara
 mit Tuaregmännern
 die Vielfalt der Wüste erleben

26.09. - 10.10.09
 14.11. - 05.12.09
 02.01. - 23.01.10

www.kamelkarawanen.ch | ☎ 033 243 33 70

BM Basler
Männer-
Palaver

www.baslermaennerpalaver.ch
Im Unternehmen Mitte Gerbergasse 30 Basel 20.00 Uhr

MO 19.Oktober 09 ZU VIEL ARBEIT – KEINE ARBEIT
DO 12.November 09 BIST DU WIRKLICH GANZ MANN?
MI 09.Dezember 09 MÄNNER MACHEN MUSIK

Palavern ist mehr als blosses Diskutieren:
Austauschen und Vertrauen schaffen unter Männern ohne Angst vor Ver-
lust von Macht und Männlichkeit. Fragen stellen und Antworten suchen.
Dabei sein, mitreden, zuhören und etwas mit nach Hause nehmen.

Unterwegs zum Du
erfolgreiche Partnersuche seit 1938
nicht gewinnorientiert

Basel 061 313 77 74
Bern 031 312 90 91
Ostschweiz 071 640 00 80
Zürich 052 672 20 90 www.zum-du.ch

Horoskope, die weiterhelfen

Beratung, Kurse und vieles mehr
für Ihre Gesundheit.

Tel. 043/844 08 18 • www.lebensquell.ch

männer | zeitung

Hier könnte Ihr Inserat stehen.
Diese Anzeige kostet 310.-

Weitere Infos unter www.maennerzeitung.ch/inserate

**berührung,
die alle
sinne
weckt.**



Sehnsucht, Lust & Leidenschaft sind wie kleine Geheimnisse in
unserem tiefsten Inneren. Wer sich öffnet für die Sinnlichkeit,
wird reich beschenkt mit lustvollen Gefühlen & Spaß am eigenen
Körper. Lassen Sie sich berühren mit Haut und Haaren, um sich
selbst zu entdecken. Unvergessliche Momente – allein & zu zweit.

Zürich
+41 (0)44 955 22 44
www.dakinimassagen.ch

Stuttgart
+49 (0)711 29 09 56
www.dakinimassagen.de

dakini
Massagen & Events

EroSpirit®-Tantra
Liebeskunst und Lebensweg

**Sinnliche und spirituelle Kraft
entfalten**
2.– 4. Oktober 2009
Ruth Oswald und Lucian Loosen

Genuss auf höchstem Niveau
Ort: Hotel Idyll in Gais
Infos: Erospirit-Schweiz
Tel. 043 535 71 79

Geniesse
EroSpirit®-Tantra!

Info@erospirit-schweiz.ch **www.erospirit-schweiz.ch**

GAY-TANTRA®
mit Armin C. Heining

**Einzelsitzungen, Ferien, Seminare,
Trainings und Ausbildungen
für Männer aller sexueller Couleur
(A, CH, D, GB, I, PT)**

Tel. +49 30 26344515
info@gay-tantra.ch
www.gay-tantra.ch



Naturbewusst **und**
komfortabel schlafen?



Schöne moderne **Betten** aus einheimischem Massivholz und kuschelige **Bio-Bettwaren**.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch! (Auch Lieferung und Versand)

VitaLana Kniestrasse 29 • 8640 Rapperswil
Telefon 055 211 10 66 • www.vitalana.ch

**eigene
Schreinerei**

Massivholz-
- Küchen
- Betten
- Möbel
- Kindermöbel

Natur-
- Matratzen
- Bettwaren



Möbel zum verlieben

www.Naturbett-Center.ch 8645 Jona

Artisana - TRINATURA - Prolana - Relax / Massivholz-Möbel und Küchen **Buechstrasse 2
055/ 212 20 27**

**Kursangebote für einen
aktiven Lebensstil.**

www.actiond.ch



action d
diabetes aktiv vorbeugen
prévenir activement le diabète
prevenire attivamente il diabete



Basel: Kunz & Kaiser, Vitelli
Bern: VeloKurierLaden
Biel: faltbar folding bikes+bar
Chur: Arcas Tretmaschinen
Genève: ARV - Péclot
Lausanne: Delacombaz-Velos
Luzern: Carlo Caviglia Velos
Zürich: Velofix, Rad-Los!

Weitere Händler unter
diverso.ch/haendler



Gotthard Jedlicka Mit Henri Matisse in Paris 1931

Im Sommer 1931 findet in Paris eine groß angelegte Henri-Matisse-Retrospektive statt. Der Künstler führt ausgewählte Kunstkritiker durch seine Ausstellung, unter anderem auch einen jungen Schweizer: Gotthard Jedlicka (1899-1916), späterer Lehrstuhlinhaber für Kunstgeschichte an der Universität Zürich. Dieser verfasst kurz darauf für die Neue Zürcher Zeitung einen längeren Bericht, in dem er auf sehr interessante und zugleich warmherzig persönliche Weise von diesem Besuch zu zweit - alleine an der Seite des Meisters in der Ausstellung - erzählt.

Der Text ist sensationell: Seit über 60 Jahren nicht mehr aufgelegt, heute vergessen, wird er hier zum ersten Mal als eigenständige Publikation vorgelegt, zusammen mit Abbildungen nach Gemälden von Matisse, die in dieser legendären Ausstellung zu sehen waren.

Der venezianische Kunsthistoriker Casimiro Di Crescenzo hat die Ausstellung präzise rekonstruiert und lässt sie in seinem Nachwort in ihrer Genese, ihrem Kontext und Aussehen wieder auferstehen. Begleitet werden die Ausführungen von Fotografien, die Matisse in jenen Jahren zeigen, sowie von damals hergestellten Innenansichten besagter Ausstellung.

96 Seiten, 8 Farb- und 15 SW-Abbildungen
Piet Meyer Verlag ISBN 978-3-905799-04-3
CHF 18.80 / € 12.80 (D + A)
Mehr Informationen: www.pietmeyer.ch



der fotograf, www.dieblender.ch

FILMRISS

Der neue Krimi von Mitra Devi

*Nora Tabani und ihr neuer Fall.
Spannung quer durch die Stadt!*

Jetzt im Buchhandel
Appenzeller Verlag

	Ort	Anlass	Information	Datum
AG	Kleindöttingen	Die Glut in mir Männerseminar	Daniel Burger-Müller 056 245 84 74, danielburger@gmx.ch	Do 24. bis So 27.9.2009 Beginn 11:00 Ende 16:00
AR	Stein AR Bruggli	Herbst-Schwitzhütte für Männer Anmeldung nötig	ForumMann info@forummann.ch www.forummann.ch	Sa 19.9.2009 Beginn 15:00 Ende 22:00
	Stein AR Bruggli	Winter-Schwitzhütte für Männer Anmeldung nötig	ForumMann www.forummann.ch	Sa 19.12.2009 Beginn 14:00 Ende 22:00
BE	Langnau i. Emmental	Eigentlich steckt viel mehr in mir Vertrauen finden, seine Talente zu leben. Ein Workshop in der Natur	Perspektiven, Christof Bieri 034 402 52 63, info@es-geht.ch www.es-geht.ch	Sa 5.9.2009 Beginn 09:00 Ende 19:00
	Thun	Männergruppe im Berner Oberland Für gemeinsamen Austausch mit Befindlichkeitsrunde. Themen ergeben sich daraus.	Beat Bantli 033 2214430, beatbantli@hotmail.com www.yoga-bewegung-prozess.ch	20.9., 20.10., 17.11., 15.12., 19.1., 16.2., 16.3. jeden 3 Di im Monat
	Bern DAO Gesellschaftsstr. 81A	Auf zur Kraft der Mitte... Den Beckenboden, das dynamische Fundament des Körpers entdecken, ins Lot kommen.	Beat Hänkli 079 44 385 88, taichidao@bluewin.ch www.taichidao.ch	17.10., 7.11., 28.11.19.12 Beginn 09:30 Ende 12:30
	Lützelflüh Waldhaus Zentrum	Männliche Sexualität - Der Liebhaber 3-tägiges Basisseminar der Lebensschule für Männer	Peter A. Schröter +41 44 261 01 60, info@scept.ch www.scept.ch	Fr 11. bis So 13.12.2009 Anreise am Vorabend
BL	Treffpunkt Liestal Pfarreiheim Rheinstrasse 20	Männer - Kinder - Weekend Abenteuerliches Zelten für Väter, Grossväter, Göttis mit ihren Kindern	Pfarrei Liestal - Ref. Kirche Bubendorf 061 927 93 50 messingschlager@rkk-liestal.ch	Sa 29. bis So 30.8.2009 Beginn 14:00 Ende 17:00
	Liestal Kirche Rheinstrasse 20	Feierabend-Oase für Männer Zeit und Ruhe haben - nichts leisten müssen - auftanken können - beisammen sein	Pfarrei Liestal - Ref. Kirche Bubendorf 061 927 93 50 messingschlager@rkk-liestal.ch	25.9., 23.10., 27.11.2009 Beginn 19:30
	Treffpunkt Liestal Pfarreiheim Rhein- strasse 20	Advent-Outdoor Ein vorweihnächtlicher Weg für Männer	Pfarrei Liestal - Ref. Kirche Bubendorf 061 927 93 50 messingschlager@rkk-liestal.ch	Fr 18.12.2009 Beginn 19:30 Ende 22:30
BS	Basel Borromäum	Kommunikation statt Konfrontation Tagung zum Thema Mediation	Ausbildungsinstitut perspectiva 061 641 64 85, info@perspectiva.ch www.perspectiva.ch	Sa 5.9.2009 Beginn 09:00 Ende 18:00
	Basel Unternehmen Mitte	Basler Männerpalaver: Arbeit? Arbeit - Wer hat dem wird gegeben. Oder: Ich arbeite, also bin ich.	Verein Basler Männerpalaver 061 263 95 74, info@baslermaennerpalaver.ch www.baslermaennerpalaver.ch	Mo 19.10.2009 Beginn 20:00
	Basel Unternehmen Mitte	Basler Männerpalaver: Ein ganzer Mann? Unsere männlichen und weiblichen Anteile als schwule und heterosexuelle Männer.	Verein Basler Männerpalaver 061 263 95 74, info@baslermaennerpalaver.ch www.baslermaennerpalaver.ch	Do 12.11.2009 Beginn 20:00

Ort	Anlass	Information	Datum
Basel congress center basel	Mensch ändere dich nicht !? Eine Spielanleitung für den Wandel	perspectiva 061 641 64 85, info@perspectiva.ch www.perspectiva.ch	Sa 14. bis So 15.11.2009 Beginn 09:00 Ende 19:00
Basel Unternehmen Mitte	Basler Männerpalaver: Mann und Musik Musik als Männersache, als letzte Domäne maskulinen Selbstbewusstseins?	Verein Basler Männerpalaver 061 263 95 74, info@baslermaennerpalaver.ch www.baslermaennerpalaver.ch	Mi 9.12.2009 Beginn 20:00
Basel Unternehmen Mitte	Basler Männerpalaver: Verletzt? Verletzungen gehen unter die Haut. Wie gehen wir damit um?	Verein Basler Männerpalaver 061 263 95 74, info@baslermaennerpalaver.ch www.baslermaennerpalaver.ch	Di 12.1.2010 Beginn 20:00
Basel Unternehmen Mitte	Basler Männerpalaver: Ehrensache! Wenn Ehre und Stolz verletzt werden: Scham und Schande? Kampf und Rache?	Verein Basler Männerpalaver 061 263 95 74, info@baslermaennerpalaver.ch www.baslermaennerpalaver.ch	Mo 8.2.2010 Beginn 20:00
Basel Unternehmen Mitte	Basler Männerpalaver: Mann und Sport. Treibt Sport die Männer an? Sport als Ressource oder Sucht?	Verein Basler Männerpalaver 061 263 95 74, info@baslermaennerpalaver.ch www.baslermaennerpalaver.ch	Do 11.3.2010 Beginn 20:00
Luzern Werkraum für Rhythmik, Wesemlinrain 16	Bewegungsmeditationen In der Gruppe gewinnt die Meditation an Kraft & Intensität, auch für Anfänger.	Stephan Brandstetter 041 320 67 62, info@tanzunternehmen.ch www.tanzunternehmen.ch	Do ausser 24.9./29.10./ 26.11./17.12.09 & Ferien Beginn 19:15, Ende 20:30
Luzern Werkraum für Rhythmik, Wesemlinrain 16	Männergruppe mit Bewegung Als Mann verantwortungsvoll unterwegs sein, bei Arbeit, Freizeit & Partnerschaft	Stephan Brandstetter 041 320 67 62, info@tanzunternehmen.ch www.tanzunternehmen.ch	24.9./29.10./26.11./17.12.09 Beginn 19:15 Ende 21:30
Luzern RomeroHaus Luzern	Männer begegnen Männern Wie werden Männer bessere Anwälte ihrer eigenen Wünsche? Mit Markus Fäh, Autor	Mannebüro Luzern 041/361 20 30, info@manne.ch www.manne.ch	Fr 6.11.2009 Beginn 19:30 Ende 22:00
Luzern Rathaus Luzern	Männerpalaver Luzern Thema siehe homepage	Mannebüro Luzern 041/361 20 30, info@manne.ch www.manne.ch	Mo 9.11./23.11./14.12.2009 Beginn 19:30 Ende 22:00
Luzern Hügelweg 7	Wintersonnenwende-Ritual für Männer Einstimmung in einer Jurte, dann Ritual am Feuer im Bireggwald	Mannebüro Luzern 041/361 20 30, info@manne.ch www.manne.ch	So 20.12.2009 Beginn 17:30 Ende 22:00
Ganterschwil Weidli	Lebensschule für Männer - der Krieger Dieses Basisseminar setzt sich mit der Krieger-Energie im Mann auseinander	Peter A. Schröter +41 44 261 01 60, info@scpt.ch www.scpt.ch	Do 29.10. bis So 1.11.2009 Anreise am Vorabend
im Raum Säntis-Toggenburg	men's walk Herbstwanderung Männer zu Fuss unterwegs. Details siehe homepage	ForumMann info@forummann.ch www.forummann.ch/veranstalten/menswalk	Sa 31.10.2009 Beginn 11:00 Ende 21:00
Degerheim	Shiatsu für Männer Eine Begegnung mit dem eigenen Körper	Martin Schmid, ForumMann therapieraum@gmx.ch www.forummann.ch	Sa 14.11.2009 Beginn 14:00 Ende 17:00

BS

LU

SG

	Ort	Anlass	Information	Datum
SG	Schwellbrunn	Mann im Dunkel - Mann im Licht Vorweihnächtliche Begegnungen in Gesprächen, Atem-Impulsen, Tanz, Natur-Gängen.	ForumMann www.forummann.ch	Sa 5. bis So 6.12.2009 Beginn 10:00 Ende 16:00
SZ	Illgau SZ Hildegard-Hotel	Männer in Saft und Kraft IV / Herbst Weisheit und Intuition des «Magiers». Männer-Seminar mit Schwitzhütte.	Stefan Gasser-Kehl, Männercoach 041 371 02 47, info@maenner-initiation.ch www.maenner-initiation.ch	Fr 18. bis So 20.9.2009 Beginn 18:15 Ende 14:00
	Illgau SZ Hildegard-Hotel	Männer in Saft und Kraft I / Winter Würde und Verantwortung des «Königs». Männer-Seminar mit Schwitzhütte	Stefan Gasser-Kehl, Männercoach 041 757 14 14, info@lassalle-haus.org www.maenner-initiation.ch	Fr 20. bis So 22.11.2009 Beginn 18:15 Ende 14:00
ZG	Edlibach Lassalle-Haus Bad Schönbrunn	Männer-Initiation / Der «Magier» Arbeit mit den Archetypen. Die inneren Stärken des Mannes	B. von Bresinski, S. Gasser-Kehl 041 757 14 14, info@lassalle-haus.org www.lassalle-haus.org	Fr 11. bis So 13.9.2009 Beginn 18:30 Ende 13:00
	Edlibach Lassalle-Haus Bad Schönbrunn	Männer-Initiation / Der «König» Arbeit mit den Archetypen. Die inneren Stärken des Mannes	B. von Bresinski, S. Gasser-Kehl 041 757 14 14, info@lassalle-haus.org www.lassalle-haus.org	Fr 18. bis So 20.12.2009 Beginn 18:30 Ende 13:00
ZH	Kappel am Albis Kloster Kappel Kappelerhof 5	Leben - nicht gelebt werden! Mutige Spiritualität für Männer	Pierre Stutz, Christoph Walser 044 764 88 10, kursekappel@zh.ref.ch www.klosterkappel.ch	Fr 4. bis So 6.9.2009 Beginn 12:15 Ende 14:30
	Lägernregion	Outdoorweekend für Väter und Kinder Leben unter freiem Himmel stärkt eine lebendige Vater-Kind-Beziehung .	Elternbildung Bezirke Bülach/Dielsdorf 044 855 65 60, eb.west@ajb.zh.ch www.elternbildung.zh.ch	Fr 4. bis So 6.9.2009 Beginn 18:00 Ende 14:00
	Kappel am Albis Kloster Kappel Kappelerhof 5	Timeout im Kloster Stille Tage für Männer	Christoph Walser 044 764 88 10, kursekappel@zh.ref.ch www.klosterkappel.ch	Mi 9. bis Sa 12.9.2009 Beginn 10:30 Ende 13:15
	Kappel am Albis Kloster Kappel Kappelerhof 5	Wo stehe ich? Wohin gehe ich? Standortbestimmung und neue Ausblicke für Männer	Matthias Gerber 044 764 88 10, kursekappel@zh.ref.ch www.klosterkappel.ch	Fr 25. bis So 27.9.2009 Beginn 18:00 Ende 13:30
	Steg im Tösstal Ferienheim Storchenegg	Vater-Kind Wochenende für Väter mit Kindern im Alter von 5 bis 12 Jahren	Marc Schwyter, ForumMann mark@schmark.ch www.forummann.ch	Fr 25. bis So 27.9.2009 Beginn 17:00 Ende 17:00
	Winterthur Gärtnerstrasse 15.	Meine Frau hat fast nie Lust auf Sex Kurs für Männer	Kristina Pfister 044 860 04 85, info@sexual-beratung.ch www.sexual-beratung.ch	So 18.10.2009 Beginn 10:00 Ende 18:00
	Kirchgasse 14 Erkerzimmer des Zentrums Karl der Grosse	Männer Palaver 2009 Mehr Infos www.zuerich.maennerpalaver.ch	u.a. Evang.-ref. Landeskirche Kt. Zürich 044 258 92 83, sara.zamorano@zh.ref.ch www.zuerich.maennerpalaver.ch	Mo 26.10./2.11./9.11./16.11.2009 Beginn 19:30 Ende 22:00
	Bülach	Kampfspiele für Väter und Söhne Väter und Söhne begegnen sich kraftvoll, mit Fairness und Sorgfalt.	Elternbildung Bezirke Bülach/Dielsdorf 044 855 65 60, eb.west@ajb.zh.ch www.elternbildung.zh.ch	Sa 14. bis Sa 21.11.2009 2-teiliger Kurs

Ort	Anlass	Information	Datum
Bülach	Einmal Vater – immer Vater (Workshop) Wie geschiedene/getrennte Väter ihre Erziehungsverantwortung wahrnehmen können.	Elternbildung Bezirke Bülach/Dielsdorf 044 855 65 60, eb.west@ajb.zh.ch www.elternbildung.zh.ch	Mi 18.11.2009 Beginn 20:00, Ende 22:00
Kappel am Albis Kloster Kappel, Kappelerhof 5	Timeout ADVENT Atempause im Männerkreis	Christoph Walser 044 764 88 30, kursekappel@zh.ref.ch www.kursekappel.ch	Fr 27. bis So 29.11.2009 Beginn 18:00 Ende 14:30
Zürich	Engel im Exil Alltagssüchte als Wegweiser zur Ganzheit	«pandrea» Peter & Andrea Oertle Frölich 061 373 28 75, info@pandrea.ch www.pandrea.ch	Sa 28. bis So 29.11.2009 Beginn 09:30 Ende 17:00
Kappel am Albis Kloster Kappel, Kappelerhof 5	«Ringend und Loslassen» Wie man(n) im Ringen mit sich selbst gewinnt	Thomas Scheskat 044 764 88 30, kursekappel@zh.ref.ch www.kursekappel.ch	Fr 29. bis So 31.1.2010 Beginn 18:00 Ende 13:30
Kappel am Albis Kloster Kappel, Kappelerhof 5	Timeout im Kloster Stille Tage für Männer	Christoph Walser 044 764 88 30, kursekappel@zh.ref.ch www.kursekappel.ch	Di 9. bis Fr 12.3.2010 Beginn 12:00, Ende 13:15
Tweng bei Salzburg Hotel Postgut	GAY-TANTRA FerienSeminar «Winterlust - Tantra im Schnee» Tantra, Sport und Freizeit unter Männern!	Armin C. Heining +49 30 26344515, info@gay-tantra.ch www.gay-tantra.ch	Sa 16. bis Sa 23.1.2010 Beginn 18:00 Ende 13:00
Bad Orb Hotel «Orbtal»	GAY-TANTRA WasserSeminar «Die Stille Welle – Tiefenentspannung» Berührung und Nähe für Männer	Armin C. Heining +49 30 26344515, info@gay-tantra.ch www.gay-tantra.ch	Fr 16. bis So 18.10.2009 Beginn 18:00 Ende 16:00
Berlin Hohenzollernstraße 8	Söhne von Müttern Distanz und Nähe – was ist zuviel und was ist zuwenig?	Hans-Joachim Lenz, Angela May treffpunkt-lichtenrade@gmx.de www.praevention.org	Fr 6. bis Sa 7.11.2009 Beginn 09:30 Ende 16:00
Schwarzwald/D Haus Hollerbühl, Dachsberg	Wanderer zwischen Nacht und Tag Aussergewöhnliche Reise für Männer in die Stille und zu sich selbst	Peter Oertle «männer:art» 061 313 68 46, info@maenner-art.ch www.maenner-art.ch	Fr 15. bis So 17.1.2010 Beginn 14:00 Ende 16:00
Bussang / Vogesen Total Art Oasis	Im PAARadies - Ferienseminar für Paare Auf den Spuren der eigenen BeziehungsVision(en)	«pandrea» Peter & Andrea Oertle Frölich 061 373 28 75, info@pandrea.ch www.pandrea.ch	Mi 16. bis So 20.9.2009 Beginn 14:00 Ende 15:00
Aosta	Trekkingwoche Alta Via 1, Aostatal Wandern im Süden, am Fusse der Walliser Viertausender, ein Höhenweg der Riesen!	www.wandervelo.ch 078 610 64 95, mailbox@wandervelo.ch	Sa 5. bis Sa 12.9.2009
Toskana Castiglion Fiorentino	Fit für Arbeit und Partnerschaft Eine Seminarreise für schwule und bisexuelle Männer in der Toskana!	PEOPLE CARE - Anselmo Maestrani 043 243 31 01, info@peoplecare.ch www.peoplecare.ch	Sa 19. bis Sa 26.9.2009 Mentaltraining
Loulé, Portugal Zentrum «Montenaluz»	GAY-TANTRA FerienSeminar «Eros & Massage – Männer berühren!» Seminar und Ferien an der Algarve/Portugal	Armin C. Heining +49 30 26344515, info@gay-tantra.ch www.gay-tantra.ch	Sa 19. bis Sa 26.9.2009 Beginn 18:00 Ende 12:00

ZH

DE

FR

IT

PT

männer.ch

Mitteilungen

Paul Gemperle, Geschäftsführer von männer.ch

Vätertag

Am 7. Juni 2009 erlebte unser Land seinen dritten Vätertag. Erstmals wurde die Auszeichnung der «Schweizer Väter des Jahres» verliehen, die Sieger wurden anlässlich der Medienkonferenz in Bern präsentiert. Dieser landesweite Wettbewerb wurde von KidySwissfamily, Schweizerischer Bund für Elternbildung, Väternetz Schweiz sowie unserem Dachverband gemeinsam ausgeschrieben. Die zunehmende Breitenwirkung des Schweizer Vätertags als Feier- und Aktionstag ist bei Männern und in unzähligen Familien generell spürbar geworden: die zahlreichen «Vaki-Zmorge», Grillfeste, Wanderungen oder Kletterpartien brachten auch lokal die Festfreude zum Ausdruck. Die Medienresonanz war auch heuer erfreulich: in den Tagen nach der Pressekonferenz wurden mehrere Dutzend Artikel (print und online) zu den Anliegen und Anlässen in allen Landesteilen publiziert. Der vierte Schweizer Vätertag findet am 6. Juni 2010 statt. An seiner Sitzung vom 8. Juni hat der männer.ch-Vorstand aus Rücksicht auf kirchliche Kreise und zwecks Vermeidung einer Konkurrenzierung des Flüchtlingssonntags beschlossen, von nun an die «Schweizer Vätertage» neu auf den ersten Sonntag im Juni zu verlegen. (Falls Ihnen Datenquellen begegnen, die noch den dritten Junisonntag publizieren, sind wir um einen Hinweis an info@maenner.ch dankbar.)

4. ordentliche Mitgliederversammlung von männer.ch

Am 12. Mai fand die Hauptversammlung von männer.ch im «alten Tramdepot» in Bern statt. Nach dem statutarischen Abschnitt und Pausenerfrischung durfte der Vorstand im inhaltlichen Teil zwei profilierte Persönlichkeiten begrüssen: Alec von Graffenried, Nationalrat und Verbandsmitglied, gab mit seinem «Bericht aus Bern» spannende Einblicke ins parlamentarische Nähkästchen. Danach hielt Prof. Bernhard Waldmann, Ordinarius für Staats- und Verwaltungsrecht an der Uni Freiburg, ein Referat zu «Diskriminierung und Antidiskriminierung: Gehen die Männer im Kampf gegen die Geschlechterdiskriminierung vergessen?» Die pointierten Vorträge führten zu wechselvollen Debatten, die gut und gerne noch «bis zum letzten Zug» hätten dauern können...

Väter an den Tochtertag!

Die Fachstelle «UND» sucht engagierte Männer, die den Burschen in der Schule von ihren Erfahrungen in der Haus- und Familienarbeit berichten. Am Tochtertag, der am 12. November 2009 bereits zum neunten Mal stattfindet, werden auch die Burschen der 5.-7. Klasse einen Blick in die Zukunft werfen. Während Mädchen ihre Väter oder Mütter im Berufsleben einen Tag begleiten (www.tochtertag.ch), diskutieren Jungs in den Schulen, wie ihr Leben nach der Schulzeit aussehen könnte. Sie erhalten Besuch von Männern, die aus ihrem Arbeitsalltag in Familie und Haushalt berichten. In der Auseinandersetzung mit unterschiedlichen Rollenbildern können die Burschen herkömmliche Geschlechtervorstellungen erkennen, überdenken und ihren persönlichen Lebensentwurf vielfältiger gestalten (www.diejungs.ch). Interessierte melden sich direkt bei www.und-online.ch – Tochtertag 2009 – Väter in den Schulen.

Termine

Am Dienstag, 20. Oktober 2009 von 18.15 bis 21.15 Uhr findet im Volkshaus Zürich (Grüner Saal) eine ausserordentliche Mitgliederversammlung von männer.ch statt. Hauptthema ist die Reform der Mitgliederbeiträge.

männer.ch feiert am 28. Juni 2010 seinen fünften Geburtstag – die Männerzeitung ihr 1. Jahrzehnt. Erstmals feiern die beiden Arme der Schweizer Männerbewegung den ambitionierten Bau ihres Hauses. Reservieren Sie sich für diesen Festanlass bereits heute den Samstag, 26. Juni 2010. Einzelheiten folgen.



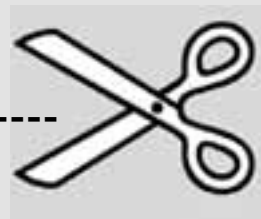
Männer
Zeitung
Männer
Zeitung



Die Väter des Jahres 2009
C. Hörler, L. Iten und M. Cherix mit
ihren Kindern auf dem Bundesplatz

männer.ch sucht Mitglieder und Gönner

männer.ch erbringt seit einigen Jahren dank vieler ehrenamtlich Engagierter und mit der Geschäftsstelle beachtliche Leistungen: sei es in Arbeitsgruppen, für Medien, Fachleute, Genderbeauftragte oder (Bundes-) Ämter, sei es als verlässlicher Allianzpartner, in politischen Kontakten oder für Ratsuchende beider Geschlechter. Bei uns investieren Sie nachhaltig! Ihre Unterstützung der Pionierarbeit von männer.ch ist durch eine freie Zuwendung (www.maenner.ch/de/spenden) oder einen jährlichen «Gönnerclub»-Beitrag (ab 500.–) möglich. Oder werden Sie gleich Mitglied! (www.maenner.ch/de/mitgliedschaft)!



**Ich bin interessiert an einer Mitgliedschaft
oder einer Spendenmöglichkeit bei männer.ch
Bitte senden Sie mir weitere Unterlagen!**

Name, Vorname

Strasse

PLZ Ort

e-Mail

Tel (tagsüber)/Mobile

Einsenden an: männer.ch, masculinités.ch, Postfach 23, Sonnenplatz 6, CH - 6020 Emmenbrücke

männer.ch
Dachverband der Schweizer
Männer- und Väterorganisationen

männer.ch ist Dachverband der Schweizer Männer- und Väterorganisationen. Als nationaler Themenführer in der Männer- und Väterpolitik sowie Allianzpartner im Verbund zukunftsorientierter gesellschaftspolitischer Akteure agiert männer.ch als Stimme und politische Interessensvertretung jener, die sich für Chancengleichheit einsetzen und aus Männerperspektive aufzeigen, wie eine lebensdienliche Geschlechter-, Familien-, Wirtschafts- und Verteilungspolitik aussehen könnte. Informationen zur Arbeit der Organisation und zur Mitgliedschaft finden sich unter www.maenner.ch.

Endstation?

**Der VCS
setzt sich für den
Ausbau des öffentlichen
Verkehrs ein.**

**Jetzt Mitglied werden:
www.verkehrsclub.ch
Tel. 0848 611 611**

Ein Willkommensgeschenk
erwartet Sie!



www.verkehrsclub.ch

Mit der Initiative «Für den öffentlichen Verkehr» engagiert sich der VCS für eine umweltbewusste Mobilität.

Verkehrs-Club
der Schweiz

VCS

Das Plus für Mensch und Umwelt

Männerpalaver

Auftakt zur neuen Saison



Der ‚Verein Basler Männerpalaver‘ umfasst je rund zwanzig 20 Aktiv- und Passivmitglieder. Er finanziert sich aus Mitgliederbeiträgen, Gönner-Zahlungen und den Unkostenbeiträgen, die an den einzelnen Abenden eingelegt werden.

Peter Loppacher und Frieder Herren

Im Frühling blickt der Vorstand des Basler Männerpalavers zurück auf die durchgeführten Palaver und diskutiert die Themen für die nächste Saison. Ausgangspunkt sind auch immer unsere eigenen Vorstellungen, Wünsche und Fragen. Wer ein Thema vorschlägt und durchbringt, übernimmt für das betreffende Palaver zusammen mit einem weiteren Mann die Verantwortung. Die beiden formulieren für die Werbung einen aussagekräftigen Titel und einen informativen Kurztext des Palavers und tragen die Verantwortung für die Vorbereitung und Moderation ihres Palaver-Abends. Oft ist die Überraschung gross, wenn an einem Palaver das Gespräch eine ganz andere Wende nimmt, als wir ursprünglich vorgestellt hatten. So drehte sich zum Beispiel im letzten Winter das Palaver mit dem Thema ‚Die Zukunft hat schon begonnen‘ nicht um berufliche, familiäre oder gar politische Fragen, sondern es stand ganz im Banne von sehr persönlichen Problemen mit Sexualität und Potenz. Es war zwar der Abend mit der geringsten Teilnehmerzahl, doch eines der intensivsten Gespräche überhaupt.

Palavert wird im Winterhalbjahr in den Städten Zürich, Bern, Basel, Luzern. Die Themen und Daten finden sich in der Agenda der Männerzeitung und auf der Website www.maennerpalaver.ch

Ein laufender Suchprozess

Solche Erlebnisse machen uns immer wieder Mut, mit den Palavern fortzufahren, auch dann, wenn bei der Auswahl und Planung der Themen Zweifel und Unsicherheit aufkommen: Sprechen wir mit unserer Auswahl einen genügend grossen Kreis von Männern an? – Berücksichtigen wir auch die Interessen von jüngeren Männern? – Passt das Thema in die entsprechende Zeit, z.B. in den Advent? – Sind wir mit unseren Themen noch aktuell? – Wann bringen wir z.B. ein Thema wie ‚Zuviel Arbeit – keine Arbeit‘ – im Oktober oder im März? – Interessiert das Thema ‚Ehre‘ die Männer überhaupt (noch)? – Sind Themen wie ‚Musik‘ oder ‚Sport‘ nicht bereits etwas abgedroschen? – Liegen wir mit den ausgewählten Daten richtig oder müssen wir auf Events wie Champions-League-Spiele u.ä. mehr Rücksicht nehmen?

Organisation und Werbung

Ein junger Grafiker gestaltet unsere Postkarte ‚Platzhirsch‘ mit allen notwendigen Informationen. Die Karte hat sich nach drei Jahren neben unserem Logo zu unserem Markenzeichen entwickelt. Wir streuen sie als unser hauptsächliches Werbemittel an verschiedenen Orten,

soweit unsere personellen Ressourcen dafür ausreichen. Für die verschiedenen Agenden (Männer-Zeitung, Programm-Zeitung, Tagespresse usw.) müssen schon früh Texte, Daten und Ortsangaben eingereicht werden. Im August / September schliesslich erfolgt ein grosser Versand mit Werbebrief, Einzahlungsschein und der Postkarte ‚Platzhirsch‘ an Mitglieder, Gönner und weitere Interessenten. Damit ist die nötige Vorarbeit geleistet. Der Kassier verbucht die Mitglieder- und Gönnerbeiträge und bezahlt die Rechnungen. Und die Moderatoren machen sich hinter die Vorbereitungsarbeiten.

... und?

Was bringt Männer, die voll im eigenen Job gefordert sind, eigentlich dazu, sich immer wieder für diese Arbeit zu engagieren? Ganz einfach: Wir wissen aus Erfahrung, wie wichtig die Arbeit mit und für Männer ist.

Peter Loppacher ist Präsident und Frieder Herren ist Vorstandsmitglied des Vereins Basler Männerpalaver

Rollenteilende Väter gesucht!

Väter, Schulen und KMUs

Die Fachstelle UND unterstützt Männer darin, sich Zeit für die Kinderbetreuung und die Haus- und Familienarbeit zu nehmen und berät Unternehmen in der Verankerung familienfreundlicher Massnahmen für Männer und Frauen. Zur Illustration zwei ganz unterschiedliche Projekte.

Thomas Beyeler Moser, Fachstelle UND

Am Tochtertag, der am 12. November 2009 bereits zum neunten Mal stattfindet, werden auch die Buben der 5. bis 7. Klassen einen Blick in die Zukunft werfen. Während Mädchen ihre Väter oder ihre Mütter einen Tag im Berufsleben begleiten, besprechen die Buben in den Schulen, wie ihr Leben nach der Schulzeit aussehen könnte.

In Zusammenarbeit mit den Gleichstellungsbüros für Frauen und Männer der Kantone Bern, Luzern und Zürich vermittelt die Fachstelle UND interessierten Schulen den Besuch von Männern, die den Buben aus ihrem Arbeitsalltag im Haushalt und in der Familie berichten. In der Auseinandersetzung mit unterschiedlichen Rollenbildern können die Buben herkömmliche Geschlechterrollen erkennen, lernen andere, ihnen wenig vertraute Lebensentwürfe näher kennen und werden so ermutigt, ihren persönlichen Lebensentwurf vielfältiger zu gestalten.

Den Spielraum von Buben erweitern

Die Buben lernen einen Mann persönlich kennen, der sich unter der Woche regelmässig in der Hausarbeit und der Kinderbetreuung engagiert – einen Vater, der seinem Kind die Windeln wechselt, mit ihm spielt und einkaufen geht, der putzt, Kleider wäscht und kocht. Sie lernen einen Vater kennen, der genau so selbstverständlich Kinder betreut und Hausarbeiten erledigt, wie das bei den meisten Buben zu Hause die Mutter macht.

Die Buben können die Männer direkt befragen und erfahren so, weshalb ein Mann das tut. «Einige Buben machen dabei die wichtige Erfahrung, dass ein Mann, der sich in der Haus- und Familienarbeit engagiert, trotzdem – oder vielleicht gerade deswegen – ein richtiger Mann ist», sagt Thomas Huber-Winter, der in den vergangenen drei Jahren gegen hundert Männer an Schulen vermittelte. Dank dem konkreten Vorbild der Männer in den Schulen könne der ‚Spielraum im Kopf‘ der Buben bezüglich der zukünftigen Lebensgestaltung erweitert werden, ist er überzeugt.

Innovative KMU im Aargau

Die Unterstützung von Buben in der Gestaltung eines Lebensentwurfs, der verschiedene Lebensbereiche integriert, ist nur dann erfolgreich, wenn auch in

den Unternehmen Arbeitsbedingungen geschaffen werden, die den Männern die Chance bieten, Erwerbstätigkeit und Vaterschaft zu vereinbaren.

Im Aargauer Projekt «Familienfreundliche Unternehmen sind erfolgreicher», das vom Amt für Wirtschaft und Arbeit sowie der Fachstelle für Familienfragen und Gleichstellung des Kantons Aargau initiiert worden ist, machen ein Dutzend kleinere und mittlere Unternehmen mit, von einem Hotel über eine Schreinerei, eine Druckerei bis zu einem metallverarbeitenden Betrieb. Die Fachstelle UND erarbeitet basierend auf einem Gespräch mit der Geschäfts- und/oder Personalleitung sowie einem Workshop mit Mitarbeitenden für jeden Betrieb eine Standortbestimmung mit Empfehlungen zur Optimierung der Vereinbarkeit von Familie und Beruf. Drei bis vier anschliessende ‚Round Table‘-Gespräche unter den beteiligten Betrieben ermöglichen den Austausch über die gewählten Veränderungsstrategien, über positive Erfahrungen und Schwierigkeiten bei der Umsetzung. An einer öffentlichen Veranstaltung für Arbeitgebende und Arbeitnehmende werden die beteiligten Unternehmen ihre individuellen Lösungen, ihre Gestaltung von Personal- und Betriebsprozessen vorstellen und auch Auskunft geben zu den erreichten Zielen und zum Nutzen.

Es zeigt sich beim Aargauer Projekt, dass KMU, die in ihrer jeweiligen Branche zu den innovativsten bezüglich ihrer Dienstleistungen oder Produkte gehören, auch diejenigen sind, die darum wissen, dass längerfristig erfolgreiche Unternehmen den vielseitigen Lebensentwürfen heutiger Buben und Männer mit kreativen Lösungen begegnen müssen. Nur so gelingt es ihnen, Männer zu gewinnen, die ihre Identität sowohl vom Beruf als auch von der väterlichen Verantwortung her definieren.

Rollenteilende Väter gesucht!

Die Fachstelle UND sucht Männer, die sich regelmässig an mindestens einem Werktag pro Woche im Haushalt und in der Betreuung von Kindern (oder Angehörigen) engagieren oder dies längere Zeit getan haben. Männer, die bereit sind, Buben am 12.11.2009 in der Schule von ihren Erfahrungen in der unbezahlten Haus- und Familienarbeit zu erzählen.

Interessierte Männer melden sich direkt bei www.und-online.ch – Tochtertag 2009 – Väter in den Schulen

www.tochtertag.ch

www.diejungs.ch

Diversity

Mutige Wege trotz Finanzkrise

Diversity ist das Stichwort für eine Unternehmenskultur, die auf Vielfalt setzt. Regula Dietsche und Christa Messner leiten die Fachstelle Diversity – im Job-Sharing, selbstverständlich. Regula Dietsche erläutert, warum es sich für Arbeitgeber lohnt, Vielfalt zum Programm zu machen.

Ivo Knill

Gleichstellung ist out, «Diversity-Management» ist in – noch bevor alle verstanden haben, was «Gender Mainstreaming» gewesen wäre. Frau Dietsche, Sie sind Leiterin der Fachstelle für Diversity-Management bei Raiffeisen. Was ist Ihre Aufgabe?

Diversity bedeutet Vielfalt. Und Vielfalt bedeutet Gewinn. Unsere Firma möchte für Männer und Frauen, Eltern, jüngere und ältere Personen und Menschen anderer Nationalitäten oder Menschen mit einer Leistungsbeeinträchtigung eine attraktive Arbeitgeberin sein. Die Fachstelle Diversity ist für die Konzeption von Massnahmen und Modellen verantwortlich, die zur Vielfalt im Unternehmen beitragen. Raiffeisen startete in einem ersten Schritt mit Massnahmen zur Familienfreundlichkeit. Zurzeit entstehen Projekte rund um das Thema Generationenvielfalt.

Rentiert Diversity-Management?

Ausgehend vom demographischen Wandel ist bis ins Jahr 2015 mit einem Arbeitskräftemangel zu rechnen. Da lohnt es sich, als Unternehmung attraktive Arbeitsbedingungen für Männer und Frauen mit verschiedenen Lebensmodellen zu bieten. Dadurch steigt die Chance auf qualifizierte und gute Arbeitskräfte. Vielfältige Menschen bringen zudem vielfältige Ansätze und Lösungen. Dies wirkt sich direkt positiv auf die Unternehmenskultur aus, und davon profitieren alle Beteiligten. In diesem Sinne ist Diversity ökonomisch motiviert und wird als strategisches Mittel zu Wettbewerbszwecken eingesetzt. Studien belegen es: Diversity lohnt sich.

Ihr Betrieb bietet eine ganze Palette von familienfreundlichen Angeboten: Von Kinderbetreuung während den Ferien über die betriebseigene Kinderkrippe bis zu einem Vaterschaftsurlaub von drei Wochen: Das ist viel. Genügt das?

Gelebte Vielfalt berührt die Identität, die Werte, innere Bilder und Haltungen der Mitarbeitenden. Dies ist nicht nur zu berücksichtigen, sondern auch mittels Sensibilisierungsmassnahmen anzugehen. Dies braucht viel Zeit. Diversity ist also nicht nur ein organisatorischer, sondern auch ein zutiefst persönlicher Prozess.

Der Arbeitgeber wird zum Multiplikator von Lebensmodellen der Vielfalt?

Vorgesetzte entscheiden letztlich darüber, welche Arbeitsmodelle sie bei den ihnen unterstellten Mitarbeitenden fördern, zulassen oder ablehnen. Sie sind die Multiplikatoren für Diversity. Mitarbeitende wiederum entscheiden darüber, ob sie die Rahmenbedingungen auch tatsächlich einfordern und sich mutig für ihre vielfältigen Bedürfnisse einsetzen. Für Raiffeisen ist es keinesfalls das Ziel, ein Lebensmodell zu propagieren. Die Attraktivität als Arbeitgeberin definiert

sich vielmehr darin, dass überhaupt die Möglichkeit besteht, als Privatperson frei entscheiden zu können, wie zum Beispiel das Familienleben oder der Übergang zur Pensionierung gestaltet werden soll.

Gibt es Angebote für geschiedene Eltern?

Ein gutes Beispiel ist die Familienferienwoche. Eltern mit verschiedenen Beziehungsmodellen können davon profitieren. So insbesondere auch geschiedene Väter, welche gerne ihre Kinder betreuen möchten und trotz Ferien der Kinder zur Arbeit müssen. Durch das Betreuungsangebot können sie morgens und abends für die Kinder da sein. Während dem Tag sind die Kinder gut aufgehoben und nicht wenige sind auch stolz, mit ihrem Papi zur Arbeit zu kommen und am Abend nach dem Kinderprogramm wieder mit dem Papi heimzugehen. Weiter ist es erlaubt, bei Krankheit des Kindes bis zu 5 Tage pro Krankheitsfall zu Hause zu bleiben. Teilzeitarbeit könnte gerade auch für geschiedene Väter eine gute Lösung sein, um bei der Kinderbetreuung einen aktiven Part übernehmen zu können. Teilzeitarbeit soll auch in Führungspositionen möglich sein.

Raiffeisen Schweiz hat seit 2006 unter anderem folgende Massnahmen im Bereich Familienfreundlichkeit bereits umgesetzt:

Raiffeisen-Familienferienwochen Während zwei Sommerferienwochen werden Kinder von 5-12 Jahren professionell durch Studierende einer pädagogischen Hochschule in spannenden Ateliers betreut. Während dieser Zeit können die Eltern ohne Betreuungsengpass arbeiten.

Elternschaft Der Vaterschaftsurlaub dauert drei Wochen. Zusätzlich besteht die Möglichkeit, vier Wochen unbezahlten Urlaub zu beziehen. Der Mutterschaftsurlaub dauert je nach Anstellungsdauer zwischen 16 und 24 Wochen. Für die Wahrnehmung elterlicher Pflichten können auch Kadermitarbeitende ihren Anstellungsgrad reduzieren. Jobsharing in Führungspositionen ist bei Raiffeisen grundsätzlich möglich. Zwei Jobsharing-Stellen von je 60 % werden stellenplanmässig nur zu 100 % verrechnet.

Mitgliedschaft bei einer Familienplattform Ein gezieltes Informationsangebot und die Möglichkeit für eine kurze Beratung rund um das Thema Kinderbetreuung steht den Mitarbeitenden gratis zur Verfügung.

Partnerschaft mit Tagesfamilien Schweiz Raiffeisen unterstützt auf nationaler und regionaler Ebene die Idee der Kinderbetreuung in Tagesfamilien.

Jugendbewährungshilfe **Hart, aber herzlich**

«Ich glaube, dass viele Kinder nicht in die Therapie gehen müssten, sondern zur Arbeit»

Remo Wiegand

Der junge Mann ist gut gebaut, trägt einen Dreitage-Bart und spricht freimütig: «Ich bin in meinem Leben einige Male auf die Nase gefallen. Ich war ein schwieriger Schüler und für meinen Lehrer manchmal ein richtiger Flegel. Zuhause bekam ich klare Grenzen gesetzt: Meinem Vater musste ich regelmässig im Garten helfen. Ab und zu nahm er mich auch mit in die Berge zum Wandern. Beides war meist kein Grund zur Freude, aber heute muss ich zugeben: Es tat mir gut.» Später absolviert der Jugendliche erfolgreich eine Sanitärlehre. Auch dank seiner Hände Arbeit kam Zug zu seinem urbansten Flecken, dem Metall-Einkaufszentrum: «Jedes Mal, wenn ich dort vorbeifahre, denke ich daran, wie ich vor 22 Jahren tief unten beim Fundament Rohre verlegt habe. Das erfüllt mich mit Stolz!» Der junge Mann, der dies mit leuchtenden Augen erzählt, ist heute 38 Jahre alt und heisst Philipp Suter. Er ist verheiratet, Vater von vier Kindern und Religionspädagoge in Baar. Daneben arbeitet er als selbständiger Coach in der Jugendbewährungshilfe. Auf diesen Pfad haben ihn seine Biographie («Ich habe aus meinen Fehlern gelernt.»), verschiedene Aus- und Weiterbildungen und sein Arbeitsumfeld geführt: «Als Mitarbeiter der Kirche war ich immer gefordert, Antworten auf den Zeitgeist zu



finden. Früher hiess dies, die Armen mit Essen zu versorgen. Heute bedeutet es, Jugendlichen die Erfahrung von Sinn zu ermöglichen.»

Der Flegel als Coach

In der Pubertät halten es viele Schüler lieber mit dem Unsinn. Was beim Herumschmeissen von Gummis im Klassenraum beginnt, kann bei kompletter Verweigerung und Bedrohung von Lehrpersonen enden. In einer solchen Situation gelangen Lehrer oder Eltern an Suter. Dieser nimmt sich verhaltensauffälliger Jugendlicher an. Mittlerweile hat der Coach gegen 100 Jugendliche begleitet – davon ungefähr 90 Buben. Zu seiner Arbeit gehören drei Elemente: Erstens das Coaching des Jugendlichen, beginnend mit einer Intensivwoche mit Gesprächen, Arbeitseinsatz und Bergtour; zweitens ein in der Regel dreimonatiger Bewährungseinsatz (Time-Out), das heisst praktische Arbeit in einem Betrieb an einem oder zwei Tagen pro Woche (während daneben weiter die Schule besucht wird); drittens ein Coaching der Eltern und allenfalls des weiteren Umfelds, das den Jugendlichen stark beeinflusst. Die Kosten trägt in den meisten Fällen die Vormundschaftsbehörde.

Grosse Männer für kleine Machos

Auch Paolo, ein 14-jähriger Oberstufenschüler aus dem Kanton Zug, lernte das Programm der Jugendbewährungshilfe kennen. Paolos Mutter ist allein erziehend, der Vater hat das Weite gesucht. Als ältester Sohn bekommt der Junge die Rolle des Ersatzmannes übertragen, mit der Konsequenz, dass seine Erziehung auf der Strecke bleibt. Paolo leidet unter Konzentrationsschwächen in der Schule, er erntet schlechte Noten und rastet schnell aus. Von den Behörden angefragt, tritt Suter mit dem Teenager in Kontakt. Er regt ihn dazu an, in die Zukunft zu blicken und Ziele für sein Leben zu formulieren. Paolo möchte später als Handwerker auf der Baustelle arbeiten.

Sein Coach vermittelt ihm sodann einen Arbeitsplatz bei einem Heizungsbetrieb, wo er drei Monate lang an einem Tag die Woche Installationsarbeiten ausführt. Hat Paolo denn nicht gegen diese Strafarbeit rebelliert? Suter: «Paolo wusste, dass dies keine Strafe ist. Der Heizungsbetrieb hat ihm deutlich signalisiert, dass er nun eine Chance erhalte, die es zu nutzen gelte – auch im Hinblick auf seine späteren Erfolgsaussichten im Erwerbsleben. Von Vorteil war sicher auch die Erscheinung seines Chefs, der kompetent und überdies sehr gross war. Das hat Paolo beeindruckt.» Begleitend versucht der Coach, die Mutter Paolos darin zu unterstützen, ihren Sohn mit klaren Regeln besser in die Schranken zu weisen. Sie wehrt sich nicht gegen die Kritik an ihrer Erziehung und kooperiert im Wissen darum, dass es nicht weitergehen kann wie zuvor.

Erfolge führen weiter

Die intensive Elternarbeit betrachtet Suter als das Herzstück seiner Arbeit – auch im Vergleich zu ähnlich gelagerten Timeout- und Bewährungsangeboten: «Was nützt es, einen Jugendlichen aus der schlechten Erde in ein Time-out zu schicken, wenn er nachher wieder in dieselbe schlechte Erde zurückkommt?», fragt Suter rhetorisch. Dank dem Einbezug der Eltern soll der Bewährungseinsatz der Schüler möglichst nachhaltig sein. So können diese an ihrem Einsatzort in den Genuss von Erfolgserlebnissen kommen – etwas, das schwierige Schüler an der Schule nur selten erfahren. So entdecken die Schüler auf einem Bauernhof plötzlich, dass aus ihrem sauber gemachten Hühnerstall 6000 Eier pro Tag hervorgehen, wogegen der schlampig geputzte Stall zuvor nur 5000 Eier hervorbrachte. Die gute Arbeit macht Hühner und Bauern gleichermaßen zufrieden, was die Jugendlichen zu weiteren guten Leistungen anspricht. «Ich glaube deshalb, dass viele Kinder heute nicht in die Therapie gehen müssten, sondern zur Arbeit», bekräftigt Suter. Die

Erfahrungen der Konsequenzen ihrer Arbeit könnten die Jugendlichen im Idealfall auf die anstehenden Aufgaben in der Schule, zu Hause und später im Berufsleben übertragen.

Indes: Oft sind die Wege steil. Nicht immer sind die Umstände gestaltbar. So kann und will Suter einen fehlenden Vater auch nicht ersetzen – wie im Fall von Paolo. In einem anderen Fall endete der Bewährungseinsatz an falsch verstandener Vaterliebe: «Als der Jugendliche im Betrieb wegen unentschuldigtem Fernbleiben von der Arbeit zur Rede gestellt wurde, hat der Vater seinen Sohn sofort in Schutz genommen und den Einsatz für beendet erklärt», erzählt Suter. Der ihm persönlich bekannte Chef hätte den Jugendlichen zwar direkt, aber äusserst korrekt konfrontiert – genau das, was der Prozess eigentlich beabsichtige. Der Coach war frustriert, hat aber seine Lehren gezogen: «Seither mache ich mit den Eltern ab, dass sie im Teilbereich des Bewährungseinsatzes die Erziehungsgewalt an mich abgeben. Sonst übernehme ich einen Fall gar nicht mehr», berichtet Suter.

Überhaupt hat sich der 38-Jährige im Verlaufe der Zeit immer mehr zum klaren, ja auch strengen Erzieher entwickelt. Zusammen mit seiner Fürsorglichkeit und Leidenschaft für die Jugendlichen, die ihm eigen sind, ergibt sich das Bild einer Vaterfigur, die heute vielerorts Not tut. Und schliesslich sollte gerade im Bildungsbereich der körperlichen Arbeit ein grösseres Gewicht verliehen werden – womit sie letztlich auch wieder bubengerechter würde.

Philipp Suter ist selbständiger Unternehmer in der Jugendbewährungshilfe, arbeitet für die Organisation mannzeit.ch und in der Pfarrei St. Martin in Baar.

www.jugendbewaehrungshilfe.ch

Angeraten: Diabetes Typ 2 95 cm sind genug!

«An der letzten Klassenzusammenkunft sind wir auf die Rigi gelaufen und ich hatte echt Probleme, hochzukommen, und dazu Durst und Hunger wie ein Bär! Früher, da war ich meistens einer der ersten auf dem Gipfel. Klar, ich bin mit 53 nicht mehr der Jüngste und auch habe ich inzwischen etwa 10 Kilo zuviel auf den Hüften. Bis zur Hochzeit war ich noch im Turnverein, aber mit der Familie und der stressigen Arbeitssituation geht das nicht mehr. Was ich echt geniesse, ist der Arbeitsweg, da habe ich im Zug mein „timeout“, für mich zum Lesen oder auch mal Nichtstun. Trotzdem, diese Rigigeschichte liegt mir auf dem Magen!»

René Setz

Lieber Max

Wenn du das nächste Mal zu Hause pinkeln gehst, nimm doch gleich ein Messband mit! Wenn du fertig bist, stellst du dich locker hin und misst auf der Höhe des Bauchnabels deinen Bauchumfang. Nicht mogeln – schön ausatmen beim Messen! Hast du einen Bauchumfang von mehr als 95 cm, ist es an der Zeit, dass du etwas für deine Gesundheit tust, insbesondere dann, wenn du an dir runterschaust und dein liebstes Spielzeug nicht mehr sichtbar ist! Das im Bauchraum abgelagerte Fett bildet eine Vielzahl von hormonähnlichen Substanzen, die direkt und indirekt für die Entstehung von Herzkreislauferkrankungen oder auch Diabetes verantwortlich sind.

Es gibt zwei Formen von Diabetes: Beim Typ 1 kann der Körper kein Insulin mehr produzieren. Die betroffenen Personen müssen Insulin spritzen, um die Körperzellen mit Energie versorgen zu können. Beim Diabetes Typ 2 produziert die Bauchspeicheldrüse zwar Insulin, dieses ist aber nicht wirksam genug oder in ungenügenden Mengen vorhanden. Bei Diabetikern mit Typ 2 kann mit einem aktiven Lebensstil, d.h. mit genügend Bewegung und einer ausgewogenen Ernährung, die Wirkung des Insulins verbessert werden.

Heute sind in der Schweiz ca. 250 000 Personen von Diabetes Typ 2 betroffen, die Mehrheit davon Männer, Tendenz steigend. Ausgelöst durch einen Insulinmangel entwickelt sich der Typ-2-Diabetes in der Regel mit zunehmendem Alter und in starker Abhängigkeit von der Lebensweise und den Lebensbedingungen. Die typischen Symptome eines Diabetes Typus 2 sind starker Durst, häufiges Wasserlassen, Müdigkeit, Heisshungerattacken, aber auch Schwäche, Gewichtsverlust, Sehprobleme und Erektionsstörungen. Wir Männer sind Weltmeister im Verdrängen von körperlichen Symptomen: «Durst und Hunger wie ein Bär», «10 kg zuviel auf den Hüften» und «Bewegungsmangel» lese ich in deiner Anfrage – da ist es an der Zeit genauer hinzuschauen. Auf der Webseite www.actiond.ch findest du einen online-Risikotest und weitere Informationen zu gesunder Ernährung und Bewegung.

Es ist nie zu spät...

Auch wenn du längere Zeit körperlich wenig aktiv warst: es ist nie zu spät, mit Bewegung zu beginnen. Täglich 30 Minuten Bewegung oder auch drei Mal am Tag während 10 Minuten ausser Atem kommen genügen bereits. Dafür musst du nicht extra in ein Fitnesszentrum gehen; du kannst auch versuchen, Bewegung in deinen Alltag zu integrieren: häufiger im Garten arbeiten, mit dem Velo zur Arbeit fahren, zügig die Treppe hochsteigen, statt den Lift zu benutzen, auf den Vitaparcours gehen, usw.

Achte darauf, dass du genügend trinkst, am besten Wasser oder ungesüsste Getränke, iss täglich Früchte, Salat und Gemüse und sei sparsam mit fettreichen Lebensmitteln wie Wurstwaren oder Fleisch mit sichtbarem Fett. Wenn du gerne Süsses hast – geniess es, aber nicht spät abends vor dem Schlafen, sondern lieber tagsüber.

Finde Gleichgesinnte...

Regelmässig etwas für deine Gesundheit zu tun gelingt einfacher, wenn du dich mit andern zusammentust und ihr euch gegenseitig motiviert. Zusammen auf den Vitaparcours zu gehen oder zusammen zu kochen macht einfach mehr Spass. Auch Kurse von action d und anderen Anbietern zeigen Möglichkeiten, sich zu bewegen und mit Gleichgesinnten auszutauschen.

Last but not least: Genügend Bewegung und eine ausgeglichene Ernährung sind nicht nur wichtig für die Diabetes-Prävention, sondern machen dich fit und leistungsfähig für den Männeralltag.

Anstoss

Väterliche Männer – elterliche Väter

Nun müssen die Eltern ran, las ich kürzlich in einer Zeitung. Aha. Wo es, wie im besagten Fall, um die Sicherheit der Öffentlichkeit geht, ist schlicht und einfach von ‚Eltern‘ die Rede, als ob es dabei um festgefügte Einheiten ginge.

Klaus Sorgo

Elternschaft sei Persönlichkeitsentwicklung, die vom Kind veranlasst wird, schrieb der Psychologe Heinz-Stefan Herzka schon vor zwanzig Jahren seinem Buch ‚Die neue Kindheit‘. Seiner Aussage entsprachen meine Wünsche. Mich mit eigenen Kindern weiterentwickeln zu können, das klang irgendwie paradisiisch in meinen Ohren. Ich vergass darüber nur, wie im Paradies Eva das Schicksal des Adam auf ihre Art mitgeprägt hatte. Sonst hätte ich mich fragen müssen, was werden sollte, wenn nicht nur ich allein, sondern beide durch das Kind veranlasst würden, ihre Persönlichkeit weiter zu entwickeln. Als es dann so weit war, richtete mein Sinn sich auf das werdende Kind im Bauch der Frau. Vater zu werden, Quantensprung im Leben eines Mannes, löste eine Welle des Glücks aus, die mich mitriss. Und Hand aufs Herz, welcher Mann zweifelt schon an seiner Liebe im Moment, wo er die Geliebte zur Mutter macht.

Schon die Geburt des Kindes setzte Zeichen. Noch wollte ich nicht wahrnehmen, wie anders unser Erleben war. Derweil sie nämlich, nachdem das Kind den ersten Schrei getan hatte, ins Spital zur Wundversorgung musste, durfte ich den Säugling selig in den Armen wiegen. Unbemerkt waren die Weichen gestellt. Es dauerte auch nicht mehr lange, bis es uns schien, Mutter und Vater seien auf verschiedenen Schienen unterwegs. Das Stillen des ersten Kindes empfand ich, der ich mir in den Kopf gesetzt hatte, nicht weniger zu geben als die Mutter, als meinen Ansprüchen zuwider. Im Streit um das Trinken wäre

unser Boot schier abgesoffen. Wir zogen immer noch am selben Strick, aber in verschiedene Richtung. Alle Regeln der Kommunikation waren ausser Kraft gesetzt. Für sie wie für mich war sonnenklar, selbst nur zum Besten des Kindes zu handeln. Dass der gute Wille allein nicht genügen könnte, davor waren wir nie gewarnt worden. Wir sahen uns in unseren Rollen als Mutter und als Vater überfordert.

Ein Vater, der Ähnliches erfahren musste, aber offen genug war, mit mir die Not zu teilen, half mir, den Konflikt zu entschärfen. Unsere Kinder, sagte er, erleben Mutter und Vater weniger als getrennte Personen, sondern mehr in Stimmungen, die zwischen uns herrschen. Sie erfassen unsere Beziehung. Ich musste ihm Recht geben. Nicht anders hatte ich es ja mit meinen Eltern erlebt. Obwohl sie mir mit ihren Streitereien auf die Nerven gegangen waren, hätte ich beide nie missen wollen. Als Kind wäre mir nie der Gedanke gekommen, es könnte besser gehen, wenn nur ein Elternteil da wäre. Als Vater suchte er mich hin und wieder flüchtig heim. Allmählich begann ich zu begreifen. Eltern existieren nicht als Folge einer gesellschaftlichen Übereinkunft. Das auch. Doch dies erst in Folge des Bedürfnisses der Kinder nach einem männlichen und einem weiblichen Elternteil. Elternschaft hat einen Wert jenseits der sozialen Rollen von Müttern und Vätern. In diesem Sinn gilt für mich die Aussage von Heinz-Stefan Herzka. Wie sehr sich Eltern dieses Wertes bewusst sein können, ist und bleibt letztlich ihr eigenes Geheimnis. Meine Eltern verloren darüber selten ein Wort. Weil, Gott sei Dank, manchmal doch Zwischentöne zu hören waren, gelingt es mir trotz allem, ihnen Respekt entgegen zu bringen.

Der Anfang zu einem besseren täglichen Arrangement der Geschlechter liegt nach Meinung des Genderforschers Gerhard Amendt bei den Beziehungen von

Männern und Frauen als Eltern. Eine Sicht, die er Neue Elterlichkeit nennt. So gesehen sollte ein Schweizer Vätertag ein Schritt sein in Richtung auf einen Elterntag, der dem Geschlechterkampf entzogen bleibt. Wenn der Fokus auf Eltern und Kinder gerichtet wird, könnte es auch Sinn machen, die Initiative für einen Vaterschaftsurlaub unter einem neuen Titel auf den Weg zu bringen. Zum Beispiel als ‚Kinderzeit für Väter‘.

Wir zogen immer noch am selben Strick, aber in verschiedene Richtung. Dass der gute Wille allein nicht genügen könnte, davor waren wir nie gewarnt worden.

Klaus Sorgo lebt in Mönchaldorf. Für die Männerzeitung betreibt er einen Steinbruch der Gedanken, in den er Beobachtungen und Bemerkungen des Alltags trägt.
flury.sorgo@bluewin.ch.

Angerichtet Basta! Pasta!

Weshalb Kinder viel Kartoffeln essen sollten und warum ein einfaches Pasta-Gericht auch ohne Fleisch viel Sonnenschein ins Haus zaubert.

Roland Breitler

Wenn meine Frau mal einen schlechten Tag erwischt, dann ruft sie – Hamburgerin, die sie ist – nach Kartoffeln. Kartoffeln enthalten, wenn auch in bescheidener Menge, ein dem Valium verwandtes Element und beruhigen kolossal. Deshalb sollte man hyperaktive Kinder wohl mit Kartoffeln vollstopfen.

Ich liebe Kartoffeln, aber obwohl ich – so weit ich die Familiengeschichte kenne – keine italienischen Vorfahren habe, liegt mir Pasta seit meiner Kindheit weit mehr am Herzen. Und Seelenröster ist sie allemal. Früher nannten wir das ‚Teigwaren‘, da gab es allenfalls Dreieierhörnli mit Ghackets oder Breitbandnudeln als Beilage zum Sonntagsbraten oder – als Gipfel der Verwegenheit – Spaghetti Bolo. Heute sind der Fantasie keinerlei Grenzen mehr gesetzt, zumal die Italianità auch hierzulande Einzug gehalten hat und die Sortenvielfalt der ‚Teigwaren‘, Pasta eben, dementsprechend exponentiell nach oben geklettert ist. Allora, schnell, einfach und gut:

Für 3 Hauptmahlzeiten

500g italienische Hartweizenpasta, normal oder Vollkorn

Frische Pilze (z. B. Champignons, Seibling)

Kaltgepresstes Raps- und Olivenöl

1 Zwiebel oder 2 Frühlingszwiebeln, allenfalls etwas Lauch

6 Knoblauchzehen

2 halbe Peperoni (rot, gelb, orange)

1 dl Weisswein

Hübnerbouillon aus der Dose

1 gestrichener EL Tomatenpüree

1 TL milder Paprika

1.5 dl Rahm

Käse zum Reiben

9 Basilikumblättchen, allenfalls Ruccola

Variante ‚Scharf‘

2 Peperoncini

Gutes Salz

Wenig Aceto Bianco

2 Knoblauchzehen, allenfalls etwas Oregano

Olivenöl

Vorgängig die Peperoncini in feine Streifen schneiden und mit den Kernen in ein Töpfchen geben, gutes Salz dazu streuen und für mindestens 10 Minuten mit Aceto Bianco bedecken. Danach frischen Knoblauch fein schneiden und damit und wenig Olivenöl auffüllen. Oregano passt gut dazu. Fertig.

Die Pasta und die geschälten, ganzen Knoblauchzehen in siedendem Salzwasser (mindestens 4 Liter) al dente kochen. Achtung, italienische Pasta brauchen hierzulande in der Regel 2 bis zu 4 Minuten länger als angegeben, also einfach probieren.

Die Zwiebeln und/oder den Lauch in grobe Ringe schneiden, die frischen Pilze putzen, schneiden und in eine kalte Bratpfanne mit möglichst hohem Rand mit kaltgepresstem Rapsöl legen. Die verschiedenfarbigen Peperoni in schmale Streifen schneiden und darüber legen. Olivenöl darüber geben, Pilze sind Schwämme und saugen das Öl auf. Erhitzen für kurze Zeit, wenden und Hitze reduzieren. Weisswein dazu geben, dazu Trocken-Hübnerbouillon und Tomatenpüree im Sud auflösen, Flüssigkeit reduzieren lassen. Tüchtig milden Paprika dazugeben, umrühren, Rahm hinzufügen, nochmals kurz aufkochen. Die frischen Pasta hineinwerfen und gut vermischen.

Servieren mit Parmesan oder noch besser sardischem Peccorino, am besten vom ganzen Stück frisch darüber geraffelt, Pfeffer aus der Mühle. Separat dazu reichen Sie die scharfe Peperoncini-Mischung sowie die Basilikumblättchen, die jeder für sich zerpfeifen und darüber geben kann. Wenn noch etwas Ruccola im Haus ist, passt auch das wundervoll.

Bei uns kommt das am Mittag in aller Regel in der Begleitung von Mineralwasser daher, abends – oder wenn die Stimmung ganz düster sein sollte – darf's natürlich zusätzlich auch ein Schlückchen Rotwein sein.

Bon appétit!

Abserviert Schluss mit Mauern

René Setz

Mauern

Berlin: Der Mauerfall in Deutschland liegt 20 Jahre zurück. Frauen und Männer haben Mauern zwischen Osten und Westen ‚abserviert‘, um in die Freiheit aufzubrechen. Jahre nach dem Mauerfall besuchte ich wieder Berlin und stand völlig perplex mitten in der Stadt – alles weggeräumt und auf Westen getrimmt. Eine Frau erzählte mir: «Ich war damals mit dabei, habe alles weggeschmissen und bin in den Westen losgezogen – aber nie richtig angekommen. Die gleiche Sprache, aber im Herzen ist die Mauer stehen geblieben. Ich bin wieder zurück gegangen, materiell mit einer Rente versorgt, aber eigentlich heimatlos.»

Budapest. Ungarn war ja vor 20 Jahren ein erstes Schlupfloch für DDR-Bürger in den Westen: In Budapest hat man die sozialistischen Denkmäler auch abserviert, aber nicht verschwinden lassen, sondern in einem Park wieder aufgestellt – das ist eher nach meinem Gusto im Umgang mit der Vergangenheit; loslassen, aber nicht wegputzen!

Gänge

Es ist heiss auf unserer Radtour entlang der ehemaligen Grenze zwischen Ost- und Westdeutschland. Die Zeichen der Zeit wurden längst entfernt, nur an der geringeren Höhe der Bäume ist der Verlauf des früheren Grenzstreifens noch zu erkennen. Die aus Betonplatten erstellten Strassen aus der DDR-Zeit sind eine Tortour für unsere Räder und Wirbelsäulen. Im Lauf der Zeit haben sich die einzelnen Platten gesenkt, jeder Übergang schlägt durch.

Im Schatten eines Baumes erholen wir uns von den Strapazen. Ein älteres Paar kommt uns entgegen. Beide auf ehemaligen DDR-Rädern mit drei Gängen.

Sie setzen sich zu uns unter den Baum in den Schatten. «Hier auf dem Land war das Leben einfach, aber wir hatten über die Jahre eine Tauschwirtschaft aufgebaut. Jeder im Dorf hat was anderes angepflanzt und das haben wir untereinander ausgetauscht – ein einfaches Leben halt.» Ach ja! DDR-Nostalgie, der unvermeidliche, missglückte Westkontakt folgt sogleich: «Als die Mauer weg war, sind wir gleich nach drüben gefahren und haben uns eines dieser tollen Bikes gekauft. Nur im Alltag bin ich mit den 21 Gängen nicht klar gekommen – einfach zu viel! Da hab ich das Ding weggegeben und mein altes DDR-Rad wieder hervorgehoben – das läuft und läuft – mir genügt das!» Gleichzeitig brechen wir auf. An der nächsten Steigung schalten wir in den kleinsten Gang und schon bald sind sie ausser Sichtweite. Am Ziel der Tagesetappe angekommen, frotzeln wir über unsere zurückgebliebenen DDR-Radler und bestellen ein kühles Bier. Ich geh nochmals zurück zum Bike, hole meinen GPS. Na so was! Da kommen ja unsere ‚3-Gänger‘ schon daher – ich staune, es geht auch so!

Bruchstücke

Wir haben uns in der virtuellen Welt kennengelernt. Messages gingen hin und her, Stein um Stein haben wir die Mauer der Vorsicht abgebaut und die Karten offen auf den Tisch gelegt. «Ich bin nächsten Monat in Berlin, würde dich gerne sehen – geht das?» Nichts, auch am nächsten Tag nichts, war ich wohl zu ‚pushig‘? Ein paar Steine wieder zurück auf die Mauer! Also, noch einmal einen Versuch. «Sorry, mir gings nicht so gut... Ja, ok – kann es einrichten, wo?»

Schön! Ich kenne im Osten der Stadt ein feines Bistro, sonntags 15.00 Uhr zu Kuchen und Kaffee. Es hat geklappt, das Gespräch ging flott voran, die Steine wurden wieder abgetragen und zum Abschied war klar: Fortsetzung folgt im Internet! Tatsächlich: Einige Male hin und her und dann geht einfach nichts mehr! Handynummer: Nicht mehr in Betrieb. Ich sitze auf den Balkon, starte den Laptop auf, klick mich ein in den chat und hoffe auf ein Lebenszeichen...

Abgang Vom Käse und vom Loch

Joseph Kühne

«Los Dad, übertrib's nid», fordert mich meine bald 15-jährige Tochter auf, wenn ich ihr gestehe, dass es mir schwer fällt, sie portionenweise in die Selbstständigkeit zu entlassen. In einem Jahr wird sie wochentags bei ihrem Lehrmeister wohnen.

Ihr Drang nach Unabhängigkeit und Freiheit ist seit Jahren Anlass zu engagierten familiären Diskussionen. Vivian ist randvoll mit ungezügelter Energie, gesegnet mit einfallsreichem Witz, gewandt in ihrer Erzähl- und Angriffslust, charmant und schonungslos offen gegenüber Autoritäten. Ihr leerer Platz am Tisch wird einst nicht nur dort eine Lücke hinterlassen. Als Vater bin ich hin und her gerissen zwischen meinem Stolz auf ihre Selbstständigkeit und dem Schmerz auf meine zunehmende Entbehrlichkeit.

Kürzlich bekannte ich Vivian meine ambivalenten Gefühle, worauf sie entgegnete: «Weisch, s gid viel Sache wo mich dihei amel närvet. Wän ich dänn amigs wäg bi, zum Bispil e Wuchä i dä Schnupperlehr, find i's dihei glich na am schönstä.» Ob denn mein Abschiedsschmerz auf Vorrat dann vielleicht doch überflüssig sei, wollte ich darauf von ihr wissen. «Logisch isch är das. Ich ga ja nid uf dä Mond. Ihr machet eu eh immer zviel Sorgä. Trännigsschmärz isch okey. Aber mer sel's eifach ned übertribä. Wän ich wäg gsi bi isch's defür viel schöner, wemer üs widär gsend.»

Ist es ein Vorrecht oder bereits eine Weisheit der Jugend, eigene Ansichten ungeschminkt zu äussern? Mein Trennungsschmerz ist für sie ok – aber, so interpretiere ich, ich soll es auch wieder mal gut sein lassen, nicht allzu lange darin verweilen und mich schon gar nicht in Selbstmitleid suhlen. Wenn ich bei mir nachspüre wo es schmerzt, sehe ich eine Lücke, ein dunkles Loch, eine zunehmende Leere. Berthold Brecht hat mal gefragt: «Was geschieht mit dem Loch, wenn der Käse gegessen ist?» Meine Tochter wird erwachsen, braucht mich immer weniger. Vivian beurteilt mich als

bald ausgedienten Erzieher: «Ich danke du (natürli au s Mami) erziend mich genau richtig. Obwohl chli länger usä, me go rite usw. au ned schlecht wär. Neinei, ihr machet das guet. Ihr länket üs i ä Richtig. Aber dä Wäg müend mir dän glich sälber ga. Und bis jetzt hät das super klapt.»

Das geht bei mir runter wie Honig. Und trotzdem will ich von Vivian wissen, ob sie denn einen Tipp hat für Eltern, die sich um ihre Kinder sorgen, und die Mühe haben, wenn es darum geht, sie loszulassen: «Sie sölled ihnä eifach vertraue. Und t Sorgä für sich phaltä.»

So auf mich selbst zurückgeworfen, beginne ich zu überlegen. Für meine Tochter steckt die Zukunft voller Verheissungen, konkreter Pläne, ungeliebter Träume und offener Möglichkeiten. Ihre Persönlichkeit verlangt nach Ausdruck und Freiraum. Um irgendwo anzukommen, muss sie erst mal weg.

Und ich? Habe ich meine Pläne verwirklicht? Welche Möglichkeiten stehen mir noch offen? Was ist aus meinen Träumen geworden? Wie viel vom Käse ist bereits gegessen – und vor allem, was geschieht mit dem Loch?

Josef Kühne (53) ist Vater von Vivian und drei Söhnen. Er lebt mit seiner Familie in Elgg.
joskue@bluewin.ch





Männerinitiativen, national

männer.ch Dachverband der Schweizer Männer- und Väterorganisationen, Postfach 23, 6020 Emmenbrücke, info@maenner.ch, www.maenner.ch

maenner.org Online-Portal für Männerorganisationen und -angebote, www.maenner.org

maennerpalaver.ch Gemeinsame Homepage aller Deutschschweizer Männerpalaver

Männerinitiativen, regional

ForumMann, Postfach, 9004 St. Gallen, 079 277 00 71, info@forummann.ch, www.forummann.ch

Männerbüro Region Basel, Drahtzugstrasse 28, 4057 Basel, 061 691 02 02

MUMM, Männerbüro Bern, Postfach, 3001 Bern, www.mumm.ch, maenner@mumm.ch

Männer Antenne Genf, 19 rue de la Servette, 1201 Genève, 022 740 31 10, Fax 022 740 31 44

Mannebüro Luzern, Tribtschenstrasse 78, 6005 Luzern, Tel./Fax 041 361 20 30 (Beratung Mi. 17–20 Uhr), info@manne.ch, www.manne.ch

MännerZug, Thomas Zehnder, Geschäftsführer, Albisstr. 15, 6340 Baar, 079 634 93 10, info@maennerzug.ch, www.maennerzug.ch

Männer-, Väter- und Bubenarbeit

Avanti Papi / Progressive Väter Schweiz, info@avanti-papi.ch, www.avanti-papi.ch

Elternnotruf Zürich, 044 261 88 66 (Beratungsstelle 24 Stunden), www.elternnotruf.ch (Weitere Fachstellen Zug, Basel, Bern und Ostschweiz)

Fachstelle Frauen & Männer, Ref. Kirche, Hirschengraben 7, 8001 Zürich, www.zh.ref.ch/maenner

Fachstelle Männer- und Bubenarbeit, Hohlstrasse 36, 8004 Zürich, 044 242 02 88, Fax 01 242 03 81

GeCoBi, Schweizerische Vereinigung für gemeinsame Elternschaft, Postfach, 8026 Zürich, 079 645 9554, info@gecobi.ch, www.gecobi.ch

IG Bubenarbeit Schweiz, Alte Landstrasse 89, 8800 Thalwil, 044 721 10 50

IG-Väterarbeit, Joachim Zahn, Hirschengraben 50, PF, 8052 Zürich, 044 258 92 41

Intervision Bubenarbeit Zürich, okaj Zürich, Langstrasse 14, 8026 Zürich, 044 366 50 10, www.okaj.ch

Netzwerk Schulische Bubenarbeit, Postfach 101, 8117 Fällanden, 044 825 62 92, nwsb@gmx.net, www.nwsb.ch

Schweizerischer Bund für Elternbildung, Steinwiesstrasse 2, 8032 Zürich, 044 253 60 60, sbe@elternbildung.ch

Selbstbehauptung für Jungs, Selbstbewusst und stark, Verein Respect!, 055 243 44 33, urban.bruehwiler@gmx.ch

Väter gewinnen, Vernetzungsprojekt des ForumMann, Postfach 331, 9004 St.Gallen, 079 277 00 71, www.vaetergewinnen.ch

Väternetz.ch, Postfach 331, 9004 St. Gallen, www.vaeternetz.ch

VeV Schweiz, Verantwortungsvoll erziehende Väter und Mütter, Postfach 822, 5201 Brugg, 079 645 9554, info@vev.ch, www.vev.ch

zovv, Zürcher Oberländer Väter Verein, info@zovv.ch, www.zovv.ch

Weitere Links: www.hallopa.ch, www.hausmaennernetz.ch, www.fairplay-at-home.ch, www.tochterttag.ch, www.scheidungskinder.ch

Täter- und Opferberatung

Fachstelle gegen Gewalt, Beratung für gewalttätige Männer und Jungen, Ring 4, 2502 Biel, 032 322 50 30, fachstelle-gegen-gewalt@bluewin.ch

Fachstelle gegen Männergewalt Luzern, 041 362 23 33, Hotline 078 744 88 88, fgm@manne.ch, www.maennergewalt.ch

Hau den Lukas, Kontaktstelle für Jungen/Männer, Peter Merian-Str. 49, 4002 Basel, 061 273 23 13, Fax 061 273 23 12, hau-den-lukas@bluewin.ch

Institut Männer gegen Männer-Gewalt Ostschweiz®, Vadianstr. 40, 9000 St. Gallen, 071 22 333 11, ostschweiz@gewaltberatung.ch

männer plus – Beratung für gewaltbetroffene Jungen und Männer, Steinenring 53, 4051 Basel, 061 205 09 10, www.opferhilfe-bb.ch

mannebüro züri, Hohlstrasse 36, 8004 Zürich, 044 242 02 88, Fax 044 242 03 81, info@mannebuero.ch, www.mannebuero.ch

Institut für Gewaltberatung Basel, Singerstr. 8, Postfach 4537, 4002 Basel, 079 700 22 33, mail@gewaltberatungbasel.ch, www.gewaltberatungbasel.ch

Opferberatungsstelle für gewaltbetroffene Jungen und Männer, Hallwylstr. 78, 8004 Zürich, 043 322 15 00, vzsp@vzsp.org

Opferhilfestellen generell: In jedem Kanton bestehen spezielle Stellen. Adressen im Telefonbuch oder unter www.ofj.admin.ch (Opferhilfe)

STOPPMännerGewalt, Berner Fach- und Beratungsstelle, Haslerstrasse 21, 3001 Bern, 0 765 765 765, 031 381 75 06, info@stoppmaennergewalt.ch

Familie und Beruf

Fachstelle UND Familien- und Erwerbsarbeit für Männer und Frauen: Postfach 2702, 6002 Luzern, info@und-online.ch, www.und-online.ch,

weitere Kontaktstellen in Basel (061 283 09 83), Bern (031 839 23 35), Zürich (044 462 71 23)

Kontaktstelle für Workaholics und deren Angehörige, KV Zürich, Pelikanstrasse 18, 8023 Zürich, 01 211 33 22, www.kvz.ch

Mobbing Internet-Plattform, www.mobbing-info.ch

Gesundheit

Männergesundheit, Radix, René Setz, Effingerstrasse 11, 3011 Bern, 031 312 75 75, www.gesunde-maenner.ch, setz@radix.ch

Aids Hilfe Schweiz, Konradstrasse 20, Postfach 1118, 8031 Zürich, 044 447 11 11, www.aids.ch

Arbeitsgemeinschaft Tabakprävention, Effingerstrasse 40, 3001 Bern, 031 389 92 46, www.letitbe.ch

Fair-Sex, www.don-juan.ch, Informationen für Freier

Gesundheitsförderung am Arbeitsplatz, SUVA, Fluhmattstrasse 1, 6002 Luzern, 0848 830 830, www.suva.ch

Pro Mente Sana, (seelische Gesundheit), 8031 Zürich, 044 361 82 72, www.promentesana.ch

Schweiz. Fachstelle für Alkohol- und andere Drogenprobleme, Postfach 870, 1001 Lausanne, 021 321 29 11, www.sfa-isp.ch

Private Männerangebote

Auf zur Kraft der Mitte, Beat Hänsli, DAO - Gesellschaftsstr. 81A, 3009 Bern, 031 302 55 65 / 079 44 385 88, taichidao@bluewin.ch, www.taichidao.ch

L'hom, für Männer, Robert Fischer, Sulgeneckstrasse 38, 3007 Bern, 031 372 21 20, seminare@mann-frau.com

männer:art, Peter Dertle, Homburgerstrasse 52, 4052 Basel, 061 313 68 46, info@maenner-art.ch, www.maenner-art.ch

Männergruppen Thunstrasse Bern, Albert Pfister, Thunstrasse 113, 3006 Bern, 031 351 16 26, info@aloo.ch, www.aloo.ch

Männer in Saft und Kraft, Naturrituale und Coaching, Stefan Gasser, 6006 Luzern, 041 371 02 47, www.maenner-initiation.ch

Mannzeit, Alexius Amstutz, Clariedenstrasse 7, 8800 Thalwil, 044 720 79 74, tram.amstutz@swissonline.ch, www.mannzeit.ch

Perspektiven, Christof Bieri, Dorfstrasse 5, 3550 Langnau, 034 402 52 63, info@es-geht.ch, www.es-geht.ch

Schröter und Christinger Persönlichkeitsstraining, Mühlelgasse 33, 8001 Zürich, info@scpt.ch, www.scpt.ch

Timeout statt burnout, Christoph Walser & Martin Buchmann, Zürich und Thun, 043 343 90 40 oder 033 221 70 55, www.timeout-statt-burnout.ch

tschätschö Männerarbeit, Schlosserstrasse 23, 8400 Winterthur, Tel./Fax 052 222 79 62, matthias.gerber@tschatscho.ch, www.tschatscho.ch

Wege der Kraft – MännerSeminare, Lorenz Ruckstuhl & Alexander Lanz, 034 431 51 20, info@wegederkraft.ch, www.wegederkraft.ch

Abonnieren Sie die Männerzeitung: abo@maennerzeitung.ch