



männer | zeitung



Arbeitswelten

2/09

Vollzeit: «Karriere ist, wenn Beziehungen halten»

Teilzeit: «Es ist mehr möglich, als man denkt»

Väterzeit: Bäume, Balance und Vereinbarkeit

9. Jahrgang, 1. Juni 2009

Einzelpreis CHF 12.00

www.maennerzeitung.ch

Arbeitswelten

Arbeit, Zeit und Sinn

- Teilzeitarbeit: «Es ist mehr möglich, als wir denken»**
Jürg Baillod im Interview mit Ivo Knill 6
- Der Mann am Wägeli: «Kaffee, Gipfeli und Orangensaft»**
Erfahrungsbericht von Alfred Bühler 10
- Matthias Scheurer: «Innert 60 Sekunden aus dem Bett»**
Der Gewerkschaftssekretär im Interview mit Ivo Knill 14
- ABS statt UBS: «Ich arbeite bei einer Bank»**
Standpunkt von Rico Kessler 16
- Fritz Aeschlimann: «Karriere ist, wenn Beziehungen halten»**
Benjamin Spycher 18
- Peter Gifford: Wenig Stoff, viel Unternehmer**
Der Bikini-Patron im Interview mit Sam Krieg 21
- Timeout statt burnout: «Lebe ich wirklich mein Leben?»**
Christoph Walser im Interview mit Ivo Knill 46

Arbeiter und Väter

- Der Mechaniker als Hausmann: «Zeit für Kinder»**
Susanne Hänni 24
- Vätertag** 26
- Barack Obama: Der Staatsmann als Vater**
Mark Harvey 27
- Elternzeit: Es sind Ferien und keiner geht hin?**
Hans-Georg Nelles 28
- Avanti Papi: Klettert auf die Bäume!**
Michael Gohlke 30
- Fachstelle UND: Väter in Unternehmen**
Thomas Beyeler Moser 31
- Besser lesen: Vater – wer bist du?**
Göpf Berweger 32
- Unterwegs mit Kindern: Raus aus dem Haus** 33

Arbeitsorte

- Backstube, Cockpit, Bauernhof**
Fotos: Andreas von Gunten 34, 36, 38

Politik und Bewegung

- Scheidung: Die Familie geht weiter!**
Oliver Hunziker, Präsident GeCoBi 40
- IG MännerZug: Eine Plattform für Männerthemen**
Jörg Rüdiger 42
- Männer im Lassalle-Haus: Geist, Gebet und Sinn**
Andrea Zwicknagl 44

Körper & Sinne

- Emanzipation im Bett: Mehr als korrekter Stellungswechsel** 60
- Ratgeber: Sylvia hasst mein Handy, René Setz** 62

Angespitzt

- Aufnotiert** 4
- Agenda: Kurse und Veranstaltungen** 54
- Anstoss: Die Frau, das Geld, das Haus, Klaus Sorgo** 63
- Angerichtet: Hamburguesas «Don Ronaldo», R. Breitler** 64
- Abserviert: Der moderne Mann hat die Wahl, René Setz** 65
- Abgang: Franz ohne Job Josef Kühne** 66
- Du bist Kunst, Peter Schudel** 66
- Adressen: Schweizer Männerbüros und Männerinitiativen** 68

Inserate

- Produkte** 9, 13, 43, 58
- Burnout** 48, 49
- Beratung - Weiterbildung** 50, 51, 52
- Ferien - Reisen** 53
- Bücher** 57
- Die Firma hinter dem Inserat** 59

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 Peter Schudel, web.me.com/eigenart

Fotos: Titelseite, Seiten 11, 12, 19, 20 und 34-39

Andreas von Gunten, www.andreasvongunten.ch





Willkommen auf dem Planet der Ratten!

**«Die Arbeitslosenkasse unterstützt die Ems in der Krise mit Millionen. Trotzdem will das Unternehmen den Aktionären 117 Millionen Franken auszahlen – 70 Millionen gehen an die Familie Blocher. Ems-Konzernchefin Martullo-Blocher fordert derweil weitere finanzielle Unterstützung vom Bund.»
(20 Minuten, April 09)**

Ja, wir leben auf dem Planet der Ratten, wo ein jeder ergattert, was er ergattern kann, und wo ein jeder einen im Nacken hat, der noch weniger Mitleid hat. Die Arbeitswelt wird hektischer, die Mails jagen sich, die Termine häufen sich, die Sitzungen dehnen sich, der Ton wird schnoddriger.

Dieses System nennt sich «der freie Markt». Seine Idole sind die Skrupellosen und die Frechen, die es geschafft haben: Dividende für das Kapital, Entlassungen für die Búezer, Rechnung an den Staat. Dem Vernehmen nach muss nun mit einer massiven Umsatzeinbusse von Urologen, Gynäkologen und plastischen Chirurgen gerechnet werden. Diese haben sich auf eine gross angelegte Aktion zur Geschlechtsumwandlung von Managern eingestellt, nachdem von verschiedener Seite die Wirtschaftskrise bündig und schlüssig auf typisch männliches Fehlverhalten zurückgeführt wurde. Um von der Schwarzen Liste wegzukom-

men, hat sich der Verein Progressive Ma(n)nager.ch gebildet mit dem Ziel, in corpore eine Geschlechtsumwandlung zu machen und fortan als «Frau-Manager» zu wirken. Nachdem aber bekanntlich die Blocherwerke unter der Leitung einer Frau stehen, wird daraus wohl nichts – beweist sie doch, dass auch im weiblichen System der Hormone und Verhaltensweisen Gier, Eigennutz und andere der Konkurrenz und damit der ganzen Wirtschaft förderliche, den Menschen aber leider schädliche Eigenschaften schlummern. Nun atmen die Mann-Manager auf und freuen sich, nur noch auf der grauen Liste zu stehen, aber immerhin noch als Mann. Traurig ist allerdings der Verein «WAM» (Weiber an die Macht). Seine Sprecherin liess verlauten, dass frau sich sehr wohl über den Zuzug von «frischgebackenen Kolleginnen mit Biss, Netzwerken und Flair für Macht» gefreut hätte.

Bleibt die Frage: was sollen wir tun?

An Gott glauben und die Welt den Bach hinuntergehen lassen? Hart, unerbittlich und rattenmässig werden?

Tun Sie letzteres nicht, lieber Leser, liebe Leserin. Es gibt genug Gutes auf diesem Planeten. Getan wird es von Männern und Frauen mit Herz und Bauch, mit Phantasie und Muskeln, mit Mut und Bescheidenheit. Einige davon haben wir porträtiert: Sie verkaufen Erfrischungsgetränke, sie leiten KMUs, sie fahren Lastwagen, sie verkaufen Bikins. Sie arbeiten.

Vielleicht lohnt es sich ja auch, ein wenig zu privatisieren: Streichen Sie Ihr Haushaltsbudget zusammen, machen Sie Ihrer Frau den Weg in die Arbeitswelt frei und arbeiten Sie Teilzeit: Das ist das Leben. Frühpensioniert für einen Tag zum Fischen, Jagen und Kinder erziehen. Vielleicht wird die Welt so besser! Anregungen dazu finden Sie in diesem Heft. Auf dass das Leben bunter werde!

Herzliche Grüsse Ivo Knill

Vermischtes

In eigener Sache: 612 von 1001

Visionen verleihen Flügel. Die Männerzeitung nähert sich dem Ziel von 1001 neuen Abonnenten in grossen Schritten. Aktuell haben wir 612 neue Abos gewonnen! Wir glauben, dass dies auch ein Ausdruck dafür ist, dass Männerthemen an Aufmerksamkeit gewinnen und dass es uns, wie viele Rückmeldungen zeigen, gelingt, den einen oder anderen richtigen Ton zu treffen. Wir üben weiter – und machen steinhart die Zeitung, die uns Spass macht und für die wir uns mit Lust den Hintern blank wetzen. Inzwischen wächst auch unser Selbstbewusstsein. Ab der aktuellen Nummer beträgt der Abo-Preis neu Fr. 45 für vier Nummern. Die Einzelnummer geht für 12 Franken über den Ladentisch. Wie immer lassen wir die Möglichkeit offen, den Preis nach oben oder unten dem eigenen Budget anzupassen.

Männergruppe in Zürich sucht: Männer

Wir, sieben Männer zwischen 37 und 62 Jahren, wollen unsere Gruppe vergrössern. Wir suchen ein bis zwei Männer, die sich mit sich und anderen Männern austauschen und auseinandersetzen wollen. Themen: Unsere Erfahrungen, Freuden, Schwierigkeiten, Wünsche und Visionen. Wir treffen uns jeden zweiten Mittwochabend zwischen 19 Uhr und 21 Uhr nahe beim Hauptbahnhof (Konradstrasse) und begegnen uns in einer Atmosphäre, die geprägt ist von wohlwollender Offenheit und konstruktiver Konfrontation. Nächste Treffs sind: 3. Juni 2009, 17. Juni 2009 etc.

Jürg Wiler,
044 942 33 45 oder juergwiler@bluewin.ch

Männergruppe in Basel sucht: Männer

Bewährte Männergruppe in Basel-Stadt sucht noch Mitglieder. Wir treffen uns jeden zweiten Donnerstag mit wechselnder Leitung.

Anton Beal, Hauensteinstrasse 98, 4059 Basel,
061 331 73 30, anton.beal@bluewin.ch

Gleichstellungspreis der Stadt Zürich 2009

Unternehmen und Einzelpersonen können sich um den Preis bewerben

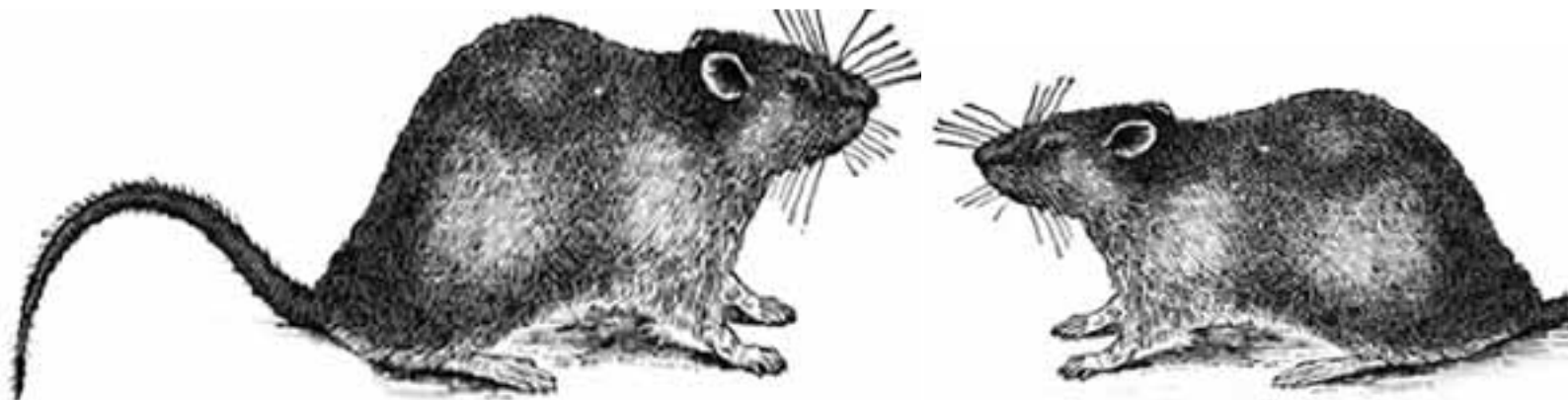
Die Stadt Zürich richtet ihren Gleichstellungspreis neu aus: Neben gemeinnützigen Organisationen und Einzelpersonen können sich auch Privatunternehmen um den mit 20'000 Franken dotierten Preis zur Förderung der Gleichstellung von Frau und Mann bewerben.

Seit zwölf Jahren zeichnet der Stadtrat jährlich eine Institution oder ein Projekt aus, welche sich für die Gleichstellung von Frau und Mann in der Stadt Zürich engagieren.

Die Gleichstellungsarbeit hat sich seit der ersten Vergabe des Preises 1997 verändert, Diskriminierungen auf struktureller und kultureller Ebene gibt es aber weiterhin. Der Stadtrat hat deshalb anfangs dieses Jahres das Reglement des Gleichstellungspreises angepasst. Er lädt insbesondere auch die Privatwirtschaft ein, sich um den Preis zu bewerben.

Eingabefrist 10. Juli 2009

Die siebenköpfige Jury unter dem Vorsitz von Stadträtin Esther Maurer nimmt bis zum 10. Juli 2009 Bewerbungen entgegen. Weitere Informationen und Anmeldeformulare sind zu finden auf www.stadt-zuerich.ch/gleichstellungspreis.



Gemeinsam für Gleichstellung

Frauen- und Männerorganisationen sowie Gleichstellungsbüros haben mit einer nationalen Tagung den Auftakt gegeben zu einem paritätischen Dialog.

Am 21. April 2009 haben das Eidg. Büro für die Gleichstellung von Frau und Mann EBG, der Bund Schweizerischer Frauenorganisationen alliance F und der Dachverband der Schweizer Männer- und Väterorganisationen männer.ch in Bern unter dem Titel «Richtung Chancengleichheit» eine Tagung zur Förderung des Dialoges und der Zusammenarbeit zwischen Frauen- und Männerorganisationen sowie Gleichstellungsbüros durchgeführt.

Rund sechzig ausgewählte Persönlichkeiten nahmen an der Tagung teil. Sie haben zwei Ziele verfolgt: Einerseits wurden gemeinsame Anliegen identifiziert und Wege zu deren Umsetzung in einer geschlechter- und organisationsübergreifenden Allianz diskutiert. Andererseits erarbeiteten die Teilnehmenden in angeregter Atmosphäre die Grundlagen für eine zukunftsweisende Dialogkultur. «Die heutige Tagung war ein Startschuss für einen Prozess, der Frauen und Männer dem gemeinsamen Ziel der Chancengleichheit näher bringen soll», erklärte Patricia Schulz, Direktorin des EBG.

Sorgerecht-Vernehmlassung

GeCoBi-Presseerklärung zum Gesetzentwurf gemeinsame elterliche Sorge: Ein Etikettenschwindel

GeCoBi hat den bundesrätlichen Gesetzentwurf für die gemeinsame elterliche Sorge gründlich geprüft. Das Resultat ist ernüchternd: Er hält in keiner Weise, was er verspricht.

«Die Enttäuschung überwiegt», so Michael De Luigi, Dossierverantwortlicher bei GeCoBi. «Kommt dieser Entwurf unverändert ins Gesetzbuch, wird sich am Alltag der Betroffenen kaum etwas verändern.» Die Gleichstellung der Eltern bei der Kindererziehung ist lediglich formeller Natur. In Streitfällen kann das Gericht unter Berufung auf den höchst problematischen Begriff ‚Kindeswohl‘ ohne weiteres einem Elternteil die elterliche Verantwortung entziehen.

Streit vor Gericht weiterhin einziges Mittel zur Konfliktlösung

Der Entwurf enthält keinerlei verbindliche Vorgaben zur aussergerichtlichen Streitbeilegung, wie sie sich in vielen Ländern bereits bestens bewährt haben. Vielmehr setzt er weiterhin auf den Streit vor Gericht – was erwiesenermassen einen Konflikt zwischen den Eltern verstärkt und verlängert. Dies mag im Interesse der Scheidungsindustrie liegen – jedoch nicht in jenem der betroffenen Kinder. Völlig widersprüchlich ist auch, dass der Bundesrat internationale Abkommen unterschrieben hat, die in grenzüberschrei-

tenden Scheidungskonflikten den Einsatz mediativer Ansätze zur Konfliktlösung vorschreiben. Im Inland setzt er jedoch weiter auf den Kampf vor Gericht als privilegiertes Mittel zum Austragen von Sorgerechtsstreitigkeiten.

Abschied von rechtsstaatlichen Grundsätzen

Je nach Gutdünken können Gerichte verschiedene Mittel einsetzen, um zerstrittene Eltern zu Kooperation zu motivieren – verbindlich ist jedoch keines davon. Wenn Gerichte einen so grossen Ermessensspielraum erhalten und damit die Verfahren von Richter zu Richter völlig unterschiedlich ablaufen, wird eine Gerichtsentscheidung zur Lotterie – Rechtssicherheit und Rechtsgleichheit sind nicht mehr gegeben.

«Wird dieser Entwurf Wirklichkeit, so werden weitere Generationen von Scheidungskindern von unnötigen Trennungskriegen traumatisiert. Wir brauchen konkrete Verbesserungen für von Trennung und Scheidung betroffene Mütter, Väter und Kinder – keine wohlklingende, aber hohle Gesetzesprosa», so De Luigi.

Oliver Hunziker, Präsident GeCoBi
Schweizerische Vereinigung für gemeinsame Elternschaft
association suisse pour la coparentalité
associazione svizzera per la bigenitorialità



Jürg Baillod, Fachmann für Teilzeitarbeit

«Es ist mehr möglich,



Das Buch: Chance Teilzeitarbeit

Die mit Teilzeitarbeit verbundenen Chancen werden in den Unternehmen noch viel zu wenig erkannt. Obwohl zunehmend mehr Firmen die Möglichkeiten von Teilzeitarbeit positiv einschätzen, bestehen nach wie vor kulturelle, psychologische und rechtliche Barrieren für eine breitere Nutzung der Teilzeitarbeit. Die Publikation unterstützt verantwortliche Personen darin, Teilzeitarbeit in einer sowohl für die Unternehmen als auch für die Beteiligten attraktiven Form anzubieten. Sie bietet viele Hintergrundinformationen und Argumente, aber vor allem auch konkrete Instrumente für die Einführung und die Weiterentwicklung innovativer Teilzeitmodelle. Die beigelegte CD-ROM mit ihren Folien, Checklisten usw. bildet eine Grundlage für die konkrete Personalarbeit, für Informationsveranstaltungen und Schulungen.

Jürg Baillod (Hrsg.): Chance Teilzeitarbeit

Argumente und Materialien für Verantwortliche. Mit CD-Rom, Zürich 2002, ISBN-10 3728128090

als wir denken»

Teilzeit hat Konjunktur: Die neuen Väter wollen sie, die modernen Firmen bieten sie und die aktuelle Krise verlangt sie als einen Ansatz zur besseren Verteilung der Arbeit. Jürg Baillod forscht seit mehr als einem Jahrzehnt auf diesem Gebiet, das mehr Facetten, Kanten und Potential hat, als wir auf Anhieb sehen.

Interview: Ivo Knill

Wie hoch ist Ihr Arbeitspensum?

Ich arbeite im Jahresschnitt 70 bis 80 %. Damit liege ich voll im Trend unseres Büros. Auch meine 2 Partner arbeiten je 60-70 %. Sie sind sogenannte ‚neue Väter‘, die sich gleichberechtigt an der Erziehung ihrer Kinder beteiligen. Zudem arbeitet bei uns eine Assistentin, die sich mit ihrem 30 %-Job das Studium finanziert und zugleich Berufserfahrungen sammelt.

Was hat Sie dazu gebracht, Teilzeit zu arbeiten?

Mit 50 habe ich mich entschieden, mein vorher – als Selbständigerwerbender – doch recht hohes Arbeitspensum zu reduzieren. Ich wollte meinen ausserberuflichen Neigungen und Interessen mehr Raum geben. Dafür nehme ich mir übers Jahr gesehen sehr viele Ferientage.

Sind Sie zufrieden mit Ihrer Wahl?

Wir sind alle sehr zufrieden, weil wir das Gefühl haben, dass unser Lebensplan stimmt. In den Schoss fällt uns dieses Glück allerdings nicht: Es ist eine grosse Herausforderung, als Beratungsbüro auf einem Markt zu bestehen, in dem Vollzeitcracks mit 60-Stunden-Pensen den Takt angeben. Aber wir schaffen es.

Ihr Büro befasst sich seit einigen Jahren mit dem Thema Teilzeitarbeit. Wer gibt Ihnen die Aufträge?

Bereits anfangs der 90er Jahre hatte ich einen Auftrag von einer grossen Schweizer Bank, die herausfinden wollte, wie die Leistung der Teilzeitarbeitenden im

Vergleich zu den Vollzeitarbeitenden ausfällt. Unser Befund: Teilzeitarbeit schneidet gut ab. Dies führte dazu, dass die Bank gezielt Teilzeitmöglichkeiten auch im Kader ermöglichte. Ein anderes grosses Projekt lief unter der Federführung des Eidgenössischen Büros für die Gleichstellung von Frau und Mann unter dem Titel SCHATZ: Schaffung von Anreizen für Teilzeitarbeit. Projektträger waren die Stadtverwaltung von Bern, eine Gemeindeverwaltung, das Inselspital und der Kaufmännische Verband Bern. Daraus entstand das Buch «Chance Teilzeitarbeit» und eine Reihe konkreter Umsetzungsmassnahmen. In weiteren Projekten berate ich zum Beispiel ein Bundesamt zum Thema Job Sharing und Telearbeit. In diesem und anderen Zusammenhängen führen wir auch Coachings mit Kaderleuten im In- und Ausland durch.

Gibt es so etwas wie eine einfache, grundlegende Erkenntnis aus dieser Forschung?

Ja! Sie lautet: Es ist viel mehr möglich, als man denkt. Es gibt viel mehr Formen von Teilzeitarbeit als den freien Tag pro Woche oder ein fix reduziertes halbes Pensum. Möglich ist beispielsweise auch eine Reduktion im Verlauf eines Monats, eines Jahres oder sogar in Bezug auf die Lebensarbeitszeit, indem sich das Arbeitspensum den wechselnden beruflichen, familiären oder individuellen Gegebenheiten anpasst. Viele Optionen gibt es auch in Bezug auf die Frage, wer sich die Arbeitszeit aufteilt. Oft macht es Sinn, die individuelle Optik zu erweitern und eine grössere Organisationseinheit ins Auge zu fassen. Dies kann ein Jobsharing-Paar oder eine Arbeitsgruppe sein, möglicherweise sogar eine ganze Abteilung, die in ihr Projektmanagement auch das Management der Arbeitszeiten einbezieht. Vielfältig sind auch die Möglichkeiten der Umsetzung. So kann ein Kadermitglied sein Pensum reduzieren und mit dem frei werdenden Lohnanteil einen Assistenten einstellen, der ihn mehr als für die ausfallende Arbeitszeit entlastet und ihm so

viel Druck abnehmen kann. Vor allem würde ich auch sagen, dass gut ausgebildete Männer mehr Aussichten und Möglichkeiten haben, ihr Arbeitspensum zu reduzieren, als sie selber denken. Viele Chefs geben sich gerne Mühe, guten Leuten einen guten Arbeitsplatz anzubieten. Ein Versuch lohnt sich!

Dann wäre Teilzeitarbeit aus der Sicht des Betriebes also ein sehr vielfältiges und komplexes Managementfeld – nicht nur eine Belohnungsmöglichkeit für verdiente oder eine Entlastungsmöglichkeit für am Limit laufende Mitarbeiter!

Ja genau. Viele Unternehmen haben begriffen, dass man mit einem gezielten Arbeitszeitmanagement auf verschiedensten Ebenen Prozesse optimieren kann. Zudem können den Mitarbeitenden Optionen eröffnet werden, die ihnen ein Leben nach ihren Interessen und Bedürfnissen ermöglichen. Die unternehmerischen und privaten Interessen unter einen Hut zu bringen ist allerdings oft nicht ganz einfach. Aber auch hier gilt: Es ist mehr möglich, als man auf den ersten Blick annimmt.

Die Deutsche Familienministerin hat gesagt, nicht trotz, sondern wegen der aktuellen Wirtschaftskrise müssen wir neue Arbeitsmodelle und Teilzeitmodelle einführen. Hat sie recht? Sind neue Arbeitsmodelle eine Lösungsstrategie?

Sie hat recht, was die Bewältigung der Krise angeht: Mit Teilzeitmodellen können mehr Leute im Job gehalten werden. Tatsächlich erleben wir, dass die Frage nach solchen Modellen wieder stark zunimmt: Wir erhalten im Moment eine ganze Reihe von Anfragen und Aufträgen zu diesem Thema, was vor einem halben Jahr noch nicht der Fall war. Man muss sich aber bewusst sein, dass flexible Arbeitszeitmodelle die Ursache der Krise nicht beheben können: Da muss man sich sehr genau mit den Strukturen und Mechanismen befassen, die in die Krise geführt haben.

Was spricht aus der Sicht der Unternehmen für die Schaffung von Teilzeitarbeit?

Ich erlebe drei grundlegende Motive für die Schaffung von Teilzeitzellen:

Erstens: Vielen Firmen und Arbeitgebern ist es ein Anliegen, eine Unternehmenskultur aufzubauen, in denen sich ihre Leute wohl fühlen. So schaffen sie einen gesellschaftlichen Nutzen, der für sich schon Sinn ergibt.

Zweitens: Nicht zu unrecht rechnen sich Betriebe aus, dass sie mit flexiblen Arbeitszeiten gute und leistungsstarke Arbeitnehmer und Arbeitnehmerinnen gewinnen. Eigene und andere Studien belegen, dass Teilzeitarbeitende eine höhere Produktivität erzielen. Sie haben weniger Absenzen und erbringen sowohl quantitativ als auch qualitativ eine bessere Leistung. Dies hängt mit verschiedenen Aspekten zusammen: Die Arbeit ist Teil eines reichhaltigeren Lebens, die Menschen sind motivierter und ihrem Unternehmen oft auch dankbar für diese Möglichkeit, die verschiedenen Lebensinteressen unter einen Hut zu bringen.

Drittens: Auf dem Arbeitsmarkt gibt es gut qualifizierte Leute – häufig Frauen –, die Teilzeit arbeiten wollen. Da passen sich Firmen – zum Teil auch notgedrungen – den damit verbundenen Anforderungen an.

Stehen wir also am Eingang zu einer schönen neuen Teilzeit-Arbeitswelt, wo wir fröhlich zwischen Beruf, Freizeit und Familie pendeln?

Da bin ich eher pessimistisch. Als Coach kann ich in den letzten Jahren sehr klar beobachten, wie der Druck in der Arbeitswelt zunimmt. Die zahllosen Sitzungen, zum Teil ausserhalb der Arbeitszeiten, die Unmenge von Mails, die erhöhten Anforderungen an das Arbeitstempo, all das macht den Menschen zu schaffen. Die Arbeit wird immer dichter. Aber den Druck machen wir uns zu einem guten Teil auch selbst. Heute genügt es vielen von uns nicht mehr, einen guten Job zu haben – wir müssen in der Freizeit auch

noch ein Sportass und ein hingebungsreicher Vater sein. Wir wollen die neuesten Filme gesehen haben, die Ferien müssen stimmen, die Wohnung einen gewissen Standard haben und so weiter. Das alles setzt uns unter enormen Druck. Wenn wir in diesen verschiedenen Welten bestehen wollen, müssen wir immer wieder bereit sein, unsere Ansprüche zu reflektieren und notfalls auch herunterzuschrauben. Selbstbeschränkung ist hier ein wichtiges Stichwort. Selbstbeschränkung passt zwar nicht zum gängigen Lifestyle, kann aber das Wohlbefinden enorm fördern!

Ihre Ausführungen bestätigen meine eigene Erfahrung, dass das Familienleben nicht einfacher wird, wenn man als Eltern zu zweit im Familienleben und im Beruf präsent sein will.

Und doch ist es für viele ein sinnvoller Weg! Ein einfaches Leben zu führen ist ja für die meisten von uns kein Ziel. Wir wollen Erfahrungen sammeln, uns unterschiedlichen Anforderungen stellen, wir suchen den Wechsel von Lebenswelten. In diesem Sinne wollen viele einen befriedigenden Beruf und gleichzeitig viel Zeit mit ihren Kindern oder für ihre Leidenschaften verbringen. Die damit verbundene Problematik der eigenen Überforderung habe ich schon angesprochen.

Wie organisieren sich eigentlich die «Teilzeiteltern»?

Die Formen sind sehr unterschiedlich und werden immer breiter. Als Trend lässt sich vielleicht ausmachen, dass viele Männer und Frauen die traditionellen Rollen als Grundmuster beibehalten, sie aber um das komplementäre Element erweitern. Das heisst: Viele Frauen erweitern ihre Rolle als Mutter und versuchen, mit einem kleinen Arbeitspensum auch noch in der Arbeitswelt verankert zu bleiben, viele Männer reduzieren ihr Arbeitspensum, oft nur ein bisschen, um neben dem Beruf auch noch aktive Väter zu sein. Eine klare Entwicklungsrichtung lässt sich allerdings noch nicht ausmachen.

Es gibt Schätzungen, die auf 300'000 bis 500'000 Väter in der Schweiz kommen, die sich eine Teilzeitanstellung wünschen.

Tatsächlich gibt es ein grosses Potenzial an Männern, die sich ernsthaft Gedanken machen, Ihre Arbeitszeit zu reduzieren. Wie gross es wirklich ist, ist allerdings schwer abzuschätzen. Die entscheidende Frage ist, wie konkret der Teilzeitwunsch für die Männer ist – und in welchem Mass sie bereit sind, den Schritt in Richtung Teilzeitarbeit auch wirklich umzusetzen.

Was könnte sie daran hindern?

Die Angst vor dem Verlust einer wichtigen Säule ihres Selbstbewusstseins: Noch immer stellt der Beruf und der damit verbundene Status für viele Männer den Kern ihrer Identität dar. Sie wollen nicht als halbe (Berufs-)Männer dastehen oder den Eindruck erwecken, nicht voll leistungsfähig zu sein. Diese Angst ist wahrscheinlich grösser als nötig.

Und das Geld?

Das Geld spielt ebenfalls eine wichtige Rolle. Man muss sagen, dass Männer, welche die klassische Ernährerrolle spielen, mit einem tiefen Einkommen kaum die Möglichkeit haben, ihre Arbeitszeit zu reduzieren. Bis vor dreissig, vierzig Jahren galt noch eine Art Gesellschaftsvertrag, wonach ein Einkommen reichen musste, um eine Familie zu ernähren. Das ist heute nicht mehr der Fall. Wenn es 150 und mehr Prozent Arbeitszeit braucht, damit die Familie über die Runden kommt, wird Teilzeit für Männer zu einer schwierigen Option. Das müssen wir leider ganz realistisch so sehen.

Foto zVg

Jürg Baillod, 52, Arbeitspsychologe, ist Partner im Büro für Arbeitspsychologie und Organisationsberatung (büro a&o) in Bern. Seine Schwerpunkte sind Arbeitszeit- und Lohngestaltung sowie Führungs-, Kultur- und Organisationsentwicklung. Er verfasste verschiedene Bücher zu Arbeitszeitfragen, unter anderem: Chance Teilzeitarbeit im vdf Hochschulverlag.

Wir sind die Pioniere

Felix Pfeifer

Gründer und Geschäftsleiter

nest 

die ökologisch-ethische Pensionskasse

«Als damals das BVG kam, war unsere Gründungsidee ganz klar: Wenn wir schon Zwangssparen müssen, dann wollen wir auch bestimmen wie und wo unser Geld angelegt wird.»

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

Der Mann am Wägeli «Kaffee, Gipfeli und Orangensaft»

Alfred Bühler ist Werkstudent und steht kurz vor dem Abschluss als Theologe. Er arbeitet als Lehrervikar und möchte sich als Lehrer, Seelsorger und Musiker selbständig machen. Vor einigen Jahren hat er einen der härtesten Jobs ausgeübt: Er war der Mann hinter dem Wägeli, der uns im Intercity mit Kaffee und Kuchen bedient.

Alfred Bühler

Die Probefahrt auf dem Zug mit einem Steward machte ich mit Amir. Er zeigte mir alles, schwatzte mir den Kopf voll und ich hatte bald einmal das Gefühl: «Das kannst du nicht.» Er war ein super Verkäufer. Auf der Strecke Zürich–Bern kam er in Hochform. In der ersten Klasse verkaufte er praktisch jedem Gast Kaffee und Gipfeli. Da sassen Nationalräte, Bankiers und noble Kundschaft. Er schwatzte, scherzte, kassierte und hatte stets den Überblick. Auch dann, als ich schon längst nicht mehr wusste, in welcher Richtung wir überhaupt fahren. Amir ist sehr klug und wollte unbedingt, dass ich als Schweizer zu der Firma komme, um mich auch gewerkschaftlich zu engagieren.

Lieber als keine Arbeit

Ich zögerte lange, um der Firma nach dieser Probefahrt einen positiven Bescheid zu geben. Das Wägeli (Boy) war schwer und schwer zu manövrieren. Ich war arbeitslos und hatte es satt. Bald folgte die Einführung in den neuen Job. Wir waren eine Handvoll Männer im gleichen Alter. Ich einziger Schweizer. Wir erfuhren in der Ausbildungsphase (drei Tage), was künftig unsere Aufgabe sei und lernten, den Boy fachgerecht zu beladen. Der ganze Ablauf während einer Zugfahrt ist streng vorgeschrieben. Auch welches Sprüchlein nach dem Öffnen der Türen geleiert werden sollte, übten wir nach

Reglement. «Guten Morgen, Railbar mit Kaffee, Gipfeli und Orangensaft...» Wir sahen die Bedingungen, die zu erfüllen waren, um die strengen Kontrollen auf dem Zug zu erfüllen. Wir lernten, wie man Prämien gewinnen konnte und am Abend das Inventar richtig zurück zählte.

Ich hatte nur einen Wunsch: dieses Wägeli nie anzulangen.

Doch dann übten wir zu dritt in einem Zug. Jeder musste verkaufen, die anderen schauten zu. Ich wollte meinem Kollegen helfen, den Wagen von einem Bahnwagen in den anderen zu schieben. Doch der Ausbildner hielt mich zurück: «Nachher müsst ihr es auch alleine können.» Wie recht er hatte.

Ich war arbeitslos und hatte es satt.

Als ich zum ersten Mal nach München fuhr und mit dem Team des Speisewagens zusammenarbeitete, erzählte mir die Crew ihre Lieblingsstories: Einer habe mal so genug gehabt, dass er in München den Boy einfach vom Zug gestossen habe. Dann sei er verschwunden. Durchgedreht und so.

Schwindlig

«Das ist normal», sagte mir ein Kollege von Amir, als ich mich ihm anvertraute. Nach dem ersten Arbeitstag lief ich völlig erschöpft nach Hause und ich fand meine eigene Wohnung nicht mehr. Alles schmerzte und tat weh, ich konnte mich kaum mehr bewegen. «Das ist normal», sagte der Kollege am nächsten Tag und klopfte mir auf die Schultern. Stolz stand er hinten auf dem Anhänger und fuhr los durch die Bahnhofshalle. Sah gut aus. So wollte ich auch sein.

«Kaffee, Gipfeli, ...», alles lief bald automatisch. Türe auf und Sprüchlein nach dem neuen Betriebsstandard. Als Gedächtnisstütze half der mit Folie verschweisste Guide. Dann machte ich es

auch zu Hause. Kam spät abends heim, öffnete die Türe: «Kaffee, Gipfeli!» – «Da musst du aufpassen», sagte ich mir. Legte mich ins Bett und schluchzte leise.

Nicht oft, aber es kam vor.

Hatte ich frei, musste ich ausschlafen. Uniform reinigen lassen, Haushalten und praktisch immer kam ein Telefon: «Könnten Sie nicht noch einen Dienst übernehmen?» Ich lebte einfach so dahin. Irgendwie liess ich mich einfach treiben. Vor allem von den Trieben. Da gab es Aufenthalte in München, Wien und so. In Wien ging gleich die ganze Crew zusammen im Taxi in den Ausgang. Fast ohne Schlaf mussten wir am nächsten Tag wieder zurück nach Zürich, dann nach Basel und wieder zurück nach

Zürich. Einmal war ich besonders aufgedreht. Ein junger Mann fragte mich einfach, ob ich mit ihm am Abend etwas abmache. So einfach war das.

Tag und Nacht

Die Magazinervon Elvetino waren immer sehr neugierig. Wenn ich mit ihnen auf dem kleinen Elektromobil durch die Bahnhofshalle fuhr, wollten sie immer genau wissen, was so am Abend oder in der Nacht gelaufen war. Sie waren wirklich offen und erzählten auch von ihrem Intimleben. Und ihren Sorgen. Da kam halt manchmal einfach ein Telefon von der Firma. Du musst arbeiten kommen. Ohne Wenn und Aber. Die Angst, den Job zu verlieren, wenn man absagte. Nadja arbeitete im Speisewagen und sie erzählte oft von ihren intelligenten Kindern. Einmal nahm sie ihre Tochter mit nach München. Als ich erfuhr, dass sie für diese einen Nachhilfelehrer suchte, outete ich mich als Lehrer und so wurde ich Nachhilfelehrer für Nadjas Tochter. Ich lernte die Familie näher kennen und fühlte mich irgendwie mit



ihr verbunden. Nadja war überzeugt von meinen pädagogischen Fähigkeiten und empfahl mich beim Schulleiter einer Privatschule als Fachlehrer. Langsam kam wieder mehr Licht ins Leben, ich fand wieder schrittweise Einstieg als Lehrer und merkte, wie ich von meinen Lebenserfahrungen zehren konnte. Doch der krönende Abschluss fehlte noch.

Fetzen

Wir fuhren aus Deutschland in die Schweiz. Ich ruhte mich ein bisschen aus in einem bequemen Viererabteil, als

der Zug plötzlich notbremste. Mamma mia. Da muss was Schreckliches geschehen sein. Ich wartete einfach mal ab. Der Zugchef eilte vorbei, Gesprächsfetzen schnappte ich auf und bald einmal war klar, dass wir jemanden überfahren hatten. Ich atmete tief durch und erkundigte mich, ob ich mich irgendwie behilflich machen könnte. Zog meine orange Schutzweste an und verliess den Zug, um die Polizei auf der nahen Strasse einzuweisen. Ich schaute zurück, dem Zug entlang nach hinten, in die dunkle Nacht. Es war gespenstisch ruhig. Ein paar Kleiderfetzen hingen an den

Wagen. Weit hinten musste wohl jemand liegen. Besser gesagt, Teile davon. Das ganze Team arbeitete ruhig und professionell, doch die Fahrgäste wurden langsam ungeduldig. Nach einer Stunde bekam ich die Anweisung, die Tour mit dem Boy wieder aufzunehmen, um die Gäste zu beruhigen. Manchmal schaute ich aus dem Fenster, wie draussen die Wagen mit Lampen abgeleuchtet wurden, um Reste an den Wagen zu entfernen. Die Zugsgäste konsumierten, da sie Hunger und Durst hatten. Ich machte einen wunderbaren Umsatz, doch ich war auch schockiert. Vor allem über die

Zugsgäste. Sobald sie in den Genuss von Gratiskaffee kamen, hatten sie plötzlich Durst und ich schämte mich für das, was sie so sprachen.

Ein Votum für Amir

Manchmal besuchte ich die Treffen mit den Gewerkschaftern, doch ich trat nie bei, denn ich wollte mein kleines Monatsgehalt nicht noch mit anderen teilen. Ich merkte auch bald, dass der Einfluss der Unia nicht so gross war, da die Vertreter zu wenig Einblick in die Abläufe des Betriebes hatten und von der Leitung irgendwie abgespiesen wurden. Freude hatte ich an der Boulevardzeitung «Blick», die meines Erachtens damals am ehesten auf der Seite der Buezer stand. Als an einem 1. Mai die härtesten Jobs in der Schweiz mit Bildern

beschrieben wurden, waren wir Elvetino-Mitarbeiter auch dabei. Das freute mich. Neben den Bestattungsfachleuten und Hochleitungsmonteuren. Ich hatte die Worte von Amir, meinem Lehrmeister auf dem Zug, nicht vergessen.


Noch einmal nahm ich an einer Gewerkschaftssitzung teil. Ich wollte dann doch noch ein kleines Zeichen setzen für meine Kollegen, die ich von Herzen lieb gewonnen hatte in dieser doch langen Zeit.

Nachdem alle Traktanden mit den Gewerkschaften abgehandelt worden waren, stellte ich bei der Umfrage den Antrag auf die Abstimmung über folgende Feststellung: «Wir haben kein Vertrauen in die Führung dieser Firma.» Fast einstimmig folgten sie diesem Antrag. Nur einer flippte fast aus.

Es folgten noch ein paar Einsätze, dann wechselte ich den Job und es ging wieder aufwärts. Ich meine finanziell. Doch ich sitze immer wieder gerne in den Zug, da ich gerne unterwegs bin. Zu neuen Abenteuern, zu neuen Herausforderungen.

www.spiritmind.ch



Exzellente Bioweine Küferweg 



Luis Palacios Duque: Rioja aus Rebellenhand

Drei aussergewöhnliche Rioja zum Probierpreis von Fr. 49.– statt Fr. 62.20 (+ Fr. 9.50 Porto)

Dión 2008 ein fruchtiges Vergnügen **Buradón 2006** kräftig und gehaltvoll **Padús 2004** ein Muss für Geniesser

Senden Sie mir das Probierpaket «Palacios Duque» zum Preis von Fr. 49.– statt Fr. 62.20 + Porto Fr. 9.50 (pro Kunde nur ein Probierpaket zum Probierpreis).

Name

Strasse

PLZ, Ort

Telefon

E-Mail



Weinhandlung am Küferweg Küferweg 3 | 8912 Obfelden | Telefon 043 322 60 00 |
 Fax 043 322 60 01 | weinhandlung@kueferweg.ch | www.kueferweg.ch

Weine mit Profil Küferweg 

Matthias Scheurer, VPOD Basel

«Innert 60 Sekunden aus dem Bett»



Interview: Ivo Knill

Wollten Sie auch einmal Feuerwehrmann werden?

Nein, meine Traumberufe waren andere Männerberufe: Zoowärter, Bauer oder Rheinmatrose.

Heute vertreten Sie die Feuermänner, Rettungssanitäter, Tram- und Busfahrer. Für viele Buben sind das noch immer Traumberufe. Merkt man etwas davon?

Ja, die meisten dieser Männer haben einen ausgesprochenen Berufsstolz und ein ausgeprägtes Selbstbewusstsein: Verlässlichkeit, Konstanz und Können sind Werte, die hochgehalten werden. Interessant ist, dass viele über einen anderen Beruf, den sie teilweise mehrere Jahre ausübten, zu ihrer heutigen Tätigkeit kamen. Es brauchte also einen Reifeprozess, bis sie zu ihrem Traumberuf fanden.

Die traditionellen Männerberufe sind lärmig, dreckig, staubig, körperlich anstrengend, oder?

Oh ja, in den meisten dieser Berufe gibt es ausgesprochene Berufskrankheiten durch die körperliche Belastung: Rückenleiden in der Stadtreinigung und Kehrrichtentsorgung, Schulterprobleme, Rheuma und Übergewicht im Fahrdienst. Und dann müssen Sie sich vorstellen, was es für einen 55-jährigen Feuerwehrmann bedeutet, wenn er nachts innert 60 Sekunden aus dem Bett, die Stange hinunter, in den Schutzanzug und rauf aufs Feuerwehrauto in einen ungewissen Einsatz muss! Für die Gewerkschaften sind diese Belastungen im Beruf ein zentrales Thema, und wir fordern deshalb seit Jahren und teils mit Erfolg Verkürzungen entweder der Wochen-, der Jahres- oder der Lebensarbeitszeit sowie Angebote des Arbeitgebers zu berufsspezifischen Trainings.

Was könnte der Kondukteur, der mein Billet kontrolliert, oder der Trämeler, der mich zur Arbeit fährt, für Sorgen haben?

Ihnen macht die Schichtarbeit zu schaffen: Meist wechseln die Schichten, die Freitage und die Arbeit an Wochenenden. Das führt nicht selten zu Problemen in der Familie, weil diese nach einem anderen Rhythmus als die Arbeit funktioniert. Einige steigen daher früher oder später aus dem Beruf aus, bei anderen kommt es zur Scheidung. Andere arrangieren sich oder sehen sogar Vorteile. Am einfachsten haben es die, die zum Beispiel schon aus einer Trämelerfamilie kommen und eine Partnerin haben, die auch im ÖV arbeitet. Da ist der Arbeitgeber auch bereit, die Schichten der Eltern aufeinander abzustimmen.

Die Gewerkschaft verlangte mit Erfolg die Einrichtung eines Fitnessraums für Kehrriechtmänner – wie kam es dazu?

Matthias Scheurer vertritt im VPOD Region Basel die typischen Männerberufe: Feuerwehrleute, Rettungssanitäter, Stadtgärtner, Strassenwischer, Tramführer, Buschauffeure. Er teilt den Stolz dieser Männer auf ihren Beruf.

Eine SUVA-Studie hatte gezeigt, dass es genügend Pausen, Gelegenheit zum Trinken und gezielten Muskelaufbau braucht, um in diesem Job mitzuhalten. Eine zweite Massnahme betraf die Arbeitsorganisation durch die Arbeitstrupps: Die machten sich einen Sport daraus, ihre Touren im Rekordtempo abzuspuhlen. Hier musste der Arbeitgeber darauf beharren, dass die vorgegebenen Arbeitszeiten nicht unterschritten werden. Im Detail sind die Massnahmen also ziemlich bunt und kreativ!

Neuerdings melden sich auch Frauen in typische Männerberufe. Stossen sie auf Hindernisse?

Gerade bei der Feuerwehr oder im Nahverkehr wird der Einzug von Frauen sehr geschätzt, weil sie das Betriebsklima bereichern. Es gibt, so weit ich das sehen kann, keinen Widerstand, aber doch eine gewisse Reserve und Zurückhaltung. Viele Frauen, zum Beispiel im Tram- und Busdienst, arbeiten Teilzeit. Das führt dazu, dass sie flexibler sind, sich aber auch nicht so ausgeprägt über den Beruf identifizieren und – zumindest für Gewerkschafter ein problematischer Aspekt – sich auch nicht so stark als einen Teil der ganzen Belegschaft verstehen, also schwerer organisierbar sind.

Als Gewerkschafter führen Sie Lohnverhandlungen und setzen sich für Lohngleichheit von Männern und Frauen ein. Wie sieht das im Detail aus?

Das ist ein wichtiger und sensibler Bereich: So vergleichen die Pflegefachfrauen im Kanton Baselland in ihrer derzeitigen Lohnklage ihren Lohn nicht mit dem Lohn ihrer männlichen Kollegen, sondern mit den Löhnen traditioneller Männerberufe wie zum Beispiel Polizisten, Gefangenenbetreuer oder auch Werklehrer. Dabei geht es ihnen und auch dem VPOD als verhandlungsführender Gewerkschaft nicht darum, die Männerlöhne herunterzusetzen, sondern die Löhne der Frauenberufe auf

das Niveau gleichwertiger Männerberufe anzuheben. Allerdings haben wir auch schon die Erfahrung gemacht, dass die Gegenseite versuchte, den Spiess umzudrehen und die Männerlöhne auf das Niveau der Frauenlöhne herunter zu ziehen. In sozialpartnerschaftlichen Verhandlungen kann das zu einem Problem werden, nicht aber vor Gericht: Richter und Richterinnen sind gegen solche «Unterzüge» gottseidank immun.

Und doch: In Zeiten, wo die öffentlichen Gelder knapp sind, werden Lohnverhandlungen zu Verteilungsfragen zwischen verschiedene Gruppen von Arbeitnehmern. Wer verliert, wer gewinnt?

Der Lohndruck im traditionell männlich geprägten handwerklich-industriellen Bereich besteht generell. Im traditionell weiblich besetzten Gesundheitsbereich sieht das etwas anders aus, nicht zuletzt, weil dort Personal-mangel besteht. Da im handwerklichen Bereich aber nach wie vor viel mehr Männer arbeiten, kommt es von aussen gesehen zu einer Angleichung der Löhne traditioneller Männerberufe und traditioneller Frauenberufe. Aber das ist eine grob vereinfachte Sicht. Denn auch innerhalb der «Frauenbereiche» besteht bei den schlecht bezahlten Hilfsjobs (Pflegehilfen und Pflegeassistentinnen) ein Lohndruck. Es besteht also klar die Tendenz, dass die tiefen Löhne für die Lohngerechtigkeit im mittleren Segment bezahlen. Oder anders gesagt: Der Tellerwäscher im Spital und die Putzfrau im Verwaltungsgebäude bezahlen die besseren Löhne von Pflegefachfrauen und Kindergärtnerinnen mit.

Gibt es Abwehrreflexe auf Gleichstellungsforderungen?

Die Arbeitnehmenden, die ich vertrete, sehen sehr wohl, dass der Lohndruck von der Arbeitgeberseite kommt. Andererseits leben und handeln sie häufig in traditionellen Rollenbildern und dort ist der Spielraum für Teilzeit-Modelle sehr

klein. Sie reagieren daher mit Abwehr auf Flexibilisierungen und den Abbau beruflicher und familiärer Rollenbilder.

Was müsste man tun, um Männer zu gewinnen? Müsste sich die Gewerkschaft vermehrt für eine Stärkung der Männer einsetzen, indem sie beispielsweise Elternzeit für Väter einfordert?

Ich denke, es ist notwendig, die Männer für neue Rollenbilder und ihre Chancen zu gewinnen. Es kann nicht genügen, dass man die alten Bilder abbaut – man muss auch neue Bilder aufbauen. Hier müssen sich auch die Gewerkschaften einklinken, wobei man nicht vergessen darf, dass wir nicht eine Partei, sondern ein Schutzverband sind. Unser Kerngeschäft liegt bei der Verteidigung und Verbesserung der Löhne und der Arbeitsbedingungen. Darin hat aber die Forderung nach Elternzeit absolut Platz. Sie steht allerdings neben anderen Forderungen wie Verkürzung der Wochen-, Jahres- und/oder Lebensarbeitszeit, Lohngleichheit von Frau und Mann, Verbesserung des Kündigungsschutzes bei Krankheit und Unfall. In dieser Forderungsliste steht die Elternzeit noch eher unten, das heisst sie muss sich nach oben kämpfen. Ein gutes Mittel dafür wäre beispielsweise eine entsprechende Volksinitiative, die von Gewerkschaften mit unterstützt wird und damit den innergewerkschaftlichen Diskurs antreibt und belebt.

Foto Ivo Knill

Matthias Scheurer, 57, ist Regionalsekretär beim VPOD Region Basel. Vorher war er Tierarzt, Biobauer und Verbandssekretär bei Bio Suisse.

Der VPOD vertritt gesamtschweizerisch als Gewerkschaft typische Männerberufe: 600 Mitglieder in Blaulichtberufen (Feuerwehr etc.), 1200 Mitglieder in Entsorgung und Versorgung (Kehricht, Strom, Wasser), 1100 Mitglieder in Bau- und Forstberufen (Strassen, Wald, Garten): 2700 Mitglieder im Nahverkehr (Tram, Bus, ohne Eisenbahn).

ABS statt UBS

«Ich arbeite bei einer Bank»



Die Männerzeitung hat einen Banker gefunden, der seinen Beruf mit Stolz ausführt: Rico Kessler arbeitet bei der Alternativen Bank ABS. Er ist überzeugt davon, dass eine Bank Gutes tun kann und stellt für einmal die unangenehmen Fragen an uns, die kleinen Abzocker.

Rico Kessler

Früher habe ich im Naturschutz gearbeitet. Habe mich für Landschaften und Wildtiere eingesetzt. Was gibt es Wichtigeres? Schliesslich ist die Natur die Lebensgrundlage von uns allen. Ich habe gelernt: Alle mögen Tierfilme im TV, nur wenige kennen mehr als fünf Vogelstimmen. Die greifbare, uns umgebende Natur ist weit weg von vielen Köpfen und Herzen. Seit zwei Jahren arbeite ich nun also bei einer Bank und habe mit Geld zu tun. Was gibt es Virtuelleres als Geld? Zahlen im Computer, gespeicherte Daten auf Plastikkärtchen, ein paar

Metall- und Papierstücke im Hosensack. Ich habe gelernt: Zu Geld haben alle eine enge Beziehung, ein Verhältnis. Geld ist in allen Köpfen und in vielen Herzen.

Sterbende Banken beherrschen die Schlagzeilen. Aussterbende Tierarten nicht

Dieser völlig unangemessene Stellenwert des Geldes, dieser Fetisch- und Machtcharakter interessiert mich. Unter anderem deshalb arbeite ich bei der Bank. Hier erlebe ich im Arbeitsalltag die Wechselbeziehungen zwischen dem Menschen und seinem Geld in vielen Spielarten. Das geht von der Verständlichkeit eines Kontoeröffnungstextes über Fragen der internen Lohngerechtigkeit bis zur moralischen Frage, ob unsere Bank mit gutem Gewissen Aktienfonds empfehlen kann.

Geld ist praktisch. Im Austausch gegen ein verhältnismässig wertloses Stück Papier kann ich zum Beispiel ein kostbares Bio-Brot erhalten. Ich brauche dafür

nicht – sagen wir – fünf Bretter oder zehn Ziegelsteine anzuschleppen. Geld ist also ein Glaubensgegenstand. Der Bäcker gibt mir sein Brot, weil er daran glaubt, dass er für mein Stück Papier wieder etwas Wertvolles erhalten wird. Bretter zum Beispiel.

Geld scheint autosexuell, männlich und blutig

Es vermehrt sich ohne befruchtenden Austausch. Das war nicht immer so. Einst war es dem guten Christen verboten, Zinsen zu nehmen (der Christin auch, aber die wurde in der Regel vom Geld ferngehalten). Später wurde die Geldvermehrung durch die Verbindung mit einer real existierenden, endlichen Menge eines glänzenden Metalls beschränkt. Heute scheint die Möglichkeit der Geldvermehrung unendlich.

Geld ist männlich und trägt Krawatte. Oder wer hat an all diesen Generalversammlungen, Bilanzpressekonferenzen, Expertenhearings, Börsenberichterstattungen schon mehr als ein, zwei Alibi-Frauen gesichtet?

Am Geld klebt Blut und Zerstörung. Genauer gesagt am Preisschild. Wenn das T-Shirt nur 9.90 Franken kostet, bezahlen den Rest des Preises die ausgebeuteten pakistanischen Textilarbeiterinnen und die ausgelagten Böden der Baumwollfelder.

Was heute als «Finanzkrise» die Welt beschäftigt, ist eine Facette menschlichen Denkens und Handelns, die nicht neu ist. Ob Urwälder in Sojaplantagen verwandelt werden, Alpentäler in Resorts, Menschen in Human Resources oder eben profitable Banken in Sanierungsfälle – kurzfristige, kurzsichtige Profitmaximierung allenthalben. Mit kräftiger medialer Unterstützung jagen wir jetzt Sündenböcke. Wir verfluchen diejenigen, die spekulative Renditen von 20 Prozent versprochen haben. Und bemitleiden die, die daran gerne geglaubt haben. Oder die, die im Nebenbüro sassen und von allem nichts gewusst haben wollen.

Geld tut Gutes

Achtung, ich mache jetzt Werbung in eigener Sache: Die Lektüre der jährlich veröffentlichten ABS-Kreditliste ist ein Streifzug durch bunte, mutige, nützliche Projekte. Hier liegt ja der ursprüngliche Sinn einer Bank: Sie nimmt Geld von Menschen entgegen, die dieses Geld gerade nicht benötigen. Sie gibt dieses Geld weiter an andere Menschen, die Geld brauchen. Die Kreditnehmenden bezahlen für diese Dienstleistung einen Zins auf dem ausgeliehenen Kapital. Die Geldgebenden erhalten davon den grösseren Teil als Gutschrift. Den Rest behält die Bank als Gebühr dafür, dass sie Vermittlungsdienste leistet und Risiken übernimmt.

Ich und mein Geld

Gewiss, es braucht Massnahmen auf der realpolitischen Ebene. Es ist paradox, dass

ich selbst für mein Velo eine Haftpflichtversicherung brauche, während daneben die neoliberalisierte internationale Finanzwirtschaft ungestraft Millionen Menschen ins Elend stürzt. Es dürfte auch nicht sein, dass die Schweizer Regierung mit Milliardensummen den Neustart dieses Systems versucht, das für die Zukunft nicht taugt. Doch in einem kleinen Land, wo der Finanzminister und der Präsident der Bankenaufsicht ehemalige Mitarbeiter der grössten Bank im Staate sind, kommen originelle gesellschaftliche Veränderungen selten von oben. Aber von unten könnten sie kommen. Nämlich dann, wenn die belanglose Boni-Polemik einer umfassenderen Betrachtung weicht. Diese beginnt am besten bei mir selbst: Renne ich einem Maximalprofit nach? Wie viel Geld habe ich? Und wie viel brauche ich? Wieviel verprasse ich? Wo genau treibt sich mein Geld herum?

Verdiene ich, was ich verdiene? Warum verdienen andere weniger oder mehr? Habe ich schon einmal bedingungslos tausend Franken verschenkt? Warum oder warum nicht? Was würde ich arbeiten, wenn mein Einkommen nicht von der Arbeit abhängig wäre?

Welche Fragen fallen Ihnen noch ein? Und welche Antworten? Und welche persönlichen Konsequenzen aus den Antworten?

Foto zVg

Rico Kessler, 47, ist Historiker/Politologe. Seit 2006 arbeitet er bei der Alternativen Bank ABS, seit 2008 ist er auch Personalvertreter im Verwaltungsrat der Bank. Rico Kessler ist zu 70 % angestellt. Er lebt mit seiner Partnerin und zwei Söhnen (7 und 9 Jahre alt) auf einem eigenen kleinen Bio-Hof im Baselbiet.

www.abs.ch

Drei Fragen an den Autor:

Die ABS, der Sie angehören, versteht sich als ehrliche Bank: Was macht sie richtig?

Richtig ist der Grundsatz, auf Gewinnmaximierung zu verzichten. Wir arbeiten nach dem Kostendeckungsprinzip. Richtig ist auch die Transparenz. Als einzige Bank der Schweiz veröffentlichen wir alle Kreditbeträge mit dem Namen der Kreditnehmenden und dem Zweck des Kredites. Unsere Kundschaft kann also nachprüfen, was mit ihrem Geld geschieht. Wichtig und richtig ist auch, dass die ABS gegen innen und gegen aussen ihre Werthaltung immer wieder kritisch hinterfragt, entwickelt und stärkt.

Spüren Sie einen Aufwind an Kundengeldern?

Ja, wir gewinnen zurzeit deutlich mehr Neukundschaft als vor der Finanzkrise und pflegen heute Beziehungen zu rund 22'000 Kundinnen und Kunden. Auch die Kreditnachfrage ist weiterhin rege. Das freut mich sehr, weil unser Wachstum zeigt, dass mehr Menschen umfassende Verantwortung für ihr Geld übernehmen wollen.

In der Schweiz sind es die kleinen und mittleren Unternehmen, die auf Geldfluss und Kredite angewiesen sind. Wie spüren sie die Krise? Wer tut etwas für sie?

Für die ABS ist die Antwort klar. Wir wollen in der Realwirtschaft tätig sein und einen maximalen Anteil des uns anvertrauten Geldes in Kredite fliessen lassen. Wir gewähren also gerne KMU-Kredite. In neun Förderbereichen tun wir dies sogar zu besonders günstigen Konditionen. Voraussetzung für einen ABS-Kredit ist die Vereinbarkeit mit unseren ethischen Prinzipien und die positive Beurteilung gemäss banküblichen wirtschaftlichen Kriterien. Für junge Unternehmen, die uns zwar sehr gefallen, die aber nach banküblichen Kriterien noch nicht über die nötigen Sicherheiten für einen Kredit verfügen, haben wir einen Innovationsfonds gebildet. Dieser hilft mit Darlehen oder Beteiligungen solchen Unternehmen auf die Beine.

Fritz Aeschlimann, Schreinermeister

«Karriere ist, wenn Beziehungen halten»

Fritz Aeschlimann hat sich vor 20 Jahren selbständig gemacht. Heute, mit 51 Jahren, ist er Besitzer einer Schreinerei in Illiswil bei Bern mit durchschnittlich 5 bis 6 Angestellten. Als diplomierter Schreinermeister bildet er in seinem Betrieb stets zwei Lehrlinge aus. Er ist Vater von drei Kindern.

Benjamin Spycher

Unscheinbar steht das Landhaus am Ausgang von Illiswil. Nichts ausser einem weissen Lieferwagen mit der Aufschrift Raum und Holz deutet auf eine Schreinerei hin. Mit 50 Kilometern pro Stunde fährt man hier schon zu schnell, um die behäbige Landschaft wahrzunehmen – man rast in die Zeitlosigkeit der bernischen Landschaft. An dieser Zeitengrenze zwischen der unternehmerischen Tätigkeit eines Dorfes und der idyllischen Ruhe ländlicher Gebiete versteckt sich hinter dem weissen Mercedes Benz Sprinter der unscheinbare Eingang. Durch die staubigen Fenster der alten Türe blickt man in das Herz einer Schreinerei, wo raue Natur in modernes Holz verwandelt wird.

Warum nicht Hausmann?

Fritz Aeschlimann streicht sich über die feinen, grauen Stoppeln und blickt an die Decke seines hellen Büros. Für einen Vater von drei Kindern – heutzutage fast eine Grossfamilie, wie Aeschlimann meint – scheint ihm das eine berechtigte Frage. Seine Frau arbeitet heute wieder als Lehrerin, nachdem sie die Kinder grossgezogen hat. Die jüngere Tochter ist fünfzehn, der Sohn einundzwanzig und die ältere Tochter dreinundzwanzig Jahre alt. «Ich bin mit der Familie auch ein Hausmann geworden, aber nicht ein ganzer», meint er schliesslich. Für das Ehepaar war es selbstverständlich, dass sich die Mutter um die Kinder kümmert. Diese Arbeitsteilung führte jedoch

dazu, dass der Vater zu wenig Zeit mit den Kindern verbringen konnte: Als er am Morgen das Haus verliess, schliefen die Kinder noch. Am Abend waren sie schon wieder müde. «Da musste sich etwas ändern.» Um die Kinder mehr geniessen zu können, haben Aeschlimanns den Wohnort in die Nähe der Schreinerei verlegt. Die Familie konnte gemeinsam zu Mittag essen und die Kinder besuchten ihren Vater am Arbeitsplatz. Heute – mit Kindern, die junge Erwachsene sind – wohnen Aeschlimanns in der Stadt.

Das Gespräch wird von den nur noch ganz fein ins Büro dringenden Geräuschen der Arbeitsmaschinen begleitet. In der Werkstatt werden soeben Holzplatten gehobelt, die für einen Wind- und Sichtschutz bestimmt sind. Draussen vor der Tür zum Büro grasen Kühe. Durch den Türspalt weht eine frische Frühlingsbrise. An einem Haken hängt ein blauer Arbeitsanzug. Als Zuhörer merkt man, dass Aeschlimann sich wohl fühlt in seiner Arbeitswelt. Vielleicht fällt es ihm deshalb schwer, Teilzeit zu arbeiten, sprich: sich einen freien Morgen zu gönnen, wie es ihm ein Freund geraten hat. Es ist ein Wunsch, den sich Aeschlimann demnächst zu erfüllen hofft. Seine Funktion als Hauptverantwortlicher lässt eine Teilzeitarbeit nur schwer zu: Das Einarbeiten von neuen Mitarbeitern und das Akquirieren von Aufträgen sind Prozesse, die seine Anwesenheit erfordern. Seinen Mitarbeitern würde er Teilzeitarbeit ermöglichen, jedoch nur in der Werkstatt. Die Arbeit vor Ort bei Kunden lässt diese Arbeitsweise nicht zu. Dort müssen die Aufträge von den gleichen Personen begonnen und beendet werden.

Karriere, die aufs Ganze geht

In der Schreinerei schiebt der Lehrling das nächste Holz über den Hobel. Später wird Fritz Aeschlimann an der gleichen Stelle mit strahlendem Gesicht







zwei Bretter in die Hand nehmen und die Funktionsweise der beweglichen Holzteile eines Windschutzes erklären. Es ist diese Arbeit, die er am liebsten macht: Aufträge akquirieren und im Gespräch mit Kunden Ideen entwickeln. Ideen, die sein Geschäft weitergebracht haben. «Karriere ist für mich, wenn Beziehungen halten.» Diese Antwort gibt Aeschlimann auf die Frage, ob man sowohl Karriere machen als auch eine glückliche Familie haben kann – und er gibt damit eine Antwort für das berufliche, aber auch für das familiäre Umfeld. Für das Geschäft ist keine Werbung mehr nötig, die läuft von Mund zu Mund. Für die familiäre Beziehung ist es wichtig, dass immer ein Elternteil zu Hause ist – auch wenn die Kinder schon selbständig sind. Aeschlimann verbringt den Mittag stets zu Hause, trotz der Viertelstunde pro Arbeitsweg. Dort kann er die Ruhe genießen und manchmal gemeinsam mit

seiner Frau kochen. Arbeitenden Vätern empfiehlt Herr Aeschlimann, sich mehr Zeit für die Kinder zu nehmen. «Die Zeit vergeht einfach zu schnell. Trotzdem staune ich, was ich alles mit den Kindern unternommen habe. Obwohl es irgendwie nebenher lief, war der Bezug sehr intensiv.» Auch heute ist die Beziehung noch sehr stark. Immer wieder gibt es «familiäre Projekte», zum Beispiel dann, wenn die Kinder Hilfe der Eltern benötigen. Momentan baut der Vater mit dem Sohn dessen Zimmer aus.

Bäume und Menschen

Wenn Aeschlimann in die Werkstatt tritt, so tut er dies als Lehrmeister und nicht als Vater. Die soziale Erziehung müsse von den Eltern kommen, in der Werkstatt konzentrierte er sich auf die Ausbildung der Lehrlinge zum Schreiner – und da sei er sehr streng. Am meisten Einfluss nähmen jedoch die

Mitarbeiter, da sie stets in der Werkstatt seien. Streng heisst aber nicht distanziert. Fritz Aeschlimann lächelt, erkundigt sich nach der Arbeit und legt dort Hand an, wo es nötig ist. Ein Lehrling befestigt soeben einen Auffangsack am Rohr des Abzug-Gebläses. «Das ist eine der mühsamsten Arbeiten», erklärt Aeschlimann. Unauffällig kontrolliert er die neben dem Hobel gestapelten Bretter. Obwohl viel Arbeit wartet, genießt Herr Aeschlimann das Treffen mit dem Journalisten. Er muss aus einem Holz geschnitzt sein, das der Zeit trotzt. Und so nennt er auch – aufgefordert, sich mit einem Holz zu vergleichen – den Nussbaum. Das durch die Maserung stark strukturierte Innenleben passe zu ihm. «Und die Früchte, die er trägt, muss man zuerst knacken.»

Benjamin Spycher, 29, ist Redaktionsmitglied der Männerzeitung.

Peter Gifford, Patron der Bikinis

Wenig Stoff, viel Unternehmer

Peter Gifford ist Zimmermann, Musiker und Patron von wickedweasel.com. Er hält nicht viel von Hochglanzmodels und näht seine Bikinis für ‚echte‘ Frauen.

Interview: Sam Krieg

Als Bassist bei Midnight Oil war er mitverantwortlich für einige der erfolgreichsten Alben der Band. Nachdem er die Band verlassen hatte, begann er für seine damalige Freundin Bikinis zu nähen, da die Massenware ab Stange einfach nicht sexy genug war, um ihr gerecht zu werden. Seine Nähkunst wurde bald zum Selbstläufer, und nachdem er sich das Programmieren der damals noch neuen Websites beigebracht hatte, ging

wickedweasel.com online. Am 24. Juni 1999 verkaufte er seinen ersten Bikini über das Internet und inzwischen ist wickedweasel.com der Marktführer für sexy Bademode und Unterwäsche mit über 100'000 Besuchern pro Tag.

Peter produziert in Australien, da er es vorzieht, ein zufriedenes Team zu haben und gute Löhne zu bezahlen statt wie das Gros in Schwellenländern am Fliessband zu produzieren. Seine Kundinnen sind auch seine Models, die er selber am Strand von Byron Bay fotografiert.

Wie bist du zum Bikinigeschäft gekommen?

Als junger Bursche habe ich mit der Nähmaschine meiner Mutter herumgespielt und aus Stoffresten kleine Sachen

zusammengenäht. Als ich von Zuhause auszog, nahm ich die alte schwarze Singer Nähmaschine mit, mit welcher ich dann Jeanshosen kürzte und andere kleine Flickarbeiten erledigte. 1981 ging ich in die Badeferien mit meiner Freundin Robin, die immer in ihren Slips badete, da sie partout keinen Bikini fand, der ihr gefiel. Die damals aktuelle Bademode reichte weit über die Hüften, aber sie wollte ein tiefer sitzendes Bikinihöschen, im Stil der heutigen Mode. Da ich es nicht schaffte, etwas Passendes zu finden, wagte ich den Versuch, ihr selber einen Bikini zu nähen.

Nach einigen Tagen und etlichen Versuchen mit Stoffresten gelang es mir, ihr aus einem Rest ihres Lieblingsrocks, den wir vorher zu einem Mini gekürzt hat-



ten, einen Schnür-Bikini zu nähen. Es war ein leichter, nicht elastischer dunkler Dschungelblumenstoff, dessen Ränder und Bänder ich mit roter Baumwolle einfasste. Der Bikini war dermassen zierlich, dass er beinahe in eine Zigraettenschachtel gepasst hätte, aber an ihrer grazilen Figur sah er wie ein normaler, wenn auch etwas knapper Hüftbikini aus. Sie liebte ihn und wir hatten dank meinen Nähkünsten sehr viel Spass zusammen.

Nachdem ich anfangs Neunziger die Musikindustrie verlassen hatte, begann ich wieder Bikinis zu nähen, was sich schnell vom Hobby zum Geschäft verwandelte. Einige Jahre später entstand daraus die Marke Wicked Weasel und mit der Lancierung der Website von wickedweasel.com ging es ab 1999 so richtig los.

Welche Kunden sind dir im Allgemeinen am liebsten?

Mir gefällt es, wenn ich Paare im Shop sehe, die darüber diskutieren, wie viel Unruhe sie mit dem einen oder andern Bikini werden stiften können, wahrscheinlich weil es mich an die Zeit mit meiner schelmischen Freundin Michelle erinnert. Einmal wurde sie von einem schwulen Coiffeur im Zorn ein ‚wicked weasel‘ genannt, was fortan ihr Spitzname war und später passte, um meine neue Bikinifirma nach ihr zu benennen. Die meisten Wicked-Weasel-Produkte werden online verkauft, aber wir sehen immer wieder, dass Männer ihren Freundinnen ein Geschenk bei uns kaufen und sie danach überreden müssen es tatsächlich zu tragen. Glücklicherweise schätzen die meisten Frauen schon bald die Vorzüge von Wicked Weasel und viele werden danach zu treuen Kundinnen.

Während die meisten Firmen im Bekleidungssektor in Schwellenländern produzieren, werden alle deine Produkte in Australien hergestellt. Zufall oder Engagement?

Ich habe die Verlegung der Firma ins Ausland in Betracht gezogen, hauptsäch-

lich um die persönliche und geschäftliche Belastung zu reduzieren. Ich bin eher ein leidenschaftlicher denn rationaler Mensch und es ist ärgerlich, sich mit den immer neuen und zusätzlichen Regulierungen und Steuern herumschlagen zu müssen, die dem australischen Gewerbe aufgebürdet werden.

In den Anfangstagen war es mein Ziel als Unternehmer, zu beweisen dass es möglich ist, in der verarbeitenden Industrie in Australien eine profitable und sozial verantwortliche Firma zu leiten. Über die Jahre verstand ich, dass Sozialpolitik nicht Sache der Unternehmen ist, aber positive soziale Ergebnisse resultieren, wenn das Geschäft erfolgreich ist und man den Arbeitnehmern eine Vollzeitbeschäftigung und bei einer Produktivitätssteigerung höhere Löhne bieten kann.

Wie hast du's mit dem Profit?

Profitabel zu sein heisst nicht immer eine Produktionsumgebung zu finden, wo die Lohnkosten am tiefsten sind. Meine Breitling zeigt die Zeit nicht besser an als eine billige Digitaluhr oder eine Fälschung, aber ich habe den Aufpreis gerne bezahlt, um einen Teil der Schweizer Uhrengeschichte zu besitzen und im Club aufgenommen zu werden. Wicked Weasel ist eine ähnliche Premiummarke, der billige Massenproduktion nicht gut stehen würde.

Bedauerlicherweise ist die aktuelle Australische (Arbeiterpartei) Regierung äusserst wirtschaftsfeindlich und sich der Bedeutung der Vermögensbildung als Grundlage für die Erhöhung des Lebensstandards nicht bewusst. Die Unternehmenskosten werden durch diese politische Linie – der Einführung von Ökosteuern und benachteiligenden und einmischenden Arbeitsgesetzen – wieder einmal steigen. Wir haben wahrscheinlich keine andere Wahl als zu verkaufen oder wegzuziehen – ausser natürlich wir würden es vorziehen, als Staatsklaven zu dienen.

Alle reden von Veränderung ‚change‘ – was würdest du ändern?

Die Regierung sollte wieder an ihre ursprüngliche Stelle als Diener des Volkes zurückbeordert werden und nichts weiter tun, als Sicherheit zu bieten, die Rechtsstaatlichkeit durchzusetzen, Eigentumsrechte zu erhalten und freien Handel zu erlauben. Und genauso wie wir Kirche und Staat trennen, sollten wir den Staat von seinem Monopol der Versorgung und Regelung des Geldes trennen. Jahre der von den Regierungen geschaffenen Kreditausweitungen und der politischen Manipulation der Zinssätze hat die massiven Probleme verursacht, mit denen wir uns derzeit konfrontiert sehen.

Es ist unwahrscheinlich, dass wir weniger staatliche Einmischung in unser Leben haben werden, aber vielleicht werden sich die westlichen Regierungen schon bald gezwungen sehen, ihre Druckmaschinen aufzugeben, da das globale Finanzsystem, das auf masslos hergestelltem und zunehmend auch wertlosem US-Staatspapier beruht, in naher Zukunft zum Stillstand kommt.

Wie fühlst du dich als (fast) einziger Mann unter Frauen?

Auf der Beziehungsebene bin ich ein hoffnungsloser Fall und infolge dessen noch Junggeselle. Aber mit einer vorwiegend weiblichen Belegschaft zusammenarbeiten zu können ist lohnenswert, da ich ihre Gesellschaft geniessen kann, ohne mich in private Schwierigkeiten zu verstricken. Leider hat es mir in keiner Weise geholfen sie besser zu verstehen, und ich kriege immer noch Herzklopfen, nur ohne die Vorteile.

Was treibt dich an?

Der Wunsch, immer etwas Neues zu schaffen und einen positiven Beitrag durch Kreativität, Innovation und Veränderung zu leisten. Girls in Bikinis ansehen zu können ist natürlich auch nicht übel.

Fotos Peter Gifford



Das Wickedweaselteam 04 mit Peter Gifford und Wicked Weasel Produkte.



Der Mechaniker als Hausmann

«Zeit für Kinder»

Christoph Wetter ist gelernter Landmaschinenmechaniker und wirkt seit 15 Jahren als Hausmann und selbständiger Allrounder. Ein Tag in seinem Leben.

Susanne Hänni

Mit Ruhe in den Tag

Um sechs Uhr steht Christoph morgens auf. Er ist Hausmann und nimmt sich die Zeit, in Ruhe den Tag vorzubereiten und über sich und die Welt nachzudenken. Eine halbe Stunde später weckt er Tochter Noemi und macht das Frühstück für die Familie. Seiner Frau Ruth serviert er das Frühstück täglich exklusiv ans Bett. Diese Gewohnheit hat sich so eingespielt, als sie schwanger war und nur schwer aufstehen konnte. Christoph lacht: «Das ist vielleicht das Privileg der Frau eines Hausmannes. Ich mach ja sowieso alles bereit, da kann ich es auch noch schnell rüber bringen.»

Kurz vor sieben Uhr kommt als letzter der elfjährige Simeon zum Frühstück. Nun braucht es noch einen Znüni für die beiden Kinder und einen Mittagslunch für Frau Ruth. Um halb acht sind alle aus dem Haus. Zeit, um noch kurz die Pflanzen zu giessen oder Wäsche aufzuhängen und ans Mittagessen zu denken.

Allrounder in der Kinderpause

Von acht Uhr bis etwa halb zwölf ist Christoph als Allrounder und Handwerker unterwegs. Der gelernte Landmaschinenmechaniker und langjährige Betriebsmechaniker in einer Grossbäckerei ist Fachmann für fast alle Arbeiten im und ums Haus. Er macht elektrische Reparaturen, schneidet Bäume, räumt Häuser, isoliert da einen Dachstock oder legt dort eine Wasserleitung. Zusätzlich ist Christoph in seiner Kirchengemeinde, im Quartier, im Schulhaus seiner Frau ehrenamtlich als Mann mit vielen Fähigkeiten tätig. Angefangen hat er mit kleinen Handwerksarbeiten für Freunde und Nachbarn, die er an sei-

nem freien Tag, dem Mittwoch, erledigte. Schnell hat sich sein Talent herumgesprochen und er konnte die Arbeiten mit dem Grösserwerden der Kinder auf inzwischen 10-15 Stunden pro Woche ausbauen. Seit Christoph Hausmann ist, hat er das Privileg, dass die Kinder jeweils am Mittwoch bei Tageseltern betreut sind und er so «frei» hat. Er bezeichnet heute diesen «freien» Tag (an dem er auswärts selbständig erwerbstätig ist) als «genialen Schachzug», den er jedem Hausmann und jeder Hausfrau nur empfehlen könne.

Seine Handwerkerereinsätze geniesst Christoph, weil er hier seine Talente richtig ausleben, etwas mit den Händen tun und auch einmal kreativ sein kann. Für einmal bestimmt die Lust und nicht die Notwendigkeit. Zudem hat es für ihn etwas Befriedigendes, eine Rechnung zu schreiben: «Nicht wegen des Geldes, sondern weil eine Rechnung einem zeigt, was man geleistet hat. Es sagt jemand Danke und man erhält Wertschätzung für die geleistete Arbeit. Wenn man zu Hause Kindern fünfmal sagt, sie sollen ihre Schuhe wegräumen, dann bedanken sie sich nicht dafür.»

Hüte und Teller

Es ist halb zwölf, Zeit zum Einkaufen. Die Frage «Was koche ich heute?» muss nun definitiv beantwortet werden. Christoph: «Das ist für mich ein Stress. Kochen ist nicht meine Passion. Wenn ich eine Umfrage mache, dann heisst es: nicht immer dasselbe. Aber was es zu essen geben soll, darüber werden sie sich auch nicht einig. Meine Frau möchte gesundes Essen, die Kinder am liebsten Hamburger oder Chicken Nuggets. Und macht man dann ein Wunschmenu, dann passt ihnen auch wieder etwas nicht. Das ist einfach nicht alles unter einen Hut, beziehungsweise auf einen Teller zu bringen!»

Nachmittagsgänge

Christoph leistet mit sechs Tagen Morgendienst, kochen, waschen, Handwerkereinsatz und der Kinderbetreuung

schon locker ein 40-Stunden-Wochenpensum. Nachmittags könnte er sich eigentlich frei nehmen. Tatsächlich reserviert er ihn für Dinge wie Besorgungen mit den Kindern, Arztbesuche, Hausaufgabenunterstützung und den Garten.

Als die Kinder noch klein waren, war er nachmittags oft mit ihnen unterwegs. Anfangs, als er mit der kleinen Noemi im Park spazieren ging, da konnte er nicht einfach eine andere Mutter ansprechen, das wäre wohl missverstanden worden, zumal Hausmänner vor fünfzehn Jahren noch etwas Ungewohntes waren. Christoph hat sich beim Spielwagen der Pro Juventute engagiert. Das ist ein Wagen, der im Park steht und bei dem zu den Öffnungszeiten Spielsachen verliehen werden. Auf diese Weise gewöhnten sich die Mütter schnell an den Hausmann. Bald lud man sich gegenseitig zu Kaffee und Gipfeli ein und diskutierte gemeinsam über Lust und Frust der Hausarbeit. Auch heute noch hat Christoph mehr Freundinnen als Freunde. Sie verstehen, was Kinder erziehen bedeutet und wovon er spricht, wenn er von seinen Sorgen und Freuden als Hausmann erzählt.

Christoph: «Den Wert dieser Zeit zu Hause und was es braucht, bis Kinder beispielsweise mithelfen und ihre Dinge selbständig wegräumen, dies verstehen eigentlich nur diejenigen, die das auch selbst erlebt haben. Ob man am Sonntag einfach sieht, dass das Kind jetzt laufen kann oder ob man selbst miterlebt, wie es immer und immer wieder probiert, Frust überwindet, sich trösten lässt, nochmals versucht, bis es das endlich schafft, das sind zwei ganz verschiedene Dinge.»

Auch heute noch erfüllt es ihn mit Stolz, zu sehen, wie die Kinder sich immer wieder neue Gebiete und Freiheiten erobern und das gut machen. Er unterstützt sie dabei. Dies unterscheidet Christoph als Mann von seinen ‚Berufkolleginnen‘, den Hausfrauen. Frauen sind in ihrer Art vorsichtig oder gar ängstlich. Christoph: «Als die Kinder klein waren, da habe ich sie ausprobieren und ihre Erfahrungen sam-

meln lassen. Noemi stieg als Dreikäsehoch ganz alleine zuoberst aufs Klettergerüst. Manch eine Mutter wäre wohl in Panik geraten und hätte sie da herunter geholt. Ich hatte nicht einmal Angst, dass sie herunterfallen würde. Sie hielt sich gut fest und ich war stolz auf sie. Heute sind es andere Dinge. Kürzlich flog Noemi alleine mit einer Freundin nach London. Das musste sie sich bei uns Eltern erkämpfen – finanziell und ideell. Danach kam sie übergücklich nach Hause, so happy hatte ich sie schon lange nicht mehr gesehen. Bei solchen Vorhaben sehe ich nicht zuerst die Schwierigkeiten, sondern die Möglichkeiten.»

Der Schuh, der Föhn, die Zeit

Kurz vor fünf Uhr installiert sich Christoph in der Küche, um sechs Uhr gibt es Abendessen. Nach dem Essen hätten er und seine Frau jeweils gerne eine Viertelstunde für sich gehabt, doch das klappt eigentlich nie. Christoph: «Ich weiss eigentlich auch nicht genau, woran das liegt. Entweder es funktioniert mit dem Abräumen nicht, wie abgemacht, es muss noch etwas aufgeräumt werden oder Noemi will weg und wir müssen diskutieren, wann sie wieder zu Hause sein muss. Irgend etwas kommt immer dazwischen. Das ist das Verflixte bei der Haus- und Familienarbeit: Die Zeit verfliegt und im Nachhinein weiss man nie genau, wofür man sie gebraucht hat. Früher, da ging es darum, Zeit zu haben um zuzusehen, wie sich die Kleinen die Schuhe selbst binden oder ihnen nach dem Einkaufen die Hand zu halten, damit sie auf dem Heimweg über jede Mauer balancieren konnten. Heute geht es um Dinge, die nicht weggeräumt oder erledigt wurden. Zum Beispiel wenn Simeon seine Schuhe mitten im Gang stehen lässt oder Noemi den Föhn nicht wegräumt. Ihr den Föhn auf das Bett zu legen oder Simeon fünfmal aufzufordern, seine Schuhe korrekt zu verstauen, das braucht Zeit. Es schnell selbst zu erledigen ginge viel schneller. Das ist Zeit, die man für Kinder braucht, Zeit, in der man



ihnen seine Aufmerksamkeit schenkt. Es braucht sie und doch wird sie nicht als Arbeit wahrgenommen.»

Ich würde es wieder machen

Nach acht Uhr wird es dann langsam ruhiger im Haus und jeder geht seiner eigenen Beschäftigung nach. Simeon liest in seinem Zimmer noch etwas, bevor er schlafen geht, Noemi macht Aufgaben, ist am PC oder geht weg. Vor dem Schlafengehen ist die Zeit, in der Christoph und Ruth in Ruhe die nächsten Tage oder die Ferien planen. Manchmal gibt es Dinge, die die Kinder beschäftigen

und über die sie vor dem Schlafengehen noch reden möchten. Nach zehn Uhr gehen dann in der Regel die Lichter aus im Hause.

Christoph meint rückblickend: «Wenn ich bloss angestellter Handwerker wäre, hätte ich weniger Abwechslung und weniger Zeit für Zwischenmenschliches. Ich würde mich wieder für Hausmann entscheiden.»

Foto zVg

Susanne Hänni ist Präsidentin der Hausfrauen- und Hausmännergewerkschaft.

www.hausmaennergewerkschaft.ch

Vätertag

Unter dem Motto «Aus 365 Gründen» findet der Schweizer Vätertag am 7. Juni 2009 zum dritten Mal statt.

Frisch und lebendig bringt er Wertschätzung für alltagsnahes väterliches Engagement zum Ausdruck. Der Vätertag motiviert zur Auseinandersetzung mit chancengleichen Rollenmodellen und thematisiert die Herausforderungen rund um den Interessenausgleich von Berufs- und Familienarbeit. Der Vätertag stösst eine respekt- und lustvolle Auseinandersetzung mit dem Vatersein in einer Zeit des rasanten Wandels der Lebens- und Familienformen an, in welcher ein gesundheitsförderliches Gleichgewicht beruflicher und familiärer Aufgaben mehr und mehr auch für Männer zu einer zentralen Lebensfrage geworden ist. Ausgehend vom einzelnen Vater als Privatmann, rückt auf kollektiver Ebene das Vatersein als gesellschaftliche Herausforderung ins Zentrum. Auch in diesem Jahr ist im Vorfeld des Vätertags eine breite Medieninformation und eine Medienkonferenz vorgesehen. In diesem Jahr engagieren sich AXA Winterthur, Sympany und Zürcher Kantonalbank als Sponsoren für den Vätertag. Damit setzen sie einen klaren

Akzent für familienfreundliche Unternehmenspolitik. Die drei Aktionspartner der Kredit- und Versicherungswirtschaft realisieren in fortschrittlicher Weise – gerade in einem trüben wirtschaftlichen Umfeld – die Rentabilität familienfreundlicher Arbeitsbedingungen als Erfolgsfaktor einer wertorientierten Unternehmenspolitik.

Engagieren Sie sich! Greifen Sie in Ihren Lebens- und Arbeitsfeldern die Thematik auf. Vielleicht durch eine Einladung an Ihren Vater und/oder Grossvater, eine Nachtwanderung für Väter und Kinder, einen Vater-Kind-Brunch am Samstagmorgen, ein Vater-Kind-Wochenende, eine Vater-Kind-Expedition an den Ort Ihrer Jugendzeit. Sprechen Sie in Ihrer Firma, im Quartier, im Sportverein, in der Schule über die Bedeutung zeitgemässer Väterlichkeit.

www.vaeternetz.ch

Kontakt: Andreas Borter, 034 422 00 09,

borter@besonet.ch (national);

Christoph Popp, 071 344 45 53,

ch.popp@bluewin.ch (Ostschweiz).

Trägerschaft: männer.ch: Paul Gemperle, Geschäftsführer / Tel. 041 260 85 26, gemperle@maenner.ch.

Spendenkonto: PC 85-541340-6.

Aus 365 Gründen
Schweizer Vätertag
7. Juni 2009



Barack Obama Der Staatsmann als Vater

Der neue US-amerikanische Präsident ist seit knapp 100 Tagen im Amt und nach wie vor sehr präsent in den Medien. Marc Harvey hat als Afro-Amerikaner die Bürgerrechts- und Anti-Kriegs-Bewegung in seiner eigenen Stadt erlebt hat. Er übersetzt für uns Auszüge aus Obamas Rede zum Vätertag in den USA im Jahr 2008.

Marc Harvey

Obama hielt die Rede am 15. Juni 2008 in der Apostolic Church of God in Chicago, Illinois, als er noch Senator, aber bereits Präsidentschaftskandidat war. Sie ist ziemlich lange und zu einem grossen Teil mit politischen Äusserungen und Anspielungen versetzt, die nur für die USA relevant sind. Ich habe mir erlaubt, einige Auszüge dem Sinn nach zu übersetzen. Es liegt nicht nur an meiner Übersetzung, viele der Formulierungen grenzen für uns als nüchterne, fast zynische Europäer an Gemeinplätze. Man muss sich jedoch bewusst sein, in welcher ideologischen Not sich die US-Amerikaner jetzt befinden.

Obama ist in vielerlei Hinsicht ein Vorbild. Es gelang ihm als vaterlosem Afro-Amerikaner, das höchste Amt in den USA zu bekleiden und das mit einer durchwegs kulturell-integrativen Kampagnen-Strategie. Wegen dieser Strategie habe ich Obama «The Great Integrator» genannt.

Mark Damon Harvey, geboren 1955 in Kalifornien (USA), ist afro-indianischer Herkunft. Nach Studien der Wirtschaftswissenschaft und des International Business in den USA lebt und arbeitet er seit 1980 in der Schweiz als Berater für Projekte in kultureller Konfliktbearbeitung, Kommunikation und Knowledge-Management. Langjährige Lehrtätigkeit in der Erwachsenenbildung; Ausbildung zum Mediator an der Hochschule für Soziale Arbeit (HSA) in Bern; Vorstandsmitglied von männer.ch.

www.transculture.ch

«Väter sind Lehrer und Coaches, Mentoren und Vorbilder, sie verkörpern Erfolg und sind die Männer, welche uns anspornen.»

«Wer die Statistiken kennt, weiss, dass Kinder ohne Väter einem fünffachen Risiko ausgesetzt sind, in Armut zu leben und mit dem Gesetz in Konflikt zu geraten. Viele verlassen die obligatorische Schule frühzeitig und die Wahrscheinlichkeit, dass sie ihre Strafe im Gefängnis absitzen, ist 20-fach höher. Zudem leiden sie oft an Verhaltensstörungen, reissen eher aus und werden nicht selten selber minderjährige Eltern. (...)

Zweifellos arbeiten Frauen heldenhaft, sie brauchen aber trotzdem Unterstützung. Sie brauchen den anderen Elternteil.»

«Es gibt Aufgaben, die an uns Väter gestellt sind, ob schwarz oder weiss, reich oder arm. Väter müssen realisieren, dass Verantwortung nicht nach der Empfängnis aufhört, dass die Möglichkeit, ein Kind zu zeugen, noch keinen Mann ausmacht, sondern der Mut und die Durchhaltekraft, ein Kind zu erziehen. (...)

Viele Kinder gamen und verbringen ihre ganze Freizeit vor dem Fernseher. Als Väter und Eltern sollten wir stattdessen mehr Zeit mit ihnen verbringen, sie bei den Hausaufgaben unterstützen und ihnen als Alternative zu Games und Videos das Lesen nahe legen.»

«Es fällt uns zu, unseren Söhnen klar zu machen, dass zu Hause Selbst-Respekt, ehrliche Arbeit und Ziele im Leben zählen, obwohl Lieder im Radio Gewalt verherrlichen. Es ist unsere Aufgabe, unsere Erwartungen zu kommunizieren und zu versuchen selber die gleichen Erwartungen zu erfüllen.»

«Als junger Mann dachte ich, das Leben drehe sich um mich selber, es ging mir hauptsächlich darum, wie ich meinen Weg finde, wie ich erfolgreich werde und wie ich das kriege was ich will. Jetzt habe ich realisiert, dass das Leben unbedeutend ist, wenn man nicht bereit ist, allen unseren Kindern eine bessere Welt zu

hinterlassen. Selbst wenn es schwierig und diese Arbeit riesig ist und wir nur unseren kleinen Beitrag leisten können. (...) Das ist unsere ultimative Verantwortung als Väter und Eltern. Wir versuchen es.»

President Barack Obama plays with a football in the Oval Office 4/23/09.

Official White House Photo by Pete Souza

www.flickr.com/photos/whitehouse/page2



Elternzeit für Väter

Es sind Ferien und keiner geht hin?

Gibt es nicht? Doch. Da führt eine Stadtverwaltung einen zweiwöchigen Vaterschaftsurlaub ein, völlig freiwillig, um den Vätern die Möglichkeit zu geben, in der Startphase der neuen Familie dabei zu sein. Also das, was die Mehrheit der Väter sich in vielen Befragungen gewünscht hat. – Und dann kommt die Fee und die Wünsche sind vergessen!

Hans-Georg Nelles

Das zitierte Beispiel stammt aus Zürich, aber auch in Deutschland nutzt nur jeder sechste Vater die neuen Möglichkeiten der Elternzeit von zwei Monaten. Für Österreich sehen die Zahlen bei der Karenz noch bescheidener aus und über den Papamonat nach der Geburt wird dort noch diskutiert.

In den 80er Jahren gab es eine einfache Erklärung für das Ausbleiben männlicher Emanzipationsschritte und -Leistungen: ‚verbale Aufgeschlossenheit bei weitestgehender Verhaltensstarre‘. Viele benutzen dieses Zitat von Ulrich Beck auch heute noch. Auf den ersten Blick ist es ein-

leuchtend, aber eben nur auf den ersten, wenn ich lediglich das ‚Können‘ und das ‚Wollen‘ im Blick habe.

Väter sollen dürfen wollen können

Der Antrag auf Elternzeit oder eine Reduzierung der Arbeitszeit ist in den meisten Fällen noch immer praktisch gleichbedeutend mit dem Verzicht auf weitere berufliche Entwicklung. Solange dieser Antrag einen Mann in der Sicht der Vorgesetzten und vieler Kollegen um die Befähigung zur Führungskraft bringt, nutzen gut gemeinte Appelle und Vorwürfe, wie sie in dem Zitat zum Ausdruck kommen, wenig. Unternehmenskulturen, und das gilt für alle drei hier betrachteten Länder, für Deutschland, Österreich und die Schweiz, die auf Anwesenheit setzen und nicht auf Zielvereinbarungen und flexible Arbeitszeiten, zementieren traditionelle Rollenzuschreibungen.

Frauen können und dürfen sich heute selbstverständlich auch solchen rigiden und ausufernden Arbeitszeitregimes unterwerfen, sie wollen es aber (vielfach) nicht. Viele Männer – wenn man den Umfragen glaubt, ist es die Mehrheit – wollen es auch nicht (mehr), sie trauen sich aber noch nicht, aus den alten Mustern auszubrechen. Erschwerend kommt dazu, dass neue Muster zwar beschrieben, aber die glaubwürdigen Vorbilder und guten Beispiele noch zu rar gesät sind.

Neue Modelle tun jetzt Not

Die deutsche Familienministerin ist vor kurzem gar gefragt worden, ob wir uns ‚derartige Visionen‘ angesichts der Krise überhaupt noch leisten können. Ihre Antwort war, dass wir nicht trotz, sondern gerade wegen der Krise neue Modelle von Arbeit und eine partnerschaftliche Aufteilung von bezahlter Erwerbs- und unbezahlter Familienarbeit brauchen. Ich bin der Überzeugung, wir werden mit der Arbeitsweise, die uns in die Krise geführt hat, keinen Weg heraus finden. Ein ‚Mehr des Gleichen‘ oder gar eine

Retraditionalisierung ist noch nicht einmal eine Scheinlösung. Wie können sich Unternehmen aufstellen, um als innovative Arbeitgeber nach der Krise mit motivierten Beschäftigten durchstarten zu können? Aus meiner Sicht liegt die Antwort in neuen Arbeitszeitmodellen, die für Väter attraktiv sind. Tatsächlich werden diese heute breit in der Öffentlichkeit diskutiert, insbesondere auch mit Blick auf Männer in Führungspositionen. In Österreich und Deutschland kommt noch das Thema Väteranteil bei der Elternzeit bzw. der Karenz dazu.

EMMA weiss es schon lange

Die deutsche Frauenzeitschrift EMMA forderte bereits 1979 die Einführung von Vätermoaten. Von wenigen Ausnahmen abgesehen, bewegte sich aber nichts. Vereinbarkeit war ‚Gedöns‘ und blieb auch in Unternehmen ein Mütter- und Frauenthema. Da es in der Schweiz kein entsprechendes Ministerium gibt, blieb dem Thema dieses Schicksal hier erspart, die Realität, dass Männer und Väter als Haupternährer Voll- und Mütter überwiegend Teilzeit arbeiten, ist vergleichbar.

Betriebliche Angebote zur Verbesserung der Vereinbarkeit ziel(t)en überwiegend auf gut qualifizierte Frauen, deren Rückkehr nach der Elternzeit beschleunigt und denen die Doppelbelastung durch flexible Arbeitszeitangebote erleichtert werden sollte. Männer und Väter als Zielgruppe hatten die Unternehmen überhaupt nicht ernsthaft auf dem Radar, auch wenn in vielen Hochglanzbroschüren zu lesen war, dass die Angebote selbstverständlich für alle Beschäftigten gedacht seien.

Im Schatten dieser gesellschaftlichen Grosswetterlage entstanden aber in der Schweiz und in Deutschland regionale Projekte und Initiativen, die auf der Grundlage der jeweiligen nationalen Gegebenheiten politisch wirksam sind.

In der Schweiz ist mit männer.ch und dem Väternetz eine Lobbyorganisation entstanden, der es gelungen ist, mit dem nationalen Vätertag das Thema landesweit zu platzie-



ren und durch die Kooperation mit namhaften Schweizer Unternehmen wirksam zu kommunizieren. Die Diskussion um Männer und Arbeit muss selbstverständlich auch im Gleichstellungsdiskurs ihren Platz finden, und zwar auf Augenhöhe. Auch hier ist männer.ch auf einem guten Weg, der durch fehlende gesetzliche Regelungen und der damit verbundenen grösseren Bedeutung von bürgerschaftlichen Engagements leichter zu gehen ist.

Männer in den Vereinbarkeitsdiskurs einbeziehen!

In Deutschland ist vieles geregelt, es gibt ein zuständiges Ministerium auf Bundesebene und ein weiteres in jedem Bundesland. Dessen ungeachtet haben sich vor gut sechs Jahren, zunächst regional unabhängig voneinander, verschiedene Initiativen entwickelt, die gemeinsam mit einigen Unternehmen nach neuen Wegen im Vereinbarkeitsdiskurs, unter Einbeziehung der Männer und Väter, gesucht haben. Wie zum Beispiel das ‚Aktionsforum Männer und Leben‘ in Frankfurt, das inzwischen drei Impulstagungen zu dem Thema durchgeführt hat. Die erste im November 2003 in der Industrie- und Handelskammer unter der Fragestellung ‚Väter – ein Gewinn für Unternehmen!?!‘. Inzwischen gibt es im Referat ‚Männer, Migranten und Milieus‘ des Bundesministeriums für Frauen eine ‚Männergruppe‘, die sich

aus Vertretern verschiedener Akteure wie der Männerarbeit der katholischen und evangelischen Kirche und dem Väterexpertenetz VEND-eV zusammensetzt und versucht, den Gleichstellungs- und Vereinbarkeitsdiskurs um die männliche Sichtweise zu erweitern.

In Österreich gibt es, von vielen beneidet, eine männerpolitische Grundsatzabteilung, die zwar schon verschiedene Regierungswechsel überstanden hat, sich aber trotz der vielen Broschüren, die sie bislang produzierte, noch nicht zu Fragen väterspezifischer Angebote am Arbeitsplatz geäußert hat. Bei den beiden europäischen Vätertagungen, die 2004 und 2008 in Kooperation mit der Schweiz durchgeführt wurden, stand das Thema zwar auf der Tagesordnung, aus Österreich wurden aber lediglich Ergebnisse eines Modellprojektes referiert und ansonsten auf bessere Praxis in anderen Ländern verwiesen.

Gute Praxis

Was hilft Vätern am Arbeitsplatz? Hilfreich ist in jedem Fall, wenn die Ansinnen von Vätern nicht (nur) auf die private oder individuelle Aushandlungsebene verwiesen werden, sondern allgemeine Regelungen den Rahmen für aktive Vaterschaft abstecken. Dazu zählen Elternzeit und Karenzregelungen, die es Müttern und Vätern erlauben, Beruf und Fürsorgeaufgaben partnerschaftlich und

gleichzeitig auszuüben. Genauso braucht es biografieorientierte Arbeitszeitmodelle, in denen Vollzeit nach dem Berufseinstieg z.B. 50 Stunden, nach der Geburt eines Kindes 28 Stunden umfassen kann.

Viele Vorgesetzte, die für ihre Karriere Familie und Kinder ‚geopfert‘ haben, können sich nicht vorstellen, dass junge Männer ihre Zeit gerne mit Kindern verbringen möchten. Umso wichtiger ist ein Statement der Unternehmensleitung, dass familiäres Engagement von Vätern erwünscht ist und nicht als Auszeit angesehen wird, sondern als eine Zeit des Erfahrungs- und Kompetenzerwerbs. Genauso wichtig ist es aber, dass Väter diesen Schritt gehen, auch wenn sie keiner persönlich dazu auffordert, und sie sich nicht hinter der ablehnenden Haltung ihrer Vorgesetzten verstecken.

Und wenn dann auch die Qualität einer Führungskraft daran gemessen wird, wie viele Väter die neuen Möglichkeiten zu einem balancierten Arbeitsmodell nutzen, dann wird es solche Überschriften wie die eingangs zitierte wohl nicht mehr geben.

Foto zVg

Hans-Georg Nelles ist Vater von 3 erwachsenen Kindern und arbeitet seit fast 15 Jahren in Projekten zum Thema ‚Vereinbarkeit‘ mit dem Schwerpunkt Männer und Väter. Mit ‚Väter & Karriere‘ berät der Organisationsberater Unternehmen und beschäftigte Männer. Ausserdem ist er Autor des VAETERBlog.

Das Elterngeld in Deutschland ist ein Lohnersatz für Mütter und Väter, die nach der Geburt eines Kindes die Berufstätigkeit unterbrechen oder auf höchstens 30 Stunden in der Woche reduzieren. Gezahlt werden 67 Prozent des letzten Nettogehalts, höchstens aber 1800 und mindestens 300 Euro im Monat. Die staatliche Leistung wird für maximal 14 Monate gezahlt.

Beschäftigte in Österreich haben bis zum Ablauf des 24. Lebensmonates des Kindes Anspruch auf Freistellung von der Arbeitsleistung. Wird weder von der Mutter noch vom Vater Karenz in Anspruch genommen, kann mit dem Arbeitgeber längstens bis zum Ablauf des 4. Lebensjahres des Kindes eine Teilzeitbeschäftigung vereinbart werden. Kinderbetreuungsgeld erhalten alle Mütter, Väter sowie Adoptiv- und Pflegeeltern, unabhängig von einer Erwerbstätigkeit vor der Geburt, sofern das Kind im gemeinsamen Haushalt lebt.

Avanti Papi Klettert auf die Bäume!

Heute war ich Computersupporter, Kummerkasten, Microsoft Word Problemlöser, Kabelverleger und Telefonhotliner. Dies alles wohlge-merkt innerhalb eines Vormittages. Als ich mich dann um zwölf Uhr (ich bin zu 50 % erwerbstätig) auf den Heimweg machen wollte, meinte ein Arbeitskollege: «Na Michi, schon Feierabend?» – «Nein!», war meine Antwort, «ich wechsele nur meinen Arbeitgeber!»

Michael Gohlke

Zu Hause angekommen, werde ich zum Koch, Tellerwäscher, Abfallentsorger, Wäschewascher, Reinigungsfachmann und Windelnwechsler. Aber zum Glück auch zum Fussballspieler, Schwertkämpfer, Kletterbaum, Schachspieler, Seelentröster und Geschichtenerzähler.

Viele dieser Tätigkeiten, welche ich mit meinen Kindern unentgeltlich ausübe, werden von Frauen nicht wahrgenommen, obwohl die meisten Kinder nach wie vor von ihren Müttern betreut werden. Trotzdem habe ich noch nie eine auf einen Baum klettern sehen. Ich wage also zu behaupten, dass es für das Wohl der Kinder sehr wichtig ist, dass sich Väter mehr Zeit für ihren Nachwuchs nehmen. Gerade für Buben ist der Vater eine wichtige Identitätsfigur. In von weiblichem Personal dominierten Krippen und Schulen fehlen den Buben männliche Vorbilder, die ihnen zum Beispiel beibringen, wie sie ihre Kraft und Aggressivität sinn- und respektvoll einsetzen können, ohne immer der Macker sein zu müssen. Einfühlungsvermögen und emotionale Kompetenz können und sollen auch von Männern vermittelt werden.

Von einer egalitären, paritätischen Verteilung der Erwerbs- und Familienarbeit sind wir in der Schweiz aber noch weit entfernt. Nach wie vor ist die Betreuungszeit zwischen den Geschlechtern sehr ungleich verteilt: Bei Ehepaaren mit einem Kind leistet die Frau durchschnittlich 17,6

Stunden pro Woche Kinderbetreuung, der Mann 12,1 Stunden. Mit jedem weiteren Kind steigt der Umfang der Familienarbeit bei den Frauen um 5 bis 6 Stunden pro Woche, beim Mann bleibt er stabil. Auch haben Kinder keinen Einfluss auf die Erwerbstätigkeit von Männern. Gegen 100 Prozent der Väter sind erwerbstätig, dies im Gegensatz zu den Frauen. Verschärfend kommt noch hinzu, dass, wer 100 % angestellt ist, meist 120 % arbeitet. So werden in der Schweiz jährlich 170 Millionen Überstunden geleistet (Quelle: seco). Dies entspricht 90'000 Vollzeitstellen oder 180'000 Teilzeitstellen zu 50 %. Dabei ist es laut Arbeitsgesetz Art.36, Abs. 2 Arbeitgebern nicht erlaubt, Arbeitnehmer mit Familienpflichten zu Überzeit zu verpflichten. Hier bewegen wir uns natürlich in einem Graubereich, denn selbst wenn der Arbeitgeber die Überzeit nicht direkt anordnet, wird sie tatsächlich auch nicht wirklich freiwillig geleistet. Der Druck am Arbeitsplatz ist aber oft so gross, dass kaum ein Arbeitnehmer auf seiner vertraglich festgelegten Arbeitszeit beharrt. Wie viel wäre schon gewonnen, wenn Väter die 62 Stunden Überzeit, welche sie durchschnittlich im Jahr leisten, mit ihren Kindern verbringen könnten! Also: «Väter, nehmt euch Zeit, um mit euren Kindern auf Bäume zu klettern.»

Avanti Papi ist die Organisation für progressive Väter. Michael Gohlke hat sie gegründet und veröffentlicht an dieser Stelle regelmässig Berichte vom Planet der Väter.

Fachstelle UND

Väterforen in Unternehmen

Es gibt immer mehr Männer, die nicht nur auf die Karte «Erwerbsarbeit» setzen, sondern auch mehr Zeit mit ihren Kindern verbringen wollen. In Väterforen der Fachstelle UND diskutieren Männer ihre persönlichen Arbeitszeitmodelle und tauschen Erfahrungen in Haushalt und Kinderbetreuung aus. Die Zürcher Kantonalbank und die Swisscom bieten regelmässige Väterforen an.

Thomas Beyeler Moser, Fachstelle UND

Der typische Teilnehmer eines Väterforums ist Vater von zwei Kindern, die beide noch im Vorschulalter sind. Mit der Geburt des zweiten Kindes hat seine Partnerin ihre Teilzeiterwerbstätigkeit noch stärker reduziert oder gänzlich aufgegeben und kümmert sich seither um die Familien- und Hausarbeit. Er dagegen bleibt auch nach der Geburt seiner beiden Kinder Vollzeit erwerbstätig. Obwohl ihm die Erwerbsarbeit Freude macht und er die berufliche Anerkennung schätzt, beschäftigt es ihn, dass er zu wenig am Leben seiner Kinder teilnehmen kann. Eine 80-Prozent-Anstellung bezeichnet er als sein Wunschmodell, damit er einen Tag pro Woche seine beiden Kinder betreuen kann. Dieser typische Teilnehmer ist einer von 22 Männern, die im vergangenen Jahr an einem Väterforum der Zürcher Kantonalbank teilnahmen und während

eines halben Tages mit Fachmännern der Fachstelle UND sowie mit Berufskollegen Erfahrungen austauschten und Ideen entwarfen, wie sie Familie und Beruf unter einen Hut bringen können.

Vorgesetzte mit Vorbildfunktion

Vorgesetzte und Mitarbeitende, die im Unternehmen bereits seit längerer Zeit Teilzeit erwerbstätig sind und ihren Arbeitskollegen aus erster Hand Tipps zur Reduktion der Erwerbsarbeitszeit geben können, erfüllen eine wichtige Vorbildfunktion an allen Väterforen. Gert Guhl ist einer von ihnen. Er verfügt als Direktionsmitglied der Zürcher Kantonalbank über langjährige Erfahrung als Teilzeiterwerbstätiger (80 %) in einer Vorgesetztenfunktion. Ihm ist es ein Anliegen, die Männer an den Väterforen darin zu bestärken, dass mehr möglich ist, als man(n) meint. Er ermutigt die Väter, die bestehende Minusstundenregelung der Zürcher Kantonalbank zu nutzen, die es ermöglicht, weniger Stunden Erwerbsarbeit zu leisten ohne den vertraglich festgehaltenen Beschäftigungsgrad zu reduzieren. Auch eine schrittweise Reduktion der Erwerbsarbeitszeit um jeweils 5 Prozent schätzt er als erfolgreich ein: «Damit wird die mögliche finanzielle Einbusse abgefedert und Vorgesetzte können sich schrittweise an die Reduktion der Arbeitszeit ihres Mitarbeitenden gewöhnen.»

Neben der Erwerbsarbeit wird auch die

Haus- und Familienarbeit thematisiert. Die Väter tauschen untereinander Erfahrungen in Hausarbeit, Kinderbetreuung oder Angehörigenpflege aus und machen die dabei erworbenen Kompetenzen sichtbar. Den Erfahrungsaustausch beschreiben viele Männer in der Auswertung des Väterforums als bereichernd.

Väterfreundlichkeit als Wettbewerbsvorteil

Laut Hiam Keller, der Diversity Beauftragten der Zürcher Kantonalbank, wird die Unterstützung von Teilzeit erwerbstätigen Männern zunehmend auch zu einem Wettbewerbsvorteil von Unternehmen. «Die Zürcher Kantonalbank ist sich bewusst, dass sich immer mehr Männer in Beruf und Familie engagieren wollen. Diesem gesellschaftlichen Wandel müssen wir mit flexiblen Arbeitszeitmodellen, dem Ausbau von Kinderbetreuungsangeboten sowie der Beratung von Mitarbeitenden bei der Kinder- und Angehörigenbetreuung Rechnung tragen», sagt sie.

Follow-up mit Rollenspielen

Seit vergangenem Jahr führt die Fachstelle UND in der Zürcher Kantonalbank zusätzlich ein vertiefendes Follow-up durch. Führungskräfte stehen als Sparringpartner den Männern zur Verfügung. In Rollenspielen mit ihnen können die Männer üben, wie sie das Gespräch zur Reduktion der Erwerbsarbeit mit der Chefin oder dem Chef erfolgreich führen.

Engagiert im Beruf UND in der Familie: Das Väterforum in Kürze

An Väterforen diskutieren Männer im Rahmen der betrieblichen Weiterbildung mit erfahrenen Fachleuten, teilzeiterwerbstätigen Mitarbeitern und Vorgesetzten, wie sie ihre persönlichen Vorstellungen zur Vereinbarkeit von Beruf und Familie verwirklichen können.

Das halbtägige Väterforum thematisiert väterfreundliche Arbeitszeitmodelle, zeigt auf, wie Väter mehr Zeit für die Betreuung ihrer Kinder, für die Hausarbeit und für sich selber gewinnen. Die teilnehmenden Väter erfahren, wo sie Informationen zu rechtlichen, versicherungstechnischen oder finanziellen Fragen erhalten. Zudem wird der Erfahrungsaustausch und die Vernetzung unter Männern ermöglicht.

www.und-online.ch, E-Mail: info@und-online.ch; Tel. 044 462 71 23

Besser lesen

Vater – wer bist du?

Heinz Walter, Professor für Psychologie, Coach und Supervisor, hat ein Buch zum Thema Vatersein herausgegeben. Darin finden sich Beiträge zu ungewohnten Themen – etwa zur Bedeutung des Vaters bei einer depressiven Erkrankung der Mutter. Platz findet unter neuem Blickwinkel auch die Versöhnung mit dem Vater und das Wagnis des Vaterseins.

Göpf Berweger

Eines nimmt der Autor Heinz Walter gleich vorweg: es geht ihm als Psychologe nicht um eine bestimmte Männer- oder Väterideologie, auch nicht gegen die heute bewussteren Mütter-Perspektive, sondern um eine Weitung der Perspektiven.

Dieses ‚Väter-Buch‘ spannt den Bogen von Vätern, die egalitäre Paarbeziehungen leben, bis zu Vätern, die aus unterschiedlichen Gründen (Tod, Krankheit, Unfähigkeit, Überforderung, Abwesenheit) für ihre Kinder nicht ausreichend verfügbar sind. Ausgangspunkt ist, dass das Kind sich über die Beziehung zu seinem Vater entwickelt und dass umgekehrt auch der Mann sich über die Beziehung zu seinem Kind lebenslang entwickelt.

Vater, wer bist du?

Diese Leitfrage ist noch jung. Das Problem der Vaterentbehrung ist im deutschsprachigen Raum zwar aus Kriegszeiten bekannt, wurde ansonsten aber bis in die 1960er-Jahre aus dem Alltagsleben und aus den Sozialwissenschaften weitgehend verbannt. Erst seit 1968 ist eine grössere Dichte an Publikationen zum Väterthema erkennbar: die jungen Generationen wollten genauer wissen, wie es um ihre männlichen Vorfahren stand, und es setzte die wissenschaftliche Auseinandersetzung darüber ein. Auch wurde deutlich, dass die moderne industrielle Gesellschaft fundamentale Veränderungen bei den Geschlechterrollen mit sich brachte, welche die väterliche Arbeitsleistung für die Kinder zunehmend unsichtbar machte.

Das Thema der ‚neuen‘ Väter war um 1980 gesetzt, auch im Nachgang zur feministischen Mutter-Kind-Diskussion. Die Printmedien vor allem zeigten anhaltendes Interesse. Die Väterforschung intensivierte sich. Die Vaterrolle wurde als ‚Akrobatik zwischen den vier Systemen Partnerschaft, Kinder, Beruf und Freizeit‘ thematisiert, zugespitzt oft unter dem Gesichtspunkt der chronischen Zeitknappheit. In zwei Punkten ist sich die Wissenschaft einig: so etwas wie autonome Mutter- oder Vaterschaft gibt es nicht, denn die vier Eckpfeiler sind allesamt Teil der Gesamtgesellschaft mit ihren Werten und ihrer Kultur. Und: gelingende Partnerschaft ist eine elementare Basis für gelingende Vaterschaft. Also braucht es immer auch Zeit für Austausch und Kommunikation zwischen den Partnern. Erst so bekommt das Gegenüber deutliche und wahre Konturen, im Gegensatz zu Fantasie- und Traumbildern. Ein besonderer Aspekt ist auch der Umstand, dass sich viele Mütter schwer damit tun, dem Mann Raum für sein Vatersein zu geben. Die Doppelbotschaft, die zwar ein väterliches Engagement einfordert, aber damit gleichzeitig feststehende Vorstellungen verbindet, wie dieses Engagement konkret auszusehen hat, kann aktive Vaterschaft in grossem Umfang verleugnen und ablehnen.

Lieber ‚hinreichend gut‘

Heinz Walter plädiert für den ‚hinreichend guten‘ Vater, was die Suche nach der Väterperspektive erst realistisch macht. Das Negative, das dem Ideal nachhinkt, kann dann dem Positiven Platz machen. In den Beiträgen dieses Sammelbandes findet mann/frau zahlreiche Hinweise auf die gesuchte ‚positive Väterlichkeit‘.

Heinz Walter (Hrsg.), Vater, wer bist du? – Auf der Suche nach dem «hinreichend guten» Vater
Stuttgart: Klett-Cotta (Reihe Leben Lernen) 2008
CHF 47.50 (ISBN 978-3-608-89067-9)

Unterwegs mit Kindern Raus aus dem Haus!

Mit den Kindern in die Berge

Familienwandern ist die Kunst, die unterschiedlichen Wanderbedürfnisse von Kindern und Erwachsenen unter einen Hut zu bringen. Zielstrebig dem Gipfel entgegen – oder ausgiebig spielen, herumtoben, entdecken? Die Alpen der südwestlichen Schweiz halten unzählige Berg- und Talschaften bereit, um die so verschiedenen Interessen abzudecken. Seilbahnfahrten über Schwindel erregende Felswände, uralte Pfade entlang kunstvollwaghalsig angelegter Wasserleitungen, rekordverdächtige Staumauern, aber auch Trampolinsprünge in dünner Luft, klamme Finger vom Stauen eiskalter Gebirgsbäche und beeindruckende Übernachtungen in hochgelegenen Hütten lassen Familienwanderungen im Wallis und im Berner Oberland zum Erfolg werden und rufen nach einer Wiederholung der tollen Erlebnisse! In bewährter Weise verbindet auch der dritte Bergfloh- Band, was Erwachsenen gefällt und was Kinder cool finden: Die kurzweiligen Wanderungen führen durch atemberaubende Landschaften, vergessen keinen Spielplatz am Wegrand und ersparen dank Seilbahn oder Postauto allzu anstrengende Auf- und Abstiege. Geschichten aus der Region, Wissenswertes über die Natur und tolle Spielideen für unterwegs runden die 27 ein- bis dreitägigen Touren ab.

Remo Kundert und Werner Hochrein: Bergfloh 3
Bergwandern mit Kindern, Berner Oberland und Wallis
Mit Farbfotos und Routenskizzen, 272 Seiten, Broschur
Fr. 42.–, Euro 26.– Rotpunktverlag, Zürich
ISBN 978-3-85869-394-5,

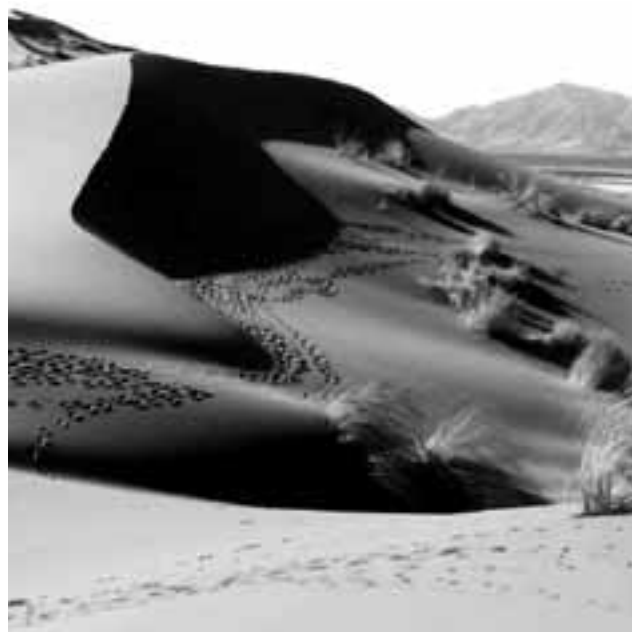
Mit Kind und Kamel durch die Wüste

Die Stiftung Iferouane bietet in ihrem Reiseprogramm in den Herbstferien 09 eine zweiwöchige Kamelkarawane im Hoggar an. Willkommen sind Interessierte zwischen acht und achtzig Jahren. Im speziellen sprechen wir Eltern mit Kindern an. Die Reisen sind unkonventionell und bieten zum Beispiel Vätern oder Müttern mit ihrem Kind eine einmalige Gelegenheit, sich in der Weite und Stille der Wüste auf besondere Art und Weise noch näher zu kommen. Zahlreiche TeilnehmerInnen durften dieses spezielle Erlebnis mit ihrem Kind teilen und gestärkt in die Zukunft schreiten.

Auf Augenhöhe mit den Tuareg sein, Einblick in ihre Kultur gewinnen und mit ihnen die Wüste erleben, macht die Reise aussergewöhnlich und verbindet auf berührende Art und Weise.

Reisentschlossenen mit Kind gewähren wir einen Rabatt von SFr. 200.00

Telefon 033 243 33 70 info@kamelkarawanen.ch, www.kamelkarawanen.ch



Backstube

Markus Ernst hat sich vor fünf Jahren selbständig gemacht, vorher war er angestellt. Er hat vier Kinder, ist ein innovativer Mensch und ist schon ein ganzes Leben lang mit seiner Frau zusammen. Heute bildet er als Lehrlingsexperte zwei Lehrlinge aus und führt eine Filiale. Eigentlich ist er immer am arbeiten, die Freizeit ist spärlich. Wenn es dazu kommt, dann zieht er ab in die Natur und die Berge. Man muss als selbständiger Bäcker an vieles denken: Man muss am morgen die richtige Menge an Backwaren produzieren, der Wochenplan mit den Spezialitäten muss stimmen, die Lehrlinge müssen richtig eingesetzt werden. Um 22 Uhr geht Markus Ernst ins Bett, nach ein Uhr steht er auf, am Nachmittag geht er wieder schlafen. Mit seiner Frau ist er die meiste Zeit zusammen. Sie arbeitet im Betrieb mit, beide haben ihre Aufgaben und Kompetenzen – er in der Backstube, sie im Laden.





Cockpit

Markus Stübi ist Lastwagenchauffeur. 17 Jahre arbeitete er bei den Städtischen Verkehrsbetrieben. Aber da ist es nicht mehr wie früher. Die Arbeitszeiten und das Arbeitsklima haben sich verschlechtert, die Kundschaft pöbelt und der Streckenplan stresst. Jetzt hat er gewechselt. Lieber hätte er sich mit einem Mercedes ablichten lassen, aber es war nur ein Scania verfügbar. In seinem Cockpit wäre die Ordnung besser, lässt er uns wissen. Aber eines ist klar: Markus Stübis Beruf ist es, richtige, grosse Lastwagen zu fahren, früher auch im Ausland.





Bauernhof

Niklaus Dietrich ist Teilzeitbauer. Er wohnt auf dem Belpberg, ist Familienvater und arbeitet neben dem Bauern bei einem Betrieb, der Mobiliar für Schulräume herstellt. Zwischendurch leistet er sich einen Monat Ferien in Indien oder ein Wochenende im Tessin, wohin er mit seiner Frau seit 17 Jahren zum Nichtstun und Weineinkaufen fährt. Den Hof hat er vom Vater übernommen. Milchwirtschaft betreibt er keine, so ist er freier im Tagesablauf. Seine Frau ist Lehrerin, zusammen haben sie zwei Kinder. Als diese noch kleiner waren, war er Hausmann und Bauer. Dass ihm sein zweiter Job eine Arbeitswelt auswärts bietet, schätzt er sehr: Nur immer auf dem Hof – da würde er ungeniessbar, findet er. Niklaus Dietrich ist auch in einer Männergruppe.





Scheidung Die Familie geht weiter!

Eine Scheidung ist ein tiefer Einschnitt im Leben einer Familie. Und doch: Kinder und Eltern müssen den Weg in einen neuen Alltag finden. Der Staat kann und muss ihnen dabei helfen.

Oliver Hunziker, Präsident GeCoBi

Eine Trennung von Eltern setzt ein hohes Mass an gegenseitigem Respekt und eine enorme Kompromissbereitschaft voraus. Wenn auch die Paarebene beendet wird, so bleiben die zwei Personen dennoch einander verbunden, und zwar ein Leben lang. Nicht bloss, solange die Kinder klein sind, nein, ein Leben lang werden die zwei Personen immer wieder zusammentreffen, durch ihre Kinder.

Diese Konstellation gut hinzukriegen ist nicht einfach. Ich behaupte sogar, sie ist für viele Menschen ein Ding der Unmöglichkeit. Zumindest ohne professionelle Hilfe.

Paare, die das sauber hingekriegt haben, gibt es. Und schaut man sich deren Kinder an, so merkt man wenig diesen Bruch irgendwo in der Vergangenheit. Der Kontakt zu beiden Elternteilen ist geblieben, die Eltern verständigen sich weiterhin über die Belange der Kinder und präsentieren sich dem Kind gegenüber als gemeinsam verantwortlich. Diese Botschaft kommt beim Kind an und hilft ihm, die Situation zu verarbeiten und zu akzeptieren.

Wie aber kriegt man das nun hin?

Zunächst müssen sich beide Elternteile klar werden, dass sie, wenn sie wirklich das Wohl der Kinder im Auge haben wollen, eine gemeinsame Lösung finden müssen. Diese Lösung muss einen möglichst gleichmässigen Anteil an Betreuung enthalten, so gleichmässig, wie die jeweilige Lebenssituation der beiden Elternteile es ermöglicht. Dies erfordert auch, dass beide Elternteile bereit sind, die Region, in der sie bislang lebten, nicht zu verlassen. Gemeinsame

Elternschaft ist nur lebbar, wenn dies für die Kinder ohne fremde Hilfe umsetzbar ist. Nur wenn das Kind allein von einem zum anderen Elternteil wechseln kann (weil beide im gleichen Dorf oder sehr nahe wohnen), wird das Kind diesen Übergang auch im Alltag bewältigen.

Im Klartext bedeuten diese zwei Punkte bereits, dass die sich trennenden Elternteile die grosse Freiheit in dieser Form nicht wirklich bekommen können. Sie bleiben eingebunden im Elternsystem. Diese Tatsache wird häufig dem einen Elternteil als Kontrollsucht oder Eingengungsversuch vorgeworfen, meist von demjenigen Elternteil, der die Gemeinschaft aufgelöst hat. Dabei wird aber, leider nur zu häufig auch von Gerichten, die Tatsache verkannt, dass diese Eingengung nicht vom anderen Elternteil ausgeht, sondern von den Bedürfnissen der gemeinsamen Kinder.

Der Gerichtsweg ist nicht der beste!

Wer sich heute bei einer beliebigen Beratungsstelle meldet, und sich erkundigt, wie denn eine Trennung/Scheidung abzuwickeln sei, wird in den allermeisten Fällen den Rat hören, sich einen Anwalt zu nehmen und vor Gericht zu klagen. Ist aber dieser konfliktive Weg erst einmal beschritten, wird es ungleich schwerer, sich anschliessend wieder kooperativ zu verhalten. Es scheint mir daher wichtig, dass sich das Gesetz, und damit vor allem auch die Denkweise in den Gerichten und Amtsstuben, verändert. Nicht mehr der Konfliktweg über die Gerichte sollte unsere erste Wahl sein, sondern die Beratung der Paare, und zwar in einer geschlechterneutralen, kindesorientierten Weise.

Den Paaren sollte Hilfe zur Selbsthilfe angeboten werden, wie zum Beispiel Mediation, Gesprächscoaching oder ähnliche Techniken. Dies jedoch nicht am Ende eines gescheiterten Gerichtsverfahrens, sondern zu Beginn desselben, bzw. noch besser an dessen Stelle. Dann nämlich, wenn die

beiden Menschen sich noch nicht so sehr entzweit haben, dass Gespräche unmöglich sind. Diese Vorschläge wurden von GeCoBi schon im Jahre 2007 beim Bundesamt für Justiz eingereicht, sie sind auch jetzt wieder in unserer Vernehmlassungsantwort zu finden.

Der Nutzen für die Familien

Für die Familienmitglieder sind die Folgen dieser veränderten Vorgehensweise im positiven Sinne dramatisch. Statt jahrelangem Abnutzungskrieg im Scheidungsverfahren können kurze, relativ schmerzlose Mediationsverfahren durchlaufen werden. Dabei sind weit bessere und verträglichere Resultate zu erwarten als im Konfliktfall. Die Folge: Eltern wie Kinder können die Trennung schneller und leichter verkraften. Sie können schneller wieder beginnen, ihr (nun getrenntes) Leben aufzubauen. Kinder erleben ihre Eltern nicht oder nur während einer sehr kurzen Phase als Kontrahenten. Sie erleben ausserdem, dass Erwachsene fähig sind, Kompromisse zu schliessen und sich erwachsen zu benehmen. Dieses Erleben prägt den Erfahrungsschatz der Kinder in positiver Weise. Insgesamt sind die Folgen einer solchen Trennung wesentlich günstiger als im anderen Falle. So sind die Kinder, welche die Scheidung ihrer Eltern als Einschnitt ohne wesentliche, negative Konsequenzen für sie selbst erleben, schneller wieder in der Lage, sich auf die Schule zu konzentrieren, sind schneller wieder motiviert und bleiben ausserdem unter der erzieherischen Kontrolle ihrer beiden Eltern. Dies bringt eine enorme Entlastung für die Lehrkräfte mit sich, auch hier können alle Beteiligten nur profitieren.

Was ist zu tun?

Der Staat muss mit geeigneten Gesetzen und Angeboten Eltern dabei helfen, den konstruktiven Weg zu gehen. Voraussetzung dafür ist zunächst einmal, dass der konstruktive Weg einfacher und

‚billiger‘ sein muss, als der konfliktive. Aus diesem Grund müssen sämtliche heute bestehenden Ungleichheiten zwischen den Eltern nach Möglichkeit ausgeräumt werden. Ich denke da insbesondere an die ungleiche Sorgerechtszuteilung, an die reflexartigen Parteinnahmen vieler Behörden zugunsten der Mütter, an die massive Einschränkung der Kontaktmöglichkeiten der Väter und ähnliche Dinge.

Es ist die Aufgabe der involvierten Behörden, die Elternteile auf dem Weg zu halten, ihnen aufzuzeigen, was die Konsequenzen des konfliktiven Weges für sie selbst sein können. Nur durch diese Art der Leitplanken nimmt die Attraktivität des Konfliktweges ab und damit die Bereitschaft, den kooperativen Weg zu gehen, zu.

Diese Forderungen müssen im aktuellen Revisionsprojekt zur gemeinsamen elterlichen Sorge umgesetzt werden. Nur die Installation der gemeinsamen elterlichen Sorge allein droht ein Papiertiger zu bleiben, wenn nicht ein entsprechender Systemwechsel hin zum kooperativen System erfolgt.

Schlussendlich bleibt zu sagen, dass den vielen Paaren, die dies ohne fremde Hilfe, einvernehmlich und miteinander hinkriegen, ein grosses Lob gebührt. Sie haben ihre persönlichen Differenzen in den Hintergrund und die Zukunft ihrer Kinder in den Vordergrund gestellt. Und das ist alles andere als eine selbstverständliche Kleinigkeit.

www.gecobi.ch



IG MännerZug

Eine Plattform für Männerthemen

Im Zuger Pulverturm fanden sich am 7. April 2009 zirka vierzig interessierte Männer ein, um den Verein «IG MännerZug» zu gründen, darunter viele Vertreter aus Politik, Wirtschaft und sozialen Institutionen und Organisationen.

Jörg Rüdiger

«Mit der Gründung eines Vereins und damit der Schaffung einer rechtlichen Form findet eine lange Vorgeschichte nun ihren ersten Höhepunkt», mit diesen Worten begrüsst Thomas Zehnder, Hauptverantwortlicher für die bisherige Arbeit von MännerZug, die mit einer Ausnahme männlichen Gäste.

Nach seiner Rede überbrachte als erster Gastredner Regierungsrat Patrick Cotti die besten Glückwünsche der Zuger Regierung. Anschliessend gewährte der Zuger Regierungsrat dem Publikum einen Einblick in seine persönliche Begegnung mit dem Thema MännerZug. Als das Projekt zum ersten Mal an ihn herangetragen wurde, warf das schon einige Fragen sowie auch klassische Klischees, Urteile und Bilder in ihm auf, so Cotti. Darauf folgende Gespräche mit den Initianten haben jedoch das Projekt und dessen Zielsetzung in ein konkreteres und klareres Bild gerückt. Und dass der Regierungsrat in punkto Männerarbeit Handlungsbedarf sieht, zeige nicht zuletzt die Titelseite der aktuellen Ausgabe der Neuen Zuger Zeitung mit dem Leitartikel: Im Kanton Zug geht es immer brutaler zu.

Als zweiter Redner gab Markus Theunert, Präsident des Schweizer Dachverbandes für Männer- und Väterorganisationen männer.ch, einen groben Einblick in Aufgaben und alltägliche Arbeit der Organisation. Mit Blick auf MännerZug hob Theunert hervor, dass es nur wenige Projekte oder Initiativen gibt, die von Anfang an auch von politischer und sozial-gesellschaftlicher Seite so mitgetragen werden und vernetzt sind

wie im Kanton Zug. «Männerarbeit ist Pionierarbeit. Es geht darum, Defizite aufzuzeigen, Leidenschaft zu wecken, Visionen zu erarbeiten», so Theunert. «Dabei darf es auf gar keinen Fall ums Jammern gehen, nach dem Motto: Oh je, wir armen Männer.»

Eine besondere Stellung hatte die Referentin Irene Teismann, Präsidentin der Kommission für die Gleichstellung von Frau und Mann, war sie doch als einzige Frau in diesem Männerkreise geladen, um MännerZug auch aus Sicht der Frauenbewegung zu beleuchten. Dabei prognostizierte Teismann, dass es sicherlich ein langer und auch beschwerlicher Weg werde, den MännerZug vor sich hat, und sie verwies auf die jetzt mittlerweile über 40-jährige Geschichte der Frauenbewegung im Kanton Zug. Gleichzeitig stellte sie klar, dass es auch der Wunsch der Zuger Frauenorganisationen ist, dass sich die Männer selbst organisieren, um ihre eigenen Themen zu beleuchten und zu besprechen. «Männerarbeit muss von Männern getragen werden», sagte Teismann, «und an Unterstützung und Kooperationswille aus Sicht der Frauenorganisationen wird es sicherlich nicht mangeln.»

Der vierte Redner machte vor allem Musik. Werner Iten, Zuger Künstler und Lehrer, trat den Beweis an, dass auch Männer das sogenannte ‚Multitasking‘ beherrschen. Er unterhielt die anwesenden Männer auf seine unnachahmliche Art und Weise mit Büchsen, Rohren und sonstigem ‚Gerümpel‘.

Männerthemen aufgreifen!

MännerZug konzentriert sich auf die Lebenswirklichkeiten der Männer, konkretisierte Thomas Zehnder im Anschluss an die Grussworte das Ziel und die Aufgabe des neuen Vereins: «Wir möchten genau da aktiv werden, wo Männer heute ein Thema haben, wie zum Beispiel in der Gewaltprävention, bei Beziehungsfragen und -proble-

men, in beruflichen Stress- oder Burnout-Situationen, aber auch in der Bubenarbeit.» Ein sehr wichtiges Ziel von MännerZug ist in diesem Zusammenhang die Vernetzung mit anderen, bereits bestehenden Organisationen und Institutionen. Heute bestehen bereits Kooperationen mit insgesamt 11 Organisationen im Kanton und über 30 Männer sind eingeschriebene Mitglieder. Thomas Zehnder: «Es geht bei MännerZug vor allem darum, bestehende Organisationen, aber auch Unternehmen, Privatpersonen, Vereine usw. zu unterstützen, wenn es um konkrete Männerthemen geht.» Als Vision von MännerZug schwebt den Aktiven die Gründung eines so genannten ‚Genderhauses‘ vor, das zwei Eingänge bei Fragen oder Problemen anbietet, einen Eingang für Frauen, einen für Männer.

Die Überraschung am Schluss

Nach der Abwicklung der Gründungsprozedur des Vereins fand die Veranstaltung – bevor zum gemütlichen Apéro aufgerufen wurde – nochmals einen Höhepunkt. Als sichtbares Symbol für die zukünftige Arbeit von MännerZug wurde ein grosser Holztisch mit schweren Eisenbeschlägen – hergestellt vom Holzbauer Nik Stahlberger aus Baar – enthüllt und eingeweiht. Als erste Aufgabe gilt es nun, so Zehnder in seinen abschliessenden Worten, einen würdigen Platz für den an die «Arthur und seine ritterliche Tafelrunde»-Sage anmutenden Tisch zu finden, der in Bälde als Sitzungstisch für die Treffen dienen soll. Eine Aufgabe, die, verglichen mit den Zielen und zukünftigen Herausforderungen, sicherlich eher zu den einfacheren zählt...

www.maennerzug.ch

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



Psychosozial-Verlag

Walltorstr. 10 · 35390 Gießen · Tel. 0641/9716903 · Fax 0641/77742
 bestellung@psychosozial-verlag.de · www.psychosozial-verlag.de



Eberhard Schäfer, Michael Abou-Dakn,
 Achim Wöckel (Hg.)

Paul-Hermann Gruner, Eckhard Kuhla (Hg.)

Vater werden ist nicht schwer?

Befreiungsbewegung für Männer

**Zur neuen Rolle des Vaters
 rund um die Geburt**

**Auf dem Weg zur Geschlechter-
 demokratie. Essays und Analysen**

153 Seiten · Broschur
 ISBN 978-3-89806-819-2

427 Seiten · Broschur
 ISBN 978-3-8379-2003-1

Der Vater, der unbekannte Dritte: Wem und was nützt es, wenn Väter bei der Geburt ihrer Kinder dabei sind? Die Beiträge dieses Bandes geben erste Antworten für eine innovative Praxis der Väterförderung.

Dieses Buch untersucht das feministische Zeitalter und liefert Ausblicke und Vorschläge für das Zeitalter danach. Gleichverpflichtung, Gleichbehandlung und Gleichwertigkeit beider Geschlechter müssen das Ziel sein. Damit führt auch an einer offenen wie offensiven Interessenvertretung der Männer kein Weg vorbei. Eine große Rolle spielen Themen wie die Rolle des Mannes in der Familie, Gewalterfahrungen, Gesundheit, Sterblichkeit, Männerpolitik und traditionelle Männlichkeit.

Jesuiten und Männer im Lassalle-Haus

Geist, Gebet und Sinn

Vor 80 Jahren übernahm der Jesuitenorden das ehemalige Kurhaus über dem Lorzental und machte daraus ein Haus für religiöse Erwachsenenbildung. Sein Angebot reicht von der Vertiefung auf dem geistlichen Weg, über Gespräche mit Führungskräften aus Wirtschaft und Politik bis zur östlichen Meditation.

Andrea Zwicknagl

Im Beinamen beschreibt sich das Lassalle-Haus Bad Schönbrunn seit 1993 als Zentrum für Spiritualität, Dialog und Verantwortung. Es werden bewährte spirituelle Wege verschiedener Traditionen vermittelt: Zen, Exerzitien, Kontemplation, Yoga, Kabbala. Sie sind Quelle einer qualitativ hochstehenden Spiritualität und motivieren Menschen zum gesellschaftlichen Engagement. Auf diesem Fundament hat sich die Leitung des Hauses immer auch eine grosse Wachsamkeit bewahrt, den Zeitgeist zu erkennen und mit seinen Angeboten herauszufordern. So entstanden verschiedene aktuelle Initiativen. Neben dem Kursbetrieb können Interessierte am spirituellen Leben über mehrere Monate eine Sabbatzeit im Haus verbringen, ein Lehrgang zur interreligiösen Theologie will den vermehrten Wunsch nach inhaltlicher Vertiefung stillen. Auch die seit 2009 neu gestarteten Kurse spezifisch für Männer sind Antwort auf eine Notwendigkeit der Zeit. Im Interview gibt P. Christian Rutishauser SJ Auskunft über den neuen Schwerpunkt von Angeboten für Männer.

Den Jesuiten haftet ein etwas schwieriger Ruf an: Für Katholiken sind sie Gottes Musterschüler, die niemand richtig mag, für Protestanten (zumindest im 19. Jahrhundert) waren sie schlicht die Handlanger des Teufels. Wie lebt es sich mit diesem Ruf?



«Was wir heutzutage als Burnout erleben, ist nicht allein ein Zuviel an Anforderung, sondern vor allem auch ein Zuwenig an Sinn.»

Christian Rutishauser

Mit der Geschichte lebt es sich gut. Es ist eine Identitätsstiftende Kraft, sich in einer Gemeinschaft zu wissen, die ein gemeinsames Ziel verfolgt. Aber Sie sprechen mich ja als unbeliebten Musterschüler oder Handlanger des Teufels an. Zwei Dinge möchte ich dazu sagen: Das erste ist, dass das einfach Klischees sind. Mit diesen muss man leben lernen. Statt mich davon verunsichern zu lassen, nutze ich sie gerne und drehe den Spieß um. Sie werden oft zum Auslöser für wesentliche Gespräche. Das zweite ist: Zu jeder Geschichte und zu jedem Leben gehören Licht- und Dunkelseiten. Das ist nicht zu vermeiden. Jeder der wahrhaft Mensch werden will, muss sich damit aussöhnen. Die Geschichte des Ordens, zu dem ich gehöre, hilft mir dabei. Auch dort gibt es Ruhmreiches und Verwerfliches. Indem ich es integrieren lerne, wird auch mein persönliches Leben reifer und realistischer.

Sie sind mit grosser Energie daran, an Ihrem Haus Angebote für Männer aufzubauen. Was bewegt Sie dazu?

Kurz gesagt: die Not der Zeit und mein eigenes Glück.

Das müssen Sie genauer erklären.

Die Frauen haben ihre gesellschaftliche Rolle neu gestaltet. Nun müssen sich auch die Männer aktiv einsetzen. Eine bewusste Neugestaltung auch ihrer Rolle ist gefordert. Mir selbst war diese Herausforderung früh bewusst. Ich suchte eine spirituell geprägte Lebensform. Auf dem Weg in den Orden habe ich mich intensiv damit auseinandergesetzt. Mannsein, ohne Frau leben, mit Gott ringen, eine soziale Form finden: Das ist nicht leicht. Trotz Männerpriestertum bestimmen heute vornehmlich Frauen das Bild der Kirche. Männer fühlen sich nicht angesprochen. Sie sind nicht so gefühlig, ihr Engagement drängt ins Öffentliche und nicht in den Rückzug der privaten Frömmigkeit. Sie wollen lieber kämpfen als Hände halten und Reigen tanzen.

Es ist mir bewusst, dass die Kirche von heute keine attraktiven Rollenmodelle für Männer liefert. Als Jesuit habe ich meine Rolle aus einer tragenden Spiritualität auch in der Kirche gefunden. Diese spirituelle Lebensgemeinschaft erfüllt meine Beziehungen mit Lust am Sein, Freude am Engagement, Ermutigung, mich ganz einzusetzen, kurz: mit Glück. Als Begleiter, Mentor oder Coach möchte ich andere Männer auf ihrem Weg der Selbstwerdung begleiten.

Wie soll das gehen?

Ich möchte drei Dinge nennen: Erstens braucht es eine solide Spiritualität, die das Private und Öffentliche ernst nimmt. Sie haben die Klischees über den Orden angesprochen. Trotzdem hat er sich über Jahrhunderte bewährt und sich immer wieder von innen heraus erneuert. Das Zweite ist echte Freundschaft. Ich habe unendlich viel gelernt von Freunden, die wie ich ihr Leben aus dem Glauben gestalten. Das inspiriert ungemein für den eigenen Weg. Das Dritte nenne ich „Pilger des Absoluten“ sein, sich den letzten Werten zuzuwenden. Das Absolute zu suchen ist nicht immer einfach, zuweilen sogar gefährlich. In der Auseinandersetzung mit Gott geht es letztlich um Leben und Tod. Es geht um ein Wagnis, selbstverantwortet sich einzusetzen für das, was man als richtig und wahr erkannt hat. Sonst macht doch Leben auf lange Zeit keinen wirklichen Sinn.

Welche Resonanz spüren Sie bei Ihrer Arbeit mit Männern?

Das Seminar, das ich im April zusammen mit Christoph Walser durchgeführt habe, trug den Titel: «Was Sinn macht und Kraft gibt.» Das hat sich als programmatisch erwiesen. Was wir heutzutage als Burnout erleben, ist nicht allein ein Zuviel an Anforderung, sondern vor allem auch ein Zuwenig an Sinn. Wer nicht weiss, wofür er arbeitet, hat auch keine Energie. Wer dagegen Sinn erkennt, setzt ungeheure Kräfte frei und wächst über sich selbst

hinaus. Es war eindrücklich, wie intensiv und persönlich die Männer im Seminar die Impulse aufgenommen haben und wie offen sie diskutierten.

Wie konkret stellen Sie sich diese Sinnvermittlung vor?

Die Angebote im Lassalle-Haus sollen einen Erfahrungsraum öffnen. Männer sollen ihre Kräfte erleben, sich in ihnen messen können, kreativ werden, ihre Umwelt gestalten, echte Freundschaften schliessen. Offenheit für Religion und Spiritualität gehört dazu. Neue Worte und Formen müssen gefunden werden, in denen Männer Lust haben, sich auszudrücken. Konkret wird Stefan Gasser-Kehl noch in diesem Jahr eine Reihe zu den männlichen Archetypen starten. Da wird mit Rollenmodellen gearbeitet. Prof. Paul Zulehner wird im Herbst seine Studie vorstellen und berichten, was er über die Männer von heute herausgefunden hat. Und das nächste Jahr verspricht ein echtes Highlight: Richard Rohr wird bei uns Kontemplationstage halten und eine Tagung nur für Männer. Er hat mit seiner Arbeit, den Büchern und Workshops die Männerbewegung der letzten Jahrzehnte geprägt. Ich bin gespannt, was er uns zu vermitteln hat. Darüber hinaus gibt es noch keine Pläne. Ich werde die Zusammenarbeit mit Christoph Walser weiterführen und mich inspirieren lassen, von dem, was die Männer ins Haus bringen und was mir aus dem eigenen Herzen wächst.

Foto zVg

Männer-Initiation mit Stefan Gasser-Kehl:

Einführung: 6. Juni 2009

Der Magier: 11. – 13. September 2009

Der König: 18. – 20. Dezember 2009

Vortrag von Prof. Paul Zulehner:

16. September 2009, 20:00 Uhr

Richard Rohr:

Kontemplation: 15. – 20.8.2010

Männertagung: 20. – 22.8.2010

www.lassalle-haus.org

Timeout statt burnout

«Lebe ich wirklich mein Leben?»



Timeout statt burnout ist ein modular aufgebautes Weiterbildungsangebot. Es wurde 1999 erstmals als Seminar für Kadermänner der Migros Zürich durchgeführt. Seither haben über 2000 Männer das Seminar besucht. Die Bausteine werden je nach Veranstaltung angepasst und kombiniert: Vortrag/Info-Veranstaltung (2 Std.), Timeouttag (1 Tag), Grundlagenseminar (2 Tage), Vertiefungsseminar (3 Tage) und Ausbauseminar (4 Tage)

www.timeout-statt-burnout.ch

Martin Buchmann
Team- und OE-Berater, Supervisor BSO,
Gestalttherapeut FPI
martinbuchmann@bluewin.ch

Christoph Walser
Theologe, Erwachsenenbildner, Coach ZIS
christophwalser@bluewin.ch

Christoph Walser bietet zusammen mit Martin Buchmann Seminare und Coachings unter dem Titel «Timeout statt burnout» an. Das Ziel: Innehalten, bevor es nicht mehr weiter geht.

Interview: Ivo Knill

Ist Burnout ein spezifisches Männerproblem?

Burnout ist ein Thema, das vor allem Männer angeht, weil sie noch immer den Hauptharst der Vollzeitbeschäftigten stellen. Bei ihnen spitzt sich die Schwierigkeit zu, Arbeit, Familienzeit und Zeit für sich selber in Einklang zu bringen. Burnout ist ein Problem der Arbeitswelt, aber es wird verschärft durch den Druck, unter dem «Vollzeitmänner» an allen Fronten ihres Lebens stehen.

Der Begriff Burnout ist umstritten – die medizinische Definition wäre eher Erschöpfungsdepression.

Wer ein Burnout hat, bei dem zeigt sich ein Symptom, das in den heutigen Bedingungen des Arbeitslebens und des Familienlebens angelegt ist. Der Begriff macht es Männern einfacher, Hilfe zu suchen, weil er nicht «psychologisiert». Es ist etwas, das einem passieren kann, ein Thema, mit dem sich jeder Mann auseinandersetzen muss. Der Begriff «Erschöpfungsdepression» mag medizinisch genauer sein, aber er zielt auf die Psyche eines Einzelnen: Offenbar ist man nicht belastbar genug, wenn man eine Erschöpfungsdepression hat. Ich beobachte im Moment die Tendenz, Burnout nicht als Berufskrankheit, sondern als individuelles Versagen zu werten. In den letzten Jahren geht das Angebot an präventiven Kursen in Firmen eher zurück. Stattdessen setzt man auf Schadensbegrenzung durch Casemanager, die Einzelfälle möglichst kostengünstig abwickeln sollen.

Wo setzt das Angebot «Timeout statt burnout» an?

Wir richten uns an Männer, die im Beruf stehen und einen Weg suchen, ihre Kräfte so einzuteilen, dass sie nicht in ein Burnout geraten. Nicht warten bis es kracht, sondern schon vorher gezielt etwas für den Ausgleich der Kräfte tun – das ist unser Motto. Wir empfehlen jedem Mann, neben Arbeits- und Familienwelt ganz gezielt «Timeouts», also Inseln der Erholung zu schaffen. Jeden Tag, jede Woche, jeden Monat eine Zeit der Entspannung einrichten: Sei das ein Gang an die frische Luft, eine kurze Meditation, die im Tagesablauf Platz findet, ein Ausgang mit einem Freund, eine Kletterwoche im Jahr: Diese «Eigenzeiten» sind wichtig. Sie gehören in die Agenda eingetragen.

Erholung muss also geplant sein?

Ganz klar! Besonders Männer haben ja das Talent zum Planen: Wir ermuntern sie, dieses Talent auch für sich selber nutzbar zu machen. Sie lernen bei uns, Verantwortung für sich selbst und für ihre Gesundheit zu übernehmen. Das ist für sie selber wichtig und wirkt sich sehr positiv auf ihr Umfeld aus.

Ein bisschen Erholung – reicht das?

Nein. Wer zu hohe Anforderungen an sich stellt, oder zulässt, dass diese an ihn gestellt werden, geht ein Risiko ein. Ich muss bereit sein, die unbequeme Frage zu stellen: Lebe ich wirklich mein Leben? Möchte ich wirklich diesen Standard aufrecht erhalten? Vielleicht ist es ratsam, auf einen Karriereschritt zu verzichten, etwas weniger zu verdienen oder die Aktivitäten neben der Arbeit etwas zu reduzieren. Lohnt es sich wirklich, sich für die Firma, für seine Karriereplanung und für die Traumferien der Familie in Stücke zu reissen?

Mehr Erholung, weniger Ansprüche: Das klingt gut, ist aber nicht für jeden machbar.

*Eine Familie kostet nun einfach mal viel!
Ohne beruflichen Volleinsatz ist da nichts zu machen!*

Das ist die gesellschaftliche Seite. Als einzelner kann ich sie nicht ändern. Ich rate dazu, nicht zu schnell zu kapitulieren: Wir haben oft mehr Möglichkeiten, als wir im ersten Moment glauben. Andererseits ist es ganz klar: Der individuelle Ansatz muss um Solidarität ergänzt werden. Das beginnt bei der Solidarität unter Arbeitskollegen:

Wir können viel für ein besseres Arbeitsklima tun. Das führt weiter zur Pflege von Freundschaften. Und es muss weiter gehen bis zum Engagement in Männergruppen und Männerinitiativen und zum Engagement in politischen Parteien, wenn dazu die Kraft noch reicht.

Was sind für dich persönlich bleibende Erfahrungen aus den Timeout-Seminaren?

Anteil nehmen an Lebenssituationen von

Männern verschiedenster Alter und Berufe. Die tiefen Gespräche über Beziehungssituationen. Männer bei zentralen Veränderungsschritten hin zu mehr Freiheit begleiten. Die Atmosphäre der stillen Zeiten mit den Männern in der Natur (an Bergen, bei Seen, in Wäldern), den Wert und die Kraft von Männerfreundschaft in solchen Tagen erleben ... das sind Erlebnisse, die ich im Herzen bewahre.

Foto zVg

Auftanken

Die Männerzeitung hat sich umgehört nach Orten zum Auftanken, zum Kräfte Sammeln oder für eine therapeutisch begleitete Auszeit. Die folgenden Adressen verstehen sich als Hinweise und Anregung, als Blick auf einen Markt von Angeboten rund um das Thema Burnout und Regenerierung der Kräfte. Sie ersetzen keinesfalls eine sorgfältige Abklärung! Die Beschreibung des Angebots stammt jeweils von den Trägern des Angebotes. Sie unterstützen die aktuelle Ausgabe mit Inseraten zu ihrem Angebot.

Die **Klinik Schützen in Rheinfelden** ist als führende Privatklinik für Psychosomatik und medizinische Psychotherapie in der Schweiz auf Burnout spezialisiert. Die Abteilung für individuelle Psychotherapie bietet ein spezialisiertes Behandlungsprogramm, das auf die individuelle Situation jedes Betroffenen ausgerichtet wird: intensive Einzelpsychotherapie, ärztlich-somatische Behandlungen, Mal-, Musik-, Entspannungs- und Körpertherapien sowie Betreuung durch Pflegefachleute. Die hochstehende Hotellerie mit Solebad bietet ein ansprechendes und wohltuendes Ambiente.

Klinik Schützen Rheinfelden, Bahnhofstrasse 19, 4310 Rheinfelden, +41 61 836 26 26, info@klinikschuetzen.ch
www.klinikschuetzen.ch

Das **Haus zum Weg** ist eine Oase des Friedens. Schenken Sie sich eine Zeit der Besinnung und kommen Sie zur Ruhe. Erfahren Sie in unserem ganzheitlichen Yogaprogramm mit Meditation, Atem- und Körperübungen und Philosophie die Kraft des Lebens. Finden Sie zu Gelassenheit und innerer Stärke und lernen Sie das Leben im Einklang mit sich selbst zu führen. Verweilen Sie an einem Platz der Stille. Erwachen Sie mit neuer Kraft!

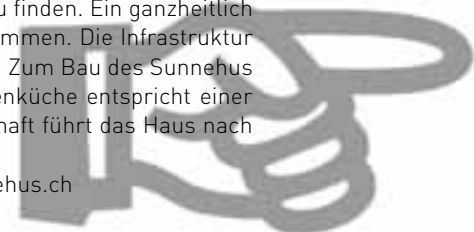
Haus zum Weg, Dreiegglistrasse 10, 9633 Hemberg; Tel. 071 379 00 10, www.hauszumweg.ch

Wenn ein Burnout droht, kann sich Mann in der **Ayurveda-Kurpension Le Cocon**, dank professionellen ayurvedischen Behandlungen und entsprechender Ernährung, körperlich, geistig und seelisch regenerieren.

Infos unter Tel. 032 941 61 63 oder www.lecocon.ch

Die **gemeinnützige Stiftung Sunnehus** stellt den Menschen ins Zentrum. In unserem Kurzentrum möchten wir Menschen in Krisensituationen helfen, zu einem tieferen, erweiterten Gesundheits- und Lebensverständnis zu finden. Ein ganzheitlich ausgerichtetes Kur- und Bildungsangebot führt Gäste in verschiedensten Lebenssituationen zusammen. Die Infrastruktur und die Atmosphäre des Hauses bieten eine Vielfalt von Erholungs- und Entfaltungsmöglichkeiten. Zum Bau des Sunnehus wurden ausschliesslich baubiologische Materialien verwendet und unsere vielseitige Bio-Knospenküche entspricht einer modernen Lebens- und Ernährungsweise. Ein Team mit integrierter Wohn- und Arbeitsgemeinschaft führt das Haus nach umweltgerechten Grundsätzen.

Kur- und Bildungszentrum, CH-9658 Wildhaus, Tel.: 071 998 55 55, info@sunnehus.ch, www.sunnehus.ch



Die **Casa di Cura Andrea Cristoforo** ist das einzige anthroposophische Kurhaus in der Schweiz. 70 Meter über Ascona gelegen, geniessen Sie eine einzigartige Aussicht auf den Lago Maggiore und die gegenüberliegende Bergkette des Gambarogno. Ein Ort für Rekonvaleszenz, Erholung bei Erschöpfungszuständen, Burnout oder einfach auch für gesunde Ferien. Mit natürlichen Materialien eingerichtetes, neu renoviertes Haus. Biologische Vollwertküche.

Ihr individuelles Therapieprogramm, speziell für Burnoutpatienten, wie äussere anthroposophische Anwendungen, Heileurythmie, Kunsttherapie und rhythmische Massage stellen Sie mit unserem Hausarzt zusammen. Bei Bedarf werden Sie rund um die Uhr von unserem Pflegepersonal betreut.

Casa di Cura Andrea Cristoforo, Via Collinetta 25, 6612 Ascona, 091 786 96 00, mail@casadicura.ch, www.casadicura.ch

Das **Bildungshaus Fernblick** in Teufen führt mehrfach im Jahr zwei- bis dreiwöchige Oasen-Zeiten durch: eine Auszeit für Menschen, die mit Leib und Seele Atem holen wollen. In unserer schnelllebigen Zeit reagieren immer mehr Menschen auf die komplexen Anforderungen mit einer existentiellen Krise.

In kleinen Gruppen wird ein Weg gegangen, der Leib, Seele und Geist anspricht und persönliche Entwicklungsprozesse ermöglicht. Die kleine Wohngemeinschaft des Katharina-Werkes bietet hierfür fachkundige spirituelle und therapeutische Begleitung an. Die traumhafte Landschaft des Alpsteins und der spirituelle Rahmen unterstützen das Anliegen der Oasen-Zeit in idealer Weise. Ein Fenster zu neuen Horizonten – Oasen-Zeiten im Fernblick. www.fernblick.ch

Das **Seminar-Hotel Wasserfallen** ist ein besonderer, kraftvoller Ort im Baselbieter Jura. Abgelegen, auf 950 Metern über Meer, finden Sie hier Raum und Ruhe um in sich zu gehen, über ihre Lebenssituation nachzudenken oder einfach auszuspannen. Eine Wanderung durch die wilde Landschaft? Meditieren im Naturgarten? Ein Sonnenbad am Swimmingpool? Ein Gespräch am Feuer unterm Sternenzelt? Wasserfallen – ein Ort für Veränderungen. www.hotel-wasserfallen.ch

Das **Lehrinstitut LIKA** befindet sich an der Aare im wunderschönen ehemaligen Dorfschulhaus in Stilli, Gemeinde Villigen AG. Unsere Kernaufgaben sind die Berufsausbildung von fachlich versierten Atemtherapeuten, das Angebot einer Palette differenzierter Weiterbildungen, massgeschneiderte Seminarangebote z.B. für Firmen/Organisationen, Vermittlung von Therapieangeboten an Interessierte.

Wir bieten «Lösungen» an: Auf muskuläre Spannungsbalance ausgerichtete Verfahren wie Atemmassage, Raumempfindungs- und Kontaktübungen lösen Atemfehlverhalten, Blockaden und Verspannungen

Querdenkerische Impulse stärken eine offen-positive mentale Einstellung. www.lika.ch

CASA di CURA

ANDREA CRISTOFORO

Am Monte Verità über dem Lago Maggiore!

Kurhaus und Hotel mit anthroposophischer Medizin

... mehr als Erholung!

Bei uns finden Sie Raum und Zeit, das **körperliche, seelische und geistige Gleichgewicht** durch eigene Schritte zu fördern.

Rekonvaleszenz, Erholung nach Operationen, Krankheit, Burnout oder bei Erschöpfungszuständen, Krebsnachsorge oder ... auch einfach „gesunde Ferien.“

Ausgezeichnete, rein **biologische Vollwertküche.**

Kennenlernpakete:

2 Übernachtungen inkl. VP, 1 x Heileurythmie, 1 x Rhythmische Massage, 2 x Wickel, 1 x Kunstatelier für nur CHF 600.00 / CHF 655.00

5 Übernachtungen inkl. VP, 1 x Heileurythmie, 1 x Rhythmische Massage, 5 x Wickel, 1 x Ganzkörpereinreibung, 2 x Kunstatelier für nur CHF 1'365.00 / CHF 1'500.00

Casa di Cura Andrea Cristoforo

Via Collinetta 25 CH – 6612 Ascona
Tel: 091 786 96 00 FAX: 091 786 96 61
mail@casadicura www.casadicura.ch

Wenn Sie in Ruhe den Überblick finden wollen:

seminar hotel
WASSERFALLEN
lernen. togen. feiern. sein.

www.hotel-wasserfallen.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

FERNBLICK HAUS DER VERSÖHNUNG

Peace Camp - Eine Welt für Alle 12.-19.7.09

Während einer Woche treffen sich Menschen aus vielen Ländern um miteinander Friedensvisionen auszutauschen, zu erarbeiten und zu konkretisieren. Schwerpunkt bilden die spezifischen Friedenskräfte von Frauen und Männern.

Ein Fenster zu neuen Horizonten 6.-20.12.09

Der Fernblick gibt Menschen die Möglichkeit, eine kürzere oder 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

LIKA



Themenzyklus Mann

22.08./19.09./28.11.2009

Infos unter: Lehrinstitut LIKA, Dorfstr. 1, 5233 Stilli AG
www.lika.ch, Tel. 056 441 87 38, info@lika.ch

Sunnehus

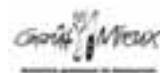
Kur- und Bildungszentrum Wildhaus

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



Fühlen Sie sich ausgebrannt? Leiden Sie an einem Burnout?

Wenn nichts mehr geht, wenn das Leben nur aus Leistungsdruck besteht, handelt es sich vielleicht um ein Burnout.

In der Klinik Schützen Rheinfelden

können Sie einen Halt einlegen. Wir helfen Ihnen, sich Raum zu verschaffen, Ressourcen zu aktivieren, Ihre Balance wieder herzustellen und neuen Brennstoff zu generieren.

Gesund werden in wohltuender Umgebung

Ihre ganz persönlichen Bedürfnisse sind für unsere Spezialisten massgebend, um Ihnen einen optimalen Therapieaufenthalt zu gewährleisten.

Die in zwei Hotels eingebettete Klinik bietet die idealen Voraussetzungen für Ihre Genesung.

Klinik Schützen Rheinfelden

Bahnhofstrasse 19 • 4310 Rheinfelden • Tel. 061 836 26 26 • Fax 061 836 26 20
info@klinikschoetzen.ch • www.klinikschoetzen.ch

Psychosomatik • Medizinische Psychotherapie

Klinik Schützen Rheinfelden. 061 836 26 26

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



www.andreasvongunten.ch fotograf

It's All About Energy With Love...

www.tisia.de 

Aussergewöhnliches Mental- und Emotiv-Training

Horoskope, die weiterhelfen

Beratung, Kurse und vieles mehr
für Ihre Gesundheit.

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

traurig.ch

Kreativer Umgang mit starken Gefühlen!
Wenn Du fühlst, dann lebst Du!
Basis- und Aufbaueminare, Weiterbildung

Stefan Gasser 
Naturrituale und
Coaching für Männer

Männer in Saft und Kraft

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

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

**paracelsus
heilpraktikerschulen**

Die Nr. 1 in Europa • 54 Schulen i. d. Schweiz u. Deutschland

Seminare, Fachaus-
bildungen nach
Qualitätsprüflabel
der Krankenkassen

Naturarzt/ärztin • Naturheilpraktiker/in
Traditionelle Chinesische Medizin
Sporttherapeut/in • Sport-Osteopathie



Studienleiter
R. Beer

Berninastrasse 47a • 8057 Zürich • Telefon: 043 - 960 20 00 • www.paracelsus-schulen.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:
Meine Vision, Fr. 19. bis So. 21. Juni 2009
 Naturritual. Visionen und Antworten aus dem eigenen Kern geben Kraft und verleihen Flügel.

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

Jahresprogramm 2009



Angebote für Männer

www.zh.ref.ch/maenner

Internationales Seminarhaus

WALDHAUS ZENTRUM LÜTZELFLÜH

Bei uns findest du ein reichhaltiges Angebot an Seminaren und Ausbildungen mit international bekannten und erfahrenen Lehrern und Therapeuten.

Unser Haus zeichnet sich durch eine liebevolle Atmosphäre, eine köstliche vegetarische Küche und die schöne Emmentaler Umgebung aus. Unser Team freut sich, dich bei uns im Emmental willkommen zu heissen!



Waldhaus Zentrum CH-3432 Lützelflüh
 034 461 07 05 • waldhaus@waldhaus.ch • www.waldhaus.ch

Integrative Körperarbeit

3-jährige berufsbegleitende Weiterbildung
 in körperzentrierter Beratung und Körperarbeit im Wasser 5.-12.Sept.09 Centro d'Ompio, Norditalien



IKA

www.integrativekoerperarbeit.ch
 Denise Weyermann, 079 459 14 04
 IKA-Handbuch:www.kairosverlag.ch

let's talk about sex'n'love

let's talk about sex'n'love ist entstanden aus der intensiven, heilsamen struktur des satori - diese wiederum geht auf übungen zurück, die in den klosterschulen des ostens gelehrt wurden.

bei let's talk about sex'n'love hinzugekommen ist der fokus auf liebe und sexualität. das erlaubt dir, klar zu werden, zu dir vorzustossen.

für singles kann es eine spassvolle gruppe sein, im forschen an sich selbst. für paare kann es zudem heilsam und transformierend sein.

für mich ist es die schönste verbindung zwischen forschen, spiritualität, entwicklung, falsche masken erkennen und loslassen einerseits und liebe, sex und lebensfreude andererseits. es ist die integration von ying und yang.

hinweis: die struktur sieht keine körperlichen berührungen vor.

investition: 40.-, für paare 60.-

nächste daten: jeweils freitags, 12.juni, 10.juli, 14.aug, 11.sept, 9.okt, 13.nov

ort / anmeldung: in egg (zh) / anmeldung erforderlich

mehr details unter www.twentyone.ch > termine > abende.

PSYCHOTHERAPEUTISCHE PRAXIS

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

Psychotherapie für bisexuell und homosexuell orientierte Menschen, bei Coming-out-Problemen, 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

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

MÄNNERSEMINARE wegederkraft.ch

Die Sehnsucht nach dem Weiblichen

Ein Wochenende zur Männeremanzipation

28. – 30. August 2009

Abbaye de Fontaine-André, bei Neuenburg

Mit Lorenz Ruckstuhl und Alexander Lanz
info@wegederkraft.ch Tel. 034 431 51 20

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



Massagen & Events

männer | zeitung

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

Weitere Infos unter www.maennerzeitung.ch/inserate





Pension Casa Selva
Via Bot Fierna Sura 5
7014 Trin – Digg
Tel: 081 635 17 75
info@casaselvatrin.ch
www.casaselvatrin.ch

oekoziertifiziert mit
4 Steinböcken

Die Pension liegt in einer der schönsten Landschaften der Schweiz. Das Hotel für Naturfreunde, Sportler und Familien. Sehr geeignet als Männer-, Frauenhotel. Der ideale Ort für Ferien, Kurse, Familien- und Firmenanlässe. Rufen Sie uns an, besuchen Sie unsere Homepage oder kommen Sie einfach vorbei. Das neue Pächterteam Regina und René Spack freuen sich auf Ihren Besuch.

0041 (0) 91 754 34 34 // www.ca-stella.ch



HAUS FÜR BILDUNG UND BEGEGNUNG

HERZBERG

Ihr Haus für:

- Seminare
- Weiterbildungen
- Outdoorkurse

im herrlichen Aargauer Jura

+41 +62 878 16 46

www.herzberg.org



Nur 1 1/4 Stunden Bahnfahrt von Zürich entfernt sind Sie weit weg von Hektik und Alltags-Stress.

Unsere biologische Gourmetküche, auserlesene Weine, Sternzeichenzimmer, gepflegter Service, lockere Atmosphäre wecken Ihre Lebensfreude.

071 374 15 11

info@roessli-mogelsberg.ch

www.roessli-mogelsberg.ch

L'AUBIER
www.aubier.ch



Sympathisches Öko-Hotel im Neuenburger Jura.
25 lichte Zimmer, rauchfrei, ruhig, zeitgemäss.
Herrliche Sicht auf See und Alpen.
Kreative Küche mit Bio-Zertifizierung.
Biodynamischer Hof mit Käseerei, Fleisch aus Hofhaltung.

les Murailles 5 2037 Montezillon 032 732 22 11



In Neuchâtel im Herzen der Altstadt:
Ein sympathisches Café.
Eigene Kaffeeröstung.
Ein kleiner Mittagstisch.
Neun gemütliche Zimmer.
Und vor der Tür :
das Plätschern des Brunnens !

rue du Château 1 2000 Neuchâtel 032 732 22 11

www.weitwandern.ch

Man muss etwas Neues machen, um etwas Neues zu sehen.
Georg Christoph Lichtenberg

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 .
Adress .
PLZ, Wohnort .

senden an: Markus Eucher, Postfach 122, CH-5705 Rorschach
Tel: 033 654 18 42, Fax: 033 654 11 34 männerzeitung 2009/2

Lesern der männer|zeitung 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

	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	Trogen Seminarhaus Lindenbühl	Mann, nimm Abschied! Basis-Seminar: Abschiedsfähig sein bedeutet veränderungsfähig sein!	traurig.ch Fachstelle für Emotionskultur 044 819 37 32, info@traurig.ch www.traurig.ch	Fr 28. bis So 30.8.2009 Beginn 14:30, Ende 16:30
BE	Thun	Männergruppe für gemeinsamen Austausch zur Entlastung vom Alltagsballast	Beat Bantli 078/6713971 beatbantli@hotmail.com	Di 2.6. bis 20.10.2009 ca. 14-täglich Beginn 20:00, Ende 22:00
	Thun	Körperwahrnehmungs-Kurs Mit leichten Übungen den Körper wieder in Fluss und Energie bringen!	Beat Bantli 078/ 6713971 beatbantli@hotmail.com	Di 2.6. bis 6.10.2009 ca. 14-täglich Beginn 18:30, Ende 19:50
	Langnau i. Emmental	Neuorientierung Persönliche und berufliche Neuausrichtung. Ein Workshop in der Natur.	Perspektiven, Christof Bieri 034 402 52 63, info@es-geht.ch www.es-geht.ch	Sa 6.6.2009 Beginn 09:00, Ende 19:00
	Umgebung von Bern	Meine Vision Visionssuche mit Ritual in der Natur	Robert Fischer 031 372 21 20, seminare@mann-frau.com www.mann-frau.com	Fr 19. bis So 21.6.2009 Beginn 18:00, Ende 15:00
	Lützelflüh Waldhaus Zentrum	Einführungsseminar SkyDancing Tantra Impulse für die Bereiche Kommunikation, Beziehung, Liebe, Sexualität, Meditation	Peter A. Schröter und Doris Christinger +41 44 261 01 60, info@scpt.ch www.scpt.ch	Fr 19. bis So 21.6.2009 Anreise am Vorabend
	Rügel bei Olten	StandortFeuer Lebensfragen mit anderen Männern am Lagerfeuer besprechen	Robert Fischer 031 372 21 20, seminare@mann-frau.com www.mann-frau.com	Fr 21. bis So 23.8.2009 Beginn 18:00, Ende 15:00
	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
BL	Liestal Parkplatz Pfarreiheim, Rheinstrasse 20b	Sport und Wort Die etwas andere Velotour für Männer	Pfarrei Bruder Klaus Liestal 061 927 93 50, messingschlager@rkk-liestal.ch www.rkk-liestal.ch	Fr 19.6.2009 Beginn 18:00, 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
GR	Sils im Engadin	Inn-Radweg. Von Maloja nach Innsbruck. Dem wilden Inn entlang durch die Schönheiten des Engadins und Tirols.	078 610 64 95, mailbox@wandervelo.ch www.wandervelo.ch	Do 18. bis So 21.6.2009
	Disentis	Senda Sursilvana - Star der Höhenwege Sonnige, aussichtsreiche Höhen der Surselva und die Rheinschlucht erwandern.	078 610 64 95, mailbox@wandervelo.ch www.wandervelo.ch	Do 16. bis So 19.7.2009

Ort	Anlass	Information	Datum
Bludenz/St. Antönien	Wanderungen im Rätikon und Montafon Helle Kalkberge, grüne Almwiesen, spiegelnder Lünensee und Kaiserschmarrn!	078 610 64 95, mailbox@wandervelo.ch www.wandervelo.ch	Fr 28. bis So 30.8.2009
Luzern Reussportweg 17	TISIA Workshop «Gesund-Sein» Fokus und Resonanz als machtvoller Werkzeug für unser Gesund-Sein	TISIA Institut K.Georg Lange +41 43 819 37 32, info@tisia.ch www.tisia.de	So 14.6.2009 Beginn 14:00, Ende 18:00
Bei Neuenburg Abbaye de Fontaine-André	Die Sehnsucht nach dem Weiblichen Ein Wochenende zur Männerremanzipation	Lorenz Ruckstuhl und Alexander Lanz 034 431 51 20, info@wegederkraft.ch www.wegederkraft.ch	Fr 28. bis So 30.8.2009 Beginn 18:15, Ende 16:00
Bodensee	Ich pfeif drauf Selbstversuch an der Orgel Anmeldung nötig	ForumMann info@forummann.ch www.forummann.ch/veranstalten	Sa 6.6.2009 Beginn 11:00, Ende 15:00
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 11. bis So 14.6.2009 Anreise am Vorabend
Stein AR Bruggli	Sommer-Schwitzhütte für Männer Anmeldung nötig	ForumMann info@forummann.ch www.forummann.ch/veranstalten	Sa 20.6.2009 Beginn 16:00 Ende 22:00
Hemberg Dreiegglistrasse 10	Meditieren und Wandern Meditation und Yoga am Vormittag, geführte Wanderungen am Nachmittag	Haus zum Weg 071 379 00 10, info@hauszumweg.ch www.hauszumweg.ch	Sa 4. bis Fr 10.7.2009 Beginn 16:00, Ende 12:00
Ofenloch oder Ricken	men's walk Sommer Männer zu Fuss unterwegs. Details siehe homepage	ForumMann info@forummann.ch www.forummann.ch	Sa 22.8.2009 Beginn 10:00, Ende 22:00
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
Steg im Tösstal	Vater-Kind-Wochenende Für Väter mit Kindern im Alter von 5-12 Jahren	ForumMann, Mark Schwyter mark@schmark.ch www.forummann.ch	Fr 25. bis So 27.9.2009 Beginn Freitagabend, Ende Sonntagnachmittag
Illgau SZ Hildegard-Hotel	Männer in Saft und Kraft III / Sommer Sinnliche Lebendigkeit des «Liebhabers». Männer-Seminar mit Schwitzhütte.	Stefan Gasser-Kehl, Männercoach 041 371 02 47, info@manner-initiation.ch www.maenner-initiation.ch	Fr 19. bis So 21.6.2009 Beginn 18:15, Ende 14:00
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
Edlibach Lassalle-Haus Bad Schönbrunn	Männer-Initiation Zur Arbeit mit den vier Archetypen: Einführung zu inneren Stärken des Mannes	B. von Bresinski, S. Gasser-Kehl 041 757 14 14, info@lassalle-haus.org www.lassalle-haus.org	Sa 6.6.2009 Beginn 09:30, Ende 17:00

GR

LU

NE

SG

SZ

ZG

	Ort	Anlass	Information	Datum
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
	ZH	Zürich Nähe Hauptbahnhof	Männergruppe in Zürich sucht Mitglied 7 Männer zwischen 37- und 62-jährig wollen die Gruppe vergrössern	Jürg Wiler 044 942 33 45, juergwiler@bluewin.ch
Zürich Buchzelgstrasse 71		TISIA Explorer Seminar Entdecke Dich und Deinen geistigen Partner an den Ufern neuen Seins	TISIA Institut K.Georg Lange +41 43 819 37 32, info@tisia.ch www.tisia.de	Mi 10. bis Sa 13.6.2009 Beginn 13:30, Ende 19:30
Zürich Schifflande 22		Sieben Quellen des zeitgemässen Mannes PersönlichkeitsTraining für Männer: 7 Seminare über ein Jahr in fester Gruppe	Peter Oertle «männer:art» 061 313 68 46, info@maenner-art.ch www.maenner-art.ch	7 Wochenende vom Juni 2009 bis Juni 2010 Start: Fr 19. bis 21.6.2009
Zürich		Das Paargespräch Sich gegenseitig erkennen und zusammen ein Stück Wahrheit entdecken	«pandrea» Peter & Andrea Oertle Frölich 061 373 28 75, info@pandrea.ch www.pandrea.ch	Sa 4.7.2009 Beginn 09:30, Ende 17:00
Kappel am Albis Kloster Kappel Kappelerhof 5		Magier, Macho, Mönch oder Memme Der Tanz ums männliche Selbst	Andreas Tröndle, Rainer Spirig 044 764 88 10, kursekappel@h.ref.ch www.klosterkappel.ch	Fr 7. bis So 9.8.2009 Beginn 18:00, Ende 13:30
Kappel am Albis Kloster Kappel Kappelerhof 5		Aggression und Hingabe Ein Erweiterungswochenende für Männer	Thomas Scheskat 044 764 88 10, kursekappel@zh.ref.ch www.klosterkappel.ch	Fr 14. bis So 16.8.2009 Beginn 18:00, Ende 13:30
Kappel am Albis Kloster Kappel Kappelerhof 5		Leben - nicht gelebt werden! Mutige Spiritualität für Männer	Pierre Stutz, Christoph Walser 044 764 88 10, kursekappel@h.ref.ch www.klosterkappel.ch	Fr 4. bis So 6.9.2009 Beginn 12:15, Ende 14:30
Kappel am Albis Kloster Kappel Kappelerhof 5		Timeout im Kloster Stille Tage für Männer	Christoph Walser 044 764 88 10, kursekappel@h.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@h.ref.ch www.klosterkappel.ch	Fr 25. bis So 27.9.2009 Beginn 18:00, Ende 13:30
Winterthur		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
D	Berlin - Wannsee Haus der Stille	Mahamudra - Eintauchen ins Schweigen Meditationsretreat - nicht nur für Männer	Armin C. Heining +49 30 26344515, info@gay-tantra.ch www.gay-tantra.ch	So 2. bis So 9.8.2009 Beginn/Ende variabel
	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

Ort	Anlass	Information	Datum	
Bussang / Vogesen Total Art Oasis	Im PAARadies – Ferienseminar für Paare Auf den Spuren der eigenen Beziehungs- Vision(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	FR
Forio d'Ischia (NA) »Villa Lina«	GAY-TANTRA FerienSeminar «In Sonne, Wind & Wellen» auf Ischia bei Neapel. Mit Männern SEIN!	Armin C. Heining +49 30 26344515, info@gay-tantra.ch www.gay-tantra.ch	Sa 20. bis Sa 27.6.2009 Beginn 18:00, Ende 10:00	IT
Aosta	Trekkingwoche Alta Via 1, Aostatal Wandern im Süden, am Fusse der Walliser Viertausender, ein Höhenweg der Riesen!	078 610 64 95, mailbox@wandervelo.ch www.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	PT

Mit den Kindern in die Berge!

Rotpunktverlag.
www.rotpunktverlag.ch



Glarnerland und Zentralschweiz

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 *kinderleicht*, andere ganz schön anspruchsvoll.

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.–



Ostschweiz und Graubünden

Der zweite *Bergfloh*-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.

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.–



Berner Oberland und Wallis

Seilbahnfahrten über Schwindel erregende Felswände, uralte Pfade entlang waghalsig angelegter Wasserleitungen oder Trampolinsprünge in dünner Luft – auch der dritte *Bergfloh*-Band verbindet, was Erwachsenen gefällt und was Kinder cool finden.

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.–



**Ihre Spende
macht morgen
mehr möglich.**

Mit mindestens 50 Franken verhelfen Sie einem alten Schweizer Velo zu einer zweiten Karriere als Entwicklungshelfer in Afrika. Wer, was, wie und wozu lesen Sie auf www.velosfuerafrika.ch. Setzen Sie jetzt ein lokales Zeichen für globales Handeln: PC 30-7391-3, Stiftung für soziale Innovation, Velos für Afrika, 3007 Bern. Sie können natürlich auch Ihr eigenes Velo als Spende verschiffen lassen. So oder so: Merci!



**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

**grüne produkte
für produktive
männer**



süss & sauer
groOss & klein
heiss & kalt

schenken & verwöhnen

www.greenstore.ch

biologische . fair gehandelte & kunstvolle produkte aus aller welt



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

Weitere Händler unter
diverso.ch/haendler



Zeit zur Entspannung!

- Bergwandern
- Trekkingtouren
- Radtouren
- Schneeschuhwandern

WanderVelo.ch

mailbox@WanderVelo.ch

+41 78 610 64 95

Naturärztin / Naturarzt – ein Beruf mit Zukunft



Naturarzt/Heilpraktiker

Vierjähriges Studium gemäss EMR-Richtlinien mit den Fachrichtungen:

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



Naturärztin/Naturarzt

Vierjähriges Studium gemäss EMR-Richtlinien mit den Fachrichtungen:

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

Trend zu Naturheilmethoden

Für die Behandlung ihrer Beschwerden greifen immer mehr Menschen auf die Naturheilkunde zurück. Die Methoden der Homöopathie, der Chinesischen Medizin TCM und der Europäischen Naturheilkunde TEN zielen auf die Erkennung und Behebung der Ursachen von Krankheiten ab und bieten mit ihren Verfahren eine nebenwirkungsfreie Behandlung an. Die Ausbildung an der ANHK vermittelt umfassendes Wissen in diesen traditionellen Heilverfahren.

Sie wählen aus drei Fachrichtungen

Die Akademie für Naturheilkunde in Basel bildet seit 1994 erfolgreich Naturärzte/Heilpraktiker aus. Ein Lehrgang dauert vier Jahre. Nach der Grundausbildung entscheiden sich die Studentinnen und Studenten für eine von drei Studienrichtungen, was in der Schweiz in dieser Art einzigartig ist:

- Traditionelle Europäische Naturheilkunde TEN
- Traditionelle Chinesische Medizin TCM
- Klassische Homöopathie

Fachpersonen mit einem Berufsdiplom im Gesundheitswesen profitieren von verkürzten Ausbildungen.

Breites Wissensfundament

Die Ausbildung an der Akademie für Naturheilkunde fusst

auf fundierten medizinischen und naturheilkundlichen Grundlagen, welche von erfahrenen Ärzten, Naturärzten und Therapeuten vermittelt werden.

Keine Theorie ohne Praxis – und umgekehrt

Besonderes Gewicht legt die Akademie auf die angewandte Seite der Ausbildung. Im eigens dafür eingerichteten Therapiezentrum lernen die angehenden Naturärztinnen/Heilpraktiker das erworbene Wissen anzuwenden. Bei der Behandlung von Patientinnen und Patienten werden sie von erfahrenen Fachleuten in die therapeutische Arbeit eingewiesen.

Informationsabende: Mittwoch, 17. 6. 09, 18.30 – ca. 20 Uhr

Nächster Studienbeginn: Oktober 2009



AKADEMIE FÜR NATURHEILKUNDE

Eulerstrasse 55, 4051 Basel

Tel. +41 (0)61 560 30 60 Fax +41 (0)61 560 30 31

info@anhk.ch – www.anhk.ch

Hier berichten wir über unsere grösseren Inserenten. Mit ihrem Engagement helfen diese mit, die Männerzeitung zu realisieren.

Emanzipation im Bett

Mehr als korrekter Stellungswechsel

Wie können wir uns Sex im Zeichen der Emanzipation vorstellen? Wer meint, gleichgestellter Sex (G-Sex) erschöpfe sich in bravem Vollzug des Unvermeidlichen, könnte sich täuschen.

Ja doch: Die achtziger Jahre waren hart. Männer, die sich oben drauf legten, riskierten knallharte Schelte wegen patriarchaler Unterwerfung des Weiblichen. Mit dieser Schere im Kopf wurde emanzipierter Sex nicht wirklich befreiend. Dafür wurde das Leben kompliziert, weil offenkundig blieb, dass der flatterhafte Geselle namens Eros das Spiel, die Überraschung, das Fremde und sogar das Widersinnige zu lieben scheint. Nun ist aber Licht am Ende des Tunnels zu sehen. Vielleicht auch an dessen Eingang. Ein Blick auf zwei aktuelle Bücher.

Doris Christinger und Peter A. Schröter

Vom Nehmen und Genommen werden. Für eine neue Beziehungserotik

Das erste gemeinsame Buch des Therapeuten- und Bestsellerpaars zur Rückkehr des Femininen und des Maskulinen ist ein erotischer Befreiungsschlag. Ohne auf alten Rollenbildern zu beharren, geht es den Autoren darum, ein Bewusstsein zu schaffen für spezifisch maskulines und feminines Liebeswerden, für das Wechselspiel der Gegensätze, das die Liebe erstens erfüllend und den Sex wirklich lustvoll und anregend macht.

Das Autorenpaar geht davon aus, dass das Feminine und das Maskuline, das wir in unserem Streben nach Individualität als Klischee abtun, zu Unrecht ein Schattendasein beim Sex führen. Erst die Hingabe der Frau und das Fordernde des Mannes führen im Liebesspiel zu ungeahnten Höhen, so Christinger und Schröter. Bei ihrer ganzheitlichen Sicht auf die Sexualenergie, die sie in ihrer Seminartätigkeit und Paartherapie entwickelt haben, wird die Anerkennung der unterschiedlichen erotischen Energien von Mann und Frau zum Kernstück funktionierender Beziehungen. Ein Buch, das Mut macht, die erotischen Phantasien zu leben und sich beim Sex (ver-)führen zu lassen – ohne die im Alltag gewonnene Stärke aufzugeben. In einem Interview mit dem Tagesanzeiger anerkennt Schröter die positiven Seiten heutiger Männer, die häufig sanfte Männer seien. «Sie können besser zuhören und über ihre Gefühle sprechen. Aber um heissen Sex zu haben, braucht es etwas, das dem entgegengesetzt ist. Die meisten Beziehungen gehen an zu viel Nähe kaputt. Es ist wichtig, die Verschiedenheit von männlicher und weiblicher Sexualität zu betonen.» Christinger streicht heraus, dass ein Grossteil der Frauen durch die Emanzipation einen guten Animus, eine innere Männlichkeit entwickelt habe – was genial für das Berufsleben sei. «Aber in Bezug auf die Sexualität bedeutet es, dass die heutigen Frauen oft gar nicht mehr wissen, was es bedeutet, sich hinzugeben. Wenn der Mann den Mut hat, eine Frau richtig zu erobern, dann kann sie ihre inneren Kontrollmechanismen loslassen.»

Vielleicht – so fragen wir uns als Rezensenten – wäre Hingabe überhaupt ein schöner Schlüssel, um Sexualität als neu und immer wieder befreiend zu erleben. Das Buch liegt zuoberst auf unserem Nachttisch und wir freuen uns, es von vorne und hinten so richtig durchzulesen, zu geniessen und uns mitreissen zu lassen.

ISBN: 978-3-866612-214-7, Fr. 32.90

Erhältlich im Buchhandel oder via Homepage www.scpt.ch/stage

Marlies Santiago:**Schluss mit Secondhand-Sex**

Der Untertitel ist Programm: Es geht Marlies Santiago um eine «Sexualität, die das ganze Wesen berührt.» Damit ist der Auftakt zu einer erfrischenden und inspirierenden Erforschung dessen gegeben, was uns als Erotik und Sexualität das Herz höher schlagen lässt. «Wann ist ein Mann ein Mann?», fragt Marlies Santiago und regt auch Frauen dazu an, die Reise zu ihrem Körper zu unternehmen. Wir empfehlen ihr Buch, weil es das Herz anspricht, weil es neugierig macht und weil es hilft, sich von Klischees zu verabschieden.

ISBN 978-3-8334-711-2 www.secondhand-sex.ch

Leseprobe**Marlies Santiago: Schluss mit Secondhand-Sex****Thema Nummer 3: Liebevoller, zärtliche Männer**

Heute scheint es gerade modern zu sein, dass Männer und Frauen auf zwei verschiedenen Planeten leben. Meines Erachtens wäre es heilsamer für Mann und Frau, wenn sie sich auf das Gemeinsame besinnen würden: Das tiefe Sehnen nach Nähe, Zärtlichkeit, Anteilnahme, oder die Sehnsucht danach, gesehen und geachtet zu werden, so wie sie sind. Das Andersartige, das was ein andersgeschlechtliches Gegenüber ja auch so anziehend machen kann, gilt es anzuerkennen, zu achten und als andersartig einfach stehen zu lassen.

«Ich leide darunter, dass ich zu wenig Zärtlichkeit bekomme. Ich habe die Erfahrung gemacht, dass es den Männern fast immer nur um das Eine geht, und dass Männer schnell ein bisschen an den ‚strategischen Körperstellen‘ fummeln, um dann zur Sache zu kommen. Was kann ich als Frau machen, wenn die Männer so anders ticken?», schrieb eine bald 50-jährige Frau. Was gibt ihr die Gewissheit, dass Männer derart anders ticken? «Als Mann mache ich immer wieder die Erfahrung, dass Frauen Zärtlichkeit gar nicht annehmen können. Ich möchte sie einfach nur

streicheln, ihre Schönheit bewundern, und das einfach geniessen. Aber es ist so oft Abwehr spürbar», schreibt ein gleichaltriger Mann.

Generationen von Frauen und Männern sind mit dem Glaubenssatz aufgewachsen: «Männer wollen nur das Eine.» Solche Sätze sind prägend. Für Männer, indem sie ihre zärtlichen Energien oft nicht wirklich entwickelt haben, weil ihnen nur das Eine zugestanden wird. Für Frauen, indem sie eine Art Schicksalsergebenheit entwickelten, und das halt so hinnahmen.

Dazu kommt, dass dadurch viele Männer ihre eigenen Bedürfnisse gar nicht mehr wahrnehmen und formulieren können: «Für mich ist es am schönsten, wenn ich sehe, dass meine Frau in Lust ist, und sie ihren Orgasmus erlebt», erzählen mir Männer immer wieder. Das ist ja an sich nichts Schlechtes, aber wenn sie in der Paarsexualität fast ausschliesslich auf die Bedürfnisse oder vermeintlichen Bedürfnisse ihrer Partnerin fokussieren, versiegt mit der Zeit ihre ureigene Quelle der Lust.

Meines Erachtens ginge es darum, dass Männer und Frauen absichtsloses, zärt-

liches Verweilen lernen. Dass auch Männer sagen: «Es ist wunderschön, in deinem Arm zu liegen, und nichts tun und sein zu müssen» Dass Frauen sagen: «Ich wünsche mir, dass du meinen ganzen Körper streichelst.» Dass Männer nachfragen, wenn sie unsicher sind. Dass Frauen den Männern immer wieder liebevoll zeigen, wie sie berührt werden möchten. Dass Männer sagen können: «Ich habe wohl eine Erektion, aber ich genieße es, dich einfach anschauen und kosen zu dürfen.» Dass Frauen manchmal einfach den Penis des Mannes in ihrer Hand halten, ohne damit etwas erzielen zu wollen.

Aber das geht natürlich nur wenn Frauen das auch glauben: Männer sind genauso auch zärtliche Wesen, wie Frauen auch ekstatische, lustvolle Wesen sind. Und wenn beide auch all diese Aspekte im anderen anerkennen und wertschätzen, und gut miteinander im Gespräch sind, sollte einer auch zärtlichen Sexualität nichts im Wege stehen.

Ratgeber

Sylvia hasst mein Handy

«Du bist eigentlich mit deiner Arbeit verheiratet», hat mir meine Partnerin kürzlich vorgeworfen. «...und wenn du in den Ferien dein Firmenhandy mitnimmst, dann bleibe ich zu Hause.» Dass ich das Handy nicht mitnehme, kann ich mir nicht vorstellen, alle machen das so im Betrieb und ich mag meine Arbeit! Aber ich kenne meine Partnerin, der drohende Unterton beschäftigt mich – nur, wie weiter? Fred.

Rene Setz

Lieber Fred

Deine Frage zeigt, dass du der Verpflichtung gegenüber deiner Arbeit einen hohen Wert gibst. Du willst erreichbar sein, wenn es im Betrieb ein Problem gibt. Deine Partnerin hat dafür aber kein Verständnis. Es gibt eine einfache Lösung: Die Firma kann ja auf dein Privathandy anrufen. Oder?

Mit deinem Konflikt bist du nicht allein. In Trennungs- und Scheidungsseminaren für Männer fällt mir immer wieder auf, dass viele Männer im Clinch zwischen den Ansprüchen der Partnerschaft und den Ansprüchen am Arbeitsplatz stehen. Aufgefallen ist mir auch die unterschiedliche Wertung in Bezug auf die Inanspruchnahme von externen Beratungen. Bei Problemen im Arbeitsbereich ist es für viele Männer viel selbstverständlicher, eine externe Beratung oder Coaching zu nutzen, als bei privaten Angelegenheiten – eineverhängnisvolle Haltung, die die Partnerschaft und die Gesundheit ruinieren kann. Wenn dir deine Arbeit und deine Partnerschaft und deine Gesundheit wichtig sind, dann rate ich dir kurz und bündig zu einer Paarberatung. Entsprechende Adressen findest du im Telefonbuch unter der Rubrik Ehe- und Familienberatung. Männerbüros sind eine gute Informationsquelle, wenn du deine Situation mit anderen Männern zusammen besprechen möchtest oder Beratungsstellen suchst, die Erfahrung haben in der Beratung von Männern.

Vielleicht hilft es dir auch zu wissen, dass dein Problem nicht – oder nicht mehr – ein typisches Männerproblem ist. Vor zehn Jahren schien dies noch der Fall zu sein: Damals bezeichneten sich 44 % der Frauen als sehr gesundheitsbewusst gegenüber 32 % der Männer. Und heute? Das Bild hat sich gewandelt: der Wert ist bei den Männern mit 33 % fast gleich geblieben, bei den Frauen ist der Wert auf 36 % gesunken. Die Studie* zeigt also, dass sich tendenziell die männlichen Lebensmuster auch bei den Frauen durchsetzen.

Nachdenklich macht auch der Umstand, dass der Anteil der Frauen und Männer, die gar nicht auf ihre Gesundheit achten, massiv gestiegen ist. Es sind bei den Frauen 11 % gegenüber 5 % 1998 und bei den Männern 17 % gegenüber 10 % 1998. Alarmierend ist auch ein weiterer Befund der Studie. Auf die Frage, ob sie bei Krankheit zuhause bleiben, antworten 26 % der Männer und 19 % der Frauen mit «nie» oder «fast nie». Begründung bei beiden Geschlechtern: Die Arbeit ist wichtiger als die Gesundheit. Die Erwerbsarbeit wird zunehmend für Männer und Frauen zum Dreh- und Angelpunkt des Lebensalltags, in dem die Anforderungen der globalisierten Arbeitswelt permanent den Vorrang haben vor den persönlichen und familiären Bedürfnissen.

Also, lieber Fred: Das Problem ist nicht die Handytoleranz deiner Frau, zumindest nicht ausschliesslich. Euch beiden stellt sich die Frage, wie ihr den Wert der Arbeit und den Wert der Partnerschaft bestimmt: Diese Frage lässt sich mit Gewinn für euch beide beantworten. Profitieren wird auch dein Arbeitgeber: Er gewinnt einen erholungsfähigen Mitarbeiter.

*Quelle: Rainer Volz/Paul M. Zulehner: Männer in Bewegung, Zehn Jahre Männerentwicklung in Deutschland, Nomos Verlag 2009, <http://www.bmfsfj.de/bmfsfj/generator/BMFSFJ/Service/Publikationen/publikationen,did=121150.html>

PS: Im Jahr 2007 haben in der Schweiz Männer und Frauen 186 Millionen Überstunden geleistet. Dies entspricht rund 97 000 Vollzeitstellen (Bundesamt für Statistik)! Wie viel von dieser Zusatzarbeit entschädigt wird, ist nicht erfasst. Auf Grund meiner Erfahrungen im Bereich der betrieblichen Gesundheitsförderung gehe ich davon aus, dass in der Schweiz sehr viel gratis gearbeitet wird – Überstunden nie kompensiert oder ausbezahlt werden.

Rene Setz ist Fachberater der Drehscheibe für Männergesundheit und Redaktionsmitglied der Männerzeitung

Anstoss

Die Frau, das Geld, das Haus

Was machst du? Meine ehrliche Antwort auf diese oft gehörte Frage hätte lauten müssen: Ich wehre mich gegen Erwartungen, die unbedarft an mich gerichtet werden. Immer wenn die Leute mich nach meinem Tun und Lassen fragten, hatte ich den Eindruck, sie wollten letzten Endes nur ihr Bild von der Rolle des Mannes bestätigt sehen: Geld verdienen. Karriere machen. Ein Haus bauen. Vielleicht noch eine Familie ernähren.

Klaus Sorgo

Wie ein Kind, das lernen muss, pünktlich aufzustehen, obwohl es eigentlich lieber träumen würde, war ich nie glücklich über diese Frage. Trotzdem lernte ich meine Lektion. Ich antwortete ungefähr das, was von mir erwartet wurde. Meine Träume wurden blass und blasser. Der Wunsch, einmal ein Leben mit Kindern zu führen, ging zum Glück nie ganz unter. Als er mir spät noch erfüllt wurde, fragten die Leute erst recht: Und was machst du jetzt? ‚Familiendarbeit‘ schien in den meisten Fällen eine interessante Antwort, enttäuschte aber wohl Erwartungen, denn kaum jemand wollte auch wissen, wie ich mit dem neuen Job zurecht kam. Damals fühlte ich mich zum ersten Mal als Aussenseiter. Das war vor bald fünfundsiebenzig Jahren.

Dass ich eine qualifizierte Berufsarbeit gegen etwas eingetauscht hatte, das nach Putzmittel roch und das serienmässige Wiederholen des immer Gleichen suggerierte, erregte Erstaunen und nicht selten auch Zweifel an meinem Entschluss. Für mich selbst hingegen begann damit ein Leben, von dem ich mir trotz Geburtsvorbereitung und Neigung zur Häuslichkeit kaum jemals hätte träumen lassen. Die Kinder begannen, mir den Marsch zu blasen. Unter ihrer Regie lernte ich, werktätig zu sein: Kochen, füttern, windeln, singen, einkaufen, putzen, verarzten und so weiter und so weiter. Wie

eintönig war dagegen die Arbeit im Büro gewesen! Wo nun der Augenblick zählte, war Improvisation und Struktur gleichermaßen vorausgesetzt. Diesen häuslichen Rhythmus mit Ansprüchen, die von aussen kamen, in einen verträglichen Ausgleich zu bringen, fiel nicht leicht. Oft lagen die Nerven blank. Deshalb kam mir das vermehrte berufliche Engagement meiner Frau nicht ungelegen. Aus Rollenteilung wurde ein Rollentausch.

Meine Metamorphose zum Hausmann und gesellschaftlichen Aussenseiter stand mir wieder lebhaft vor Augen, als ich kürzlich die Werkstatt für Väter besuchte, an deren Gründung ich vor zehn Jahren Teil hatte. Etliche der dort monatlich versammelten Väter berichteten von ihrer Erwerbslosigkeit. Das Ringen gegen eine drohende Erosion des Selbstwertes, von dem sie sprachen, kenne ich. Hätte ich als Rentner da mit gut gemeintem Rat, der ja bekanntlich das Gegenteil eines

Etliche der dort monatlich versammelten Väter berichteten von ihrer Erwerbslosigkeit. Das Ringen gegen eine drohende Erosion des Selbstwertes, von dem sie sprachen, kenne ich.

guten Rates ist, auffahren sollen? Ich schwieg und hörte zu. Die Runde brachte den Betroffenen manch einführenden Zuspruch entgegen. Sie blieben nicht allein im Regen stehen. Bevaterung fand statt, nicht Bevormundung.

Wo der äussere Rahmen in Gefahr ist, zu zerbrechen, werden neue Kräfte auf den Plan gerufen. Über diese Erfahrung konnten alle Teilnehmer der Werkstatt berichten, die von Arbeitslosigkeit betroffen waren. Ein Vater, dem es in der Krise gelingt, seinem Alltag Formen zu geben, die ihn seinen Kindern näher bringen, schreibt eine persönliche Erfolgsgeschichte. Die Arbeit in der Familie bietet im Unterschied zur durchorganisierten Welt der Wirtschaft die Chance, Struktur und Spiel auf einander abzustimmen und Freiräume für Bindungen zu nutzen. Wer diesen Vorteil

der Hausarbeit bestreitet, beweist damit nur Unkenntnis. Vom einzigen Nachteil hingegen wird merkwürdig selten gesprochen: Zu Hause fehlt der Zahntag. Darin, meine ich, liegt der wirkliche Stein des Anstosses auf dem Weg zu einer stärkeren Beteiligung der Männer an der Hausarbeit. Oder ist es nicht so, dass Geld in der eigenen Tasche den Selbstwert eines Mannes stützt? Es macht nämlich allemal einen Unterschied, ob ich der bin, der das Geld gibt oder der, der es nimmt. Auch wenn ein Vater seinen Lohn ganz zu Hause abliefern, tritt er als der Geber auf. Den Lohn für die Arbeit im Haus aus dem Erwerb der Frau zu beziehen, kratzt am Stolz. An meinem schon. Im Vertrauen auf andere Werte nehme ich die Rolle des Aussenseiters dennoch in Kauf.

Klaus Sorgo lebt in Mönchalt Dorf. Für die Männerzeitung betreibt er neuerdings einen Steinbruch der Gedanken, in den er Beobachtungen und Bemerkungen des Alltags trägt.

flury.sorgo@bluewin.ch.

Angerichtet Hamburguesas «Don Rolando»

Nix gegen McDo und Burger.dotcom. Aber es gibt auch richtige Hamburger. Mann muss nur wollen.

Roland Breitler

Ja ich gebe es zu, es ist einige Jahre her, als ich im tiefsten Süden Chiles mein kleines, aber reines Unwesen trieb. Im «Casa de Juan» in Punta Arenas, der südlichsten Stadt der Welt, vertrieb ich mir meine Abendstunden, schwatze mit dem Wirt bei ein paar lokalen Brandys, mit Rosi aus München, mit Andrea aus Sidney oder Carey aus Kalifornien bei ein paar Glas Rotwein. Gato Negro, ich erinnere mich, oder Undurraga, die Auswahl an Weinen war eher bescheiden. Aber die Küche, ob nun Fleisch oder Fisch, war hervorragend.

Mittags verpflegte ich mich jeweils an einem Hamburgerstand. War so eine Art Blechbüchsenkiosk Richtung Südpol, doch die Qualität des Angebotenen war ausserordentlich. Ich habe das Rezept etwas weiter entwickelt, das Lob geht indes an Jorge, der, wo immer er auch sein möge, den Grundstein dafür in seiner bescheidenen Imbissbude gelegt hat.

Rezept für 4 Portionen

*4 frische Ciabatta-Brötchen, am besten quadratisch
ca. 500 g Rindsbuft am Stück, am besten aus Südamerika
Salat, Kopfsalat oder Lollo verde*

Salsa:

*4 Knoblauchzehen
1 Bund Petersilie, italienisch
1 rote Peperoncini
1 EL Olivenöl extra vergine
3-4 EL Aceto di Modena
Salz hochwertig
Pfeffer aus der Mühle*

Pulpo de tomate:

*Reife Peretti-Tomaten oder qualitativ gleichwertige Sorten,
je nach Grösse 2 bis 4 Stück*

Vorbereitung:

Salsa Chimichurri: Olivenöl, Aceto di Modena, Knoblauch und grob gerupften Peterli sowie grob vorgeschchnittene Peperoncini mit den Kernen und den weissen Scharfstreifen in den Mixer geben. Durchmischen, salzen, pfeffern. Ach übrigens, die Salsa eignet sich auch hervorragend für ein argentinisches Entrecôte, dafür ist sie eigentlich auch gedacht. Servieren in Zimmertemperatur ist ideal. Verschlossen lagerbar für ein bis zwei, drei Wochen im Frigo.

Pulpo de tomate: Tomaten vierteln, mit einem Löffel alle «Innereien» inklusive Weisstteile entfernen, in Würfelchen hacken. Normalerweise geben wir Olivenöl und etwas Salz darüber, das lassen wir diesmal weg, weil beides bereits in der Salsa ist.

Zubereitung:

Schneiden Sie die Ciabatta-Brötchen in der Mitte durch. Leicht anwärmen im Ofen.

Belegen Sie das untere Brotteil mit ausreichend Blättern aus Kopfsalat oder Lollo Verde, allenfalls gerupft, aber nicht geschnitten.

Schneiden Sie die Rindsbuft (vorher mindestens eine Stunde bei Zimmertemperatur gelagert) in dünne lange Scheiben, etwas dicker als bei einem Fondue Chinoise. Sehr kurz unter Rühren oder Schütteln bei Volltemperatur ohne Gewürze anbraten, das Fleisch muss innen rosa bleiben, sofort eine Handvoll davon auf die Brote verteilen. Nicht würzen.

Darüber die hausgemachte Chimichurri, darüber pulpo de tomate. Deckel drüber, diagonal aufschneiden, fertig.

Das alles ist vielleicht ein bisschen aufwändiger, als einen Gutsch Ketchup über ein industriegefertigtes «Fleischlaiberl» zu kippen, aber so einen Hamburger haben Sie vermutlich noch nie gegessen. Es sei denn, Sie kennen Jorge.

Dazu passt:

Vielleicht ein Malbec aus Argentinien.

Ihr Don Rolando



Abserviert

Der moderne Mann hat die Wahl

Vor zehn Jahre wurde in Deutschland die erste Männerstudie veröffentlicht «Männer im Aufbruch – Wie Deutschlands Männer sich selbst sehen und wie Frauen sie sehen». Diesen Frühling wurde die Nachfolgeuntersuchung «Männer im Aufbruch – Zehn Jahre Männerentwicklung in Deutschland» veröffentlicht: 416 Seiten prall gefüllt mit Informationen über Männer und Frauen.

René Setz

Die Studie unterscheidet vier Typen: Der «**traditionelle Mann**» lebt nach dem Motto «Mama bleibt zuhause, Papa verdient die Kohle». Er unterstützt die Aussage, es liege am Mann, den ersten Schritt in einer Begegnung zwischen Mann und Frau zu tun. Heute rechnen sich 27 % zu diesem Modell, vor zehn Jahren waren es noch 30 Prozent. Der «**moderne Männertyp**» wünscht sich hingegen geteilte Freude und Last zuhause wie in der Arbeitswelt und unterstützt die Aussage, dass Mann und Frau gemeinsam zum Haushalteinkommen beitragen sollen. Er hat von 17 auf 19 Prozent zugelegt. Mehr als die Hälfte der Männer empfindet sich als «**suchend**» (30 %) oder «**balancierend**» (24 %) Damit ist wieder einmal klar gesagt, dass Männer in jedem Fall dynamisch sind: Als moderne Männer eilen sie voran, als suchende sind sie unterwegs, als balancierende bleiben sie bewegt und als traditionelle halten sie die Fahne der Tradition hoch.

Ganz anders sieht es auf der Frauenseite aus: Hier outen sich forsche 41 % als «**moderne Frau**». Sie unterstützen die Aussage, dass Berufstätigkeit und Muttersein einander nicht ausschließen.

Für die Rarität der modernen jungen Männer sind das attraktive Aussichten – sie können unter den 41 % moderner Frauen die «Rosinen» herauspicken! Allerdings raten wir ihnen, sich

mindestens zeitweise in traditionelle Männer zu verwandeln, um den heiklen ersten Schritt in Richtung Frauen zu machen, falls die modernen Frauen im entscheidenden Moment gerade an ihren Job denken...

In Deutschland hat man die Zeichen der Zeit ohnehin früher erkannt als in der Schweiz. Da gibt es seit einigen Jahren beispielsweise das Programm «Neue Wege für Jungs». Dies ist ein bundesweites Vernetzungsprojekt und Service-Büro, das seit 2005 Initiativen und Projekte unterstützt, die schulische und außerschulische Angebote für junge Männer zur Erweiterung der Berufs- und Studienfachwahl, zur Flexibilisierung männlicher Rollenbilder und zum Ausbau sozialer Kompetenzen organisieren. «**Neue Wege für Jungs**» wird vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend und aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds gefördert. Das Projekt richtet sich an Lehrkräfte, soziale Fachkräfte, Berufsberatende, Personal-, Bildungs- und Ausbildungsverantwortliche sowie Eltern. Von solchen Initiativen oder auch entsprechender Grundlagenarbeit wie der eingangs erwähnten Studie können wir in der Schweiz vorläufig nur träumen. Ein Projekt wie «Neue Wege für Jungs» könnte man aber vielleicht auch als Frauengesundheitsprojekt konzipieren, um den Stress der Partnerschaftsauswahl bei den modernen Frauen zu mindern!

Abgang Franz ohne Job

Joseph Kühne

Franz wurde gestern gekündigt. Nach 30 Dienstjahren. Aus wirtschaftlichen Gründen. Die acht Dienstältesten wurden entlassen, angeblich sind sie die teuersten und damit unrentabelsten Arbeitnehmer. Franz ist 58, mein Freund, Hausbesitzer, Hobbygärtner, unauffällig, immer freundlich und bereit anzupacken, wenn Hilfe gebraucht wird. Er wehrt sich nicht gegen diese Kündigung. Jetzt hat es halt ihn erwischt, sagt er. Noch drei Monate arbeiten. Danach stempeln, Bewerbungen schreiben im Wissen, dass ihn wahrscheinlich niemand mehr einstellen wird. 30 Jahre hat er jeden Arbeitstag sein Bestes gegeben. Lehrlinge ausgebildet, Überstunden geschuftet, auch mal seine Ferien verschoben, wenn es der Boss verlangte. Er arbeitete Teilzeit, um auch für seine Kinder da zu sein, sie aufwachsen zu sehen. Heute sind sie erwachsen, ausgezogen, alle haben einen Beruf erlernt und eine Anstellung gefunden. Franz hat seinen Ruhestand genau berechnet. Wie viel er sparen muss und wie lange. Was er sich leisten kann und worauf er bereit ist zu verzichten. Ferien machte er seit Jahren nur noch zu Hause. So würde es ihm möglich sein, mit 63 in Pension zu gehen. Daraus wird jetzt nichts. Faktisch beginnt seine Pension in drei Monaten. Nur genießen wird er sie nicht können. So sei das Leben eben, meint Franz und lässt die Arme hängen, wenn er das sagt, schaut irgendwo in die Ferne. Er wirkt kontrolliert, gefasst. Da kann man nichts machen, es sei halt so, fertig Schluss, aus. Seine Frau sei viel mehr geschockt als er. Er müsse jetzt gehen und sie beruhigen. Sagt's, dreht sich um und weg ist er. Mich lässt er konsterniert stehen. Mein Magen zieht sich zusammen, mein Schädel brummt. Scheisse, denk ich. Jetzt hat es Franz erwischt. Und langsam spüre ich eine Sauwut in mir hochsteigen. Franz hat bald keine Arbeit mehr und tut so, als hätte er Kaffee verschüttet. Nicht weiter schlimm. Aufwischen und so tun, als sei

nichts passiert. Das kann doch gar nicht wahr sein! Da geht er weg, um seine Frau zu beruhigen! Was um Himmels willen ist denn in Franz gefahren? Ich bin wütend auf ihn – er soll gefälligst toben, seinen Boss verfluchen, die Firma anklagen, das Leben als ungerecht verwünschen und Kaffeetassen zu Boden schmeissen!

Nein, Gefühle zeigt Franz keine. Das war schon immer so. Das lohne sich nicht, sagt er. Das überlässt er seiner Frau. Die zeigt reichlich Gefühle. So auch jetzt, wo Franz seine Arbeit verloren hat. Und er geht hin, um sie zu beruhigen... Das soll mal einer verstehen...

Ich liebe meine Arbeit. Geniesse es, gebraucht zu werden. Mein Alter, verbunden mit meinem Wissen und meiner Erfahrung sind für meine Arbeit von Nutzen. Ich kann Entscheidungen treffen, habe Handlungsspielraum und mir wird von vielen Seiten Vertrauen entgegengebracht. Ich verdiene gut und vieles spricht dafür, dass ich meinen Job behalte. Keine Krise in Sicht, meine Branche boomt. Gute Voraussetzungen, um das Leben in vollen Zügen zu genießen.

Und Franz hat seine Kündigung erhalten. Ohne Vorwarnung. Und er bleibt dabei so verdammt cool. Ich nehme ihm das nicht ab. Und doch, so mein Eindruck, erwartet Franz von mir, wir sollten so tun, als ob alles wäre wie immer. Aber das werde ich nicht. Nein, verdammt noch mal!

Mein lieber Franz, so geht das nicht; du hast die Stelle verloren. Ich hab noch eine und will sie und dich als Freund behalten. Ich will kein schlechtes Gewissen kriegen, nur weil ich Freude an meiner Arbeit habe. Und du brauchst kein solches zu haben, weil du bald keine Stelle mehr hast. Du bist deswegen immer noch Franz, mein Freund. Ich will nicht so tun als ob nichts geschehen wäre. Morgen rede ich mit dir darüber, Franz. Ob du willst oder nicht, ist mir egal. Zumindest zuhören wirst du mir.

Also dann, bis morgen, Franz.

Josef Kühne ist 53, im sechzehnten Dienstjahr und geht noch immer gerne arbeiten.

Franz hat im wirklichen Leben einen andern Namen. Er könnte auch Ihr Freund sein.

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
Mannebüro Aargau, Gysulastrasse 12, PF, 5001 Aarau, mannebuero@gmx.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 Männer Zürich, ref. Kirchen, Hirschengraben 7, 8001 Zürich, 044 258 92 40, christoph.walser@zh.ref.ch, www.zh.ref.ch/maenner
Fachstelle Männer- und Bubenarbeit, Hohlstrasse 36, 8004 Zürich, 044 242 02 88, Fax 01 242 03 81
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, sbel@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
Verantwortungsvoll erziehende Väter und Mütter, Postfach, 8026 Zürich, 01 363 19 78, 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-ispas.ch

Private Männerangebote

Auf zur Kraft der Mitte, Beat Häsli, 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 Oertle, 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@aloea.ch, www.aloea.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 Persönlichkeitstraining, Mühlegasse 33, 8001 Zürich, info@scpt.ch, www.scpt.ch
tschâtschó 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