



MÄNNERKONGRESS 2014

19.–20. September 2014

Spinnweb
HEINRICH HEINE
UNIVERSITÄT DÜSSELDORF

Angstbeißer, Trauerkloß, Zappelphilipp?

Seelische Gesundheit bei Männern und Jungen

Universität Düsseldorf, Hörsaal 13A

Männer und das Land der (un)heimlichen Gefühle

Björn Sufke

Ein wichtiger Aspekt bezüglich der psychotherapeutischen Arbeit mit Männern ist die Tatsache, dass Jungen und Männern im Laufe ihrer Sozialisation der Zugang zu ihren Gefühlen mehr und mehr erschwert wird, was letztlich zum „männlichen Dilemma“ des mangelnden Selbstbezugs führt. Im Therapie- oder Beratungssetting entsteht aber zusätzlich noch ein „Männerberatungs-Dilemma“, da dort die „Arbeit“ mit und an Gefühlen gewünscht und gefordert ist. Männer, die dazu erzogen wurden, ihre inneren Konflikte im Außen, d. h. durch verschiedene Formen der „Externalisierung“, zu lösen, sollen und müssen nun Lösungen und Entscheidungen in ihrem Inneren erarbeiten, in einem Inneren, zu dem ihnen der Blick bislang erschwert oder gar versperrt war.



Um diesem doppelten Dilemma gerecht werden zu können, ist eine männerspezifische therapeutische Herangehensweise nötig, bei der die betroffenen Männer in einem sowohl konfrontativen als auch solidarischen Setting lernen, Kontakt zu ihren Gefühlen aufzunehmen und diesen Selbstbezug in den Therapieprozess hilfreich einzubringen. Der Mann wird dabei in einem doppelten Sinne zur Sprache gebracht, d. h. inhaltlich zum Thema gemacht, aber auch grundsätzlich zu einem persönlicheren Sprechen „verführt“, wobei der spezifischen Qualität der Beziehung zwischen Klient und Therapeut eine herausragende Rolle zukommt.