

Kurselemente

- Wir erleben eine „Männergruppe auf Zeit“ und spüren, wie es sich anfühlt, zutiefst angenommen zu sein. Unsere Herzen öffnen sich und wir kommen mit neuen Anregungen, Visionen und Lebenszielen in Berührung.
- Gesprächsrunden und Gruppenarbeit
- Körperübungen und Rituale
- Biografisches Arbeiten
- Lieder und Musik
- Schweigen und Stille
- Zeiten in der Natur
- Konzept und Methoden kennen lernen

Organisation

1. Mit dem **grünen Kurs** startet die dritte neue Ausbildungsgruppe 2022.
2. Zulassung nach einem Vorgespräch.
3. Teilnahme an beiden Terminen verpflichtend.
4. Nach Abschluss erhalten alle ein Zertifikat.
5. Wir empfehlen, nach dem **grünen Kurs**, das Angebot zentriert & verbunden 2023 zu besuchen. Dort werden an 2-3 Wochenenden Rituale, Körperübungen, Solozeiten, Lieder und Musik, usw. vertieft und können von den Teilnehmern selbst durchgeführt werden. Unterstützt und kritisch begleitet, steigt die Kompetenz eines Männergruppenleiters. Für den **grünen Kurs** sind kostengünstige Plätze reserviert.

Das Erkennen der eigenen Ressourcen stärkt die Persönlichkeit. Reflektierte Männerbilder, vermittelt durch fachliche Expertise, können in den Alltag transferiert werden. Die Teilnehmer übernehmen Verantwortung für sich selbst und ihr Umfeld. So leisten sie einen Beitrag zu einer gleichberechtigten Gesellschaft. Wir arbeiten nach den gültigen Hygienevorschriften.

Kontakt & Anmeldung

Bis spätestens zwei Wochen vor Kursbeginn per Email an Gerd Humbert |
gerd.humbert@evkirchepfalz.de | 0170-2158253
Sie erhalten von uns eine Anmeldebestätigung.
Die Teilnehmerzahl ist auf 14 Männer begrenzt.

Termine Grüner Kurs

1. Wochenende: 16. bis 18. September

Gruppenhaus Berthildis
Waldstraße 12 | 74909 Mönchzell / Meckesheim

Leitung: Humbert + Merkel

2. Wochenende: 4. bis 6. November 2022

Jugendheim Lindelbrunn bei Bad Bergzabern

Leitung: Humbert + Merkel + Korol

Die Wochenenden finden von Freitag, 14 Uhr bis Sonntag, 15 Uhr statt.
Thomas Steinke kocht für uns vegetarisch.

Kosten

300 € (Versch. Landeskirchen/Bistümer erstatten unterschiedliche Zuschüsse. Bitte nachfragen!
Preisnachlass ist in begründeten Fällen möglich)

Leitung

Gerd Humbert | Männerreferent | Diplom Sozialtherapeut | 15 Jahre Durchführung und Entwicklung von Männergruppen



Neu: Michael Merkel | Atem- & Trommellehrer
Neu: Andreas Korol
Männerseelsorger & Coach



Interviews aus Männergruppen zu sehen auf:
www.maennernetzpfalz.de
Evangelische Arbeitsstelle Bildung u. Gesellschaft
Unionstraße 1 | 67657 Kaiserslautern
www.evangelische-arbeitsstelle.de



Fortbildung zum Männergruppenleiter

Grüner Kurs:
16. - 18. September 2022
und 4. - 6. November 2022

Ein Angebot der Evangelischen Arbeitsstelle Bildung und Gesellschaft in Kooperation mit dem Referat Frauen-Männer-Gender im Erzb. Seelsorgeamt Freiburg

Die Männergruppe

In einer Männergruppe treffen wir Männer uns regelmäßig, sind füreinander da und unterstützen uns gegenseitig.

In den Treffen packen wir die Themen an, die uns bewegen. Alles, was uns Männer ausmacht hat hier seinen Platz. Dabei ist es natürlich und hilfreich, Gefühle zu zeigen. Wir kommen weg vom Denken, gehen auf der Herzesebene in Resonanz und erfahren persönliches Wachstum.

Vereinbarungen in einer Männergruppe

1. Wir sind für uns selbst verantwortlich, achten unsere Grenzen und entscheiden, was wir einbringen.
2. Wir begegnen uns mit Respekt und Wertschätzung.
3. Wir sprechen vom Herzen von dem, was jetzt wichtig und wesentlich ist.
4. Wir sind achtsam, präsent und verbindlich.
5. Was mitgeteilt wird, dringt nicht nach außen! Die Gruppe ist ein sicherer Raum.

Der Männergruppenleiter

Der Männergruppenleiter achtet darauf, dass Vereinbarungen eingehalten werden und kümmert sich um die organisatorischen Dinge. Er steuert achtsam den Gruppenprozess und sorgt für eine Atmosphäre, in der jeder Mann so sein kann, wie er ist.

Das führt dazu, dass sich die Männer emotional öffnen, die Kompetenz jedes Einzelnen zur Entfaltung kommt und damit als Kraft der Gruppe zur Verfügung steht.

Der Männergruppenleiter ist selbst Teil der Gruppe und kann auch seine eigenen Themen einbringen. Hier ist es hilfreich, die Gruppe im Team, das sich gegenseitig unterstützt und Feedback gibt, zu leiten.

Ein Kurs an zwei Wochenenden

1. Wochenende: Gestärkt und lebendig Lust auf Leitung entwickeln

Wir widmen uns der Selbstreflexion und Leitungskompetenz. Um eine Männergruppe zu leiten, braucht es eine stabile Persönlichkeit, Einfühlungsvermögen und soziale Kompetenz. Jeder einzelne Teilnehmer hat ausreichend Zeit, mit seinen Kompetenzen, seinen Grenzen und seinen Entwicklungspotentialen in Kontakt zu kommen.

Themen, die uns erwarten:

- Warum möchte ich eine Männergruppe leiten?
- Was sind meine Themen? Was habe ich schon bearbeitet? Was steht noch an?
- Welcher Persönlichkeitstyp bin ich?
- Welche Kompetenzen brauche ich als MGL?
- Selbstwahrnehmung und Fremdwahrnehmung.
- Den Einzelnen und die Gruppe wahrnehmen.
- Feedbackfähigkeit üben.
- Den eigenen Leitungsstil entwickeln.
- Themen, die aus dem Gruppenprozess entstehen.
- **Neu: Körperübungen und Musik**

2. Wochenende: Methoden und Werkzeuge

Wir lernen verschiedene Methoden kennen und probieren sie aus. Dabei erleben wir, wie die einzelnen Bausteine zusammenwirken.

Eine ausführliche Materialsammlung wird mit dem neuen Handbuch „**Wenn Männer füreinander da sind**“ (Gerd Humbert) zur Verfügung gestellt.

- Gründung und Aufbau einer Männergruppe
- Ablauf und Vereinbarungen
- Werkzeuge für die Durchführung: Redestab, weitere Materialien, Organisatorisches
- Meditationsübungen, Körperübungen
- Trance für meine eigene Resilienz
- Herausforderungen bei der Leitung
- Austausch über Online-Männergruppen
- Zusammenspiel der einzelnen Instrumente zu dem lebendigen System Männergruppe
- **Neu: Lieder und Rituale**

