

Aktuelle MG – Stand der Männerarbeit

Verantwortlich: Gerd Humbert (gh)

1. Präsenzgruppen (gh)

5 Männergruppen

- SP: 7 M.
- Neckarhausen: 12 M.
- LU: 12 M.
- KL: 7 M.
- 4× jährlich: gemeinsamer 1-Tages-Termin
- **Zusätzlich:**
 - connected: 6 M.
 - Alle MG (inkl. Zoom-Gr.) führen 1 Präsenz-WE pro Jahr durch

2. Zoom-Gruppen (gh)

6 Zoom-Gruppen

- Di,-Zoom: 11 M.
- NeM TN-Zoom: 6 M.
- Jahresrat NeM: 5 M.
- Ältestenreise (8×): 26 M.
- Männer für Demokratie: 11 M.
- Zoom für ausgebildete MGL: MGL: 10 M.

3. Autarke Gruppen

6 Männergruppen

- LD
- Otterberg
- NW
- PS
- LU
- connected Zoom
- MG außerhalb unserer LK

Die Männerarbeit, aufgebaut seit 2006 von G. Humbert, ist heute ein lebendiges Netzwerk von ca. 500 Männern. Etwa 80 % von ihnen stehen der Kirche fern – Männergruppen können neue Brücken bauen. Die dargestellten Gruppen wurden von G. Humbert gegründet und treffen sich alle zwei bis vier Wochen. Sie bilden das lebendige Fundament der gesamten Arbeit. Aus diesem Kern wachsen zahlreiche Initiativen und Projekte – wie Äste aus einem kraftvollen Baum (siehe unten).

Gerade in einer Zeit voller Veränderungen und Krisen entstehen hier Räume, die tragen: Für echte Begegnung, neue Orientierung, persönliches Wachstum und Verantwortung für die Welt.

A) Sieben Qualitäten der Männergruppen (MG)

Eine Männergruppe ist ein besonderer Ort, ein geschützter Raum. Hier kommen Männer zusammen, um sich zu öffnen und zu wachsen. Von außen betrachtet entsteht etwas sehr Berührendes: Eine Gemeinschaft, die Tiefe, Halt und echte Veränderung möglich macht.

1. Gemeinschaft – ein tragendes Netz

Gemeinschaft ist das Fundament der MG. Vertrauen wächst und jeder Mann findet seinen Platz. Unterschiedliche Lebensgeschichten verweben sich zu etwas Größerem – einer Kraft, die trägt und stärkt.

- **Begegnung auf Augenhöhe:** Ehrlich, ohne Bewertung.
- **Unterstützung & Erfahrungswissen:** Gemeinsam tragen und voneinander lernen.
- **Brüderliche Verbundenheit:** Wachsendes Vertrauen und Verlässlichkeit.

2. Spiritualität im Miteinander

Die Männer fühlen sich persönlich und spirituell getragen. In der Stille, im Gebet und im Teilen der Lebenserfahrungen und Suchen nach Wegen kann eine Verbindung zu Gott entstehen.

- **Stille, Meditation, Gebet:** Zur Ruhe kommen und sich öffnen.
- **Lebensreflexion:** Das eigene Leben neu verstehen.
- **Sinn und Berufung:** Die Frage entsteht: Wer bin ich – und wozu bin ich hier?

In all dem wachsen **Bindungen untereinander**. Ein gemeinsames **Gruppen-Gedächtnis** und schließlich eine **Gruppen-Seele** – ein spürbarer Geist der Verbundenheit entwickelt sich. Daraus kann ein „heiliger Raum“ entstehen, in dem immer wieder Gemeinschaft und auch Gottes Liebe erlebbar werden kann.

3. Seelsorge – Raum für das, was im Herzen verborgen ist

Viele Männer (er-)tragen innerlich mehr, als man außen sieht. In der Männergruppe entsteht ein geschützter Raum, in dem all das da sein darf. Ohne Druck, ohne Urteil – einfach in liebevoller Annahme.

- **Zuhören & achtsamer Austausch:** Wirklich gesehen und gehört werden.
- **Respekt & Schutz:** Jeder darf sich in seinem Tempo öffnen und so sein, wie er wirklich ist.
- **Begleitung & Tiefe:** Halt in Krisen und persönliche Unterstützung durch Gruppe und Leiter.

4. Persönlichkeitsentwicklung – der Weg zu innerer Klarheit

In dieser Atmosphäre beginnen Männer, sich selbst neu zu begegnen. Sie reflektieren ihr Leben, wachsen innerlich und finden mehr Klarheit darüber, wer sie sind und wie sie verantwortlich leben möchten.

- **Werte klären:** Was trägt mein Leben wirklich?
- **Umgang mit Emotionen & Verantwortung:** Reifer und bewusster werden.
- **Eigenes Männerbild entwickeln:** Authentisch und klar leben.

5. Orientierung und innere Reife stärken

Wie werden Jungen und Männer heute zu innerlich stabilen, verantwortungsvollen Menschen?

Viele Männer suchen heute Orientierung zwischen traditionellen Rollenbildern und neuen gesellschaftlichen Erwartungen. Männergruppen bieten Raum, sich mit den eigenen Fragen, Unsicherheiten und Lebensaufgaben auseinanderzusetzen und daran zu wachsen.

- Eigene Stärken und Herausforderungen verstehen.
- Gefühle wahrnehmen und Verantwortung übernehmen.
- Innere Stabilität, Selbstvertrauen und Lebenskompetenz entwickeln.

Durch Austausch, Reflexion und gegenseitige Unterstützung entsteht eine tragfähige männliche Identität, die auf Selbstkenntnis, Verantwortung und innerer Reife beruht.

6. Gemeinschaft statt Dominanz – ein Gegenmodell zu toxischer Männlichkeit

Männer stärken, bevor einfache Antworten verführen.

Viele junge Männer begegnen heute Botschaften, die Dominanz, Ausgrenzung oder starre Rollenbilder als Lösung persönlicher Krisen darstellen. Männergruppen bieten einen anderen Weg: Einen Raum für Zugehörigkeit, Orientierung und ehrlichen Austausch.

- Bedürfnisse nach Anerkennung, Gemeinschaft und Sinn ernst nehmen.
- Ein respektvolles und menschenachtendes Männerbild fördern.
- Radikalisierung, Ausgrenzung und Frauenabwertung vorbeugen.

Männer erfahren hier, dass wahre Stärke nicht auf Dominanz beruht, sondern auf Selbstverantwortung, Respekt und der Fähigkeit, Beziehungen zu gestalten.

7. Partnerschaft und Geschlechtergerechtigkeit leben

Beziehungsfähigkeit als Schlüssel für die Zukunft.

Aus innerer Reifung entsteht eine neue Qualität von Beziehung. Männer werden offener, bewusster und fähiger zu echter Partnerschaft – etwas, das Frauen und Familien unmittelbar spüren können.

- Rollenbilder hinterfragen und eigene Prägungen reflektieren.
- Gefühle ausdrücken und Verantwortung teilen.
- Beziehungen auf Augenhöhe gestalten.

So wachsen Respekt, Verbundenheit und Beziehungsfähigkeit. Geschlechtergerechtigkeit wird nicht als Verlust, sondern als Gewinn erlebt: Für Männer, für Frauen und für eine Gesellschaft, die auf Vertrauen, Gleichwertigkeit und gemeinsamer Verantwortung aufbaut.

Daraus folgt: Verantwortung für Jetzt und die Zukunft

Die Arbeit mit Männern ist heute wichtiger denn je. Viele Männer suchen Orientierung, Zugehörigkeit und tragfähige Antworten auf die Herausforderungen unserer Zeit. Wo solche Räume fehlen, wächst die Gefahr von Rückzug, Radikalisierung und menschenfeindlichen Ideologien.

Deshalb braucht es auch künftig starke Männergruppen und eine engagierte Männerarbeit in der Kirche. Sie fördern Gemeinschaft, innere Reife, Beziehungsfähigkeit und gesellschaftliche Verantwortung.

Aus den 7 Qualitäten der Männergruppen entsteht etwas Kraftvolles und Lebendiges: Männer wachsen in ihre Präsenz, werden emotional zugänglicher und zugleich stärker. Sie stehen klarer im Leben, verbunden mit ihrem Herzen und getragen von Gemeinschaft.

Diese Kraft wirkt über die Gruppe hinaus. Sie stärkt Partnerschaften, Familien, Kirche und Gesellschaft.

Die Förderung von Männern ist deshalb keine Randaufgabe, sondern ein wichtiger Beitrag zu einem respektvollen, menschenwürdigen und zukunftsfähigen Miteinander.

B) Äste, die aus dem Stamm (MG) wachsen:

Aus dem Stamm der Männergruppen sind im Laufe der Zeit **verschiedene Projekte und Initiativen entstanden**, die unterschiedliche Lebensbereiche ansprechen.

1. **Ausbildung zum Männergruppenleiter (menCIRCLEader) (80 Seiten Praxis-Leitfaden)**
Männer werden befähigt, eigene Gruppen zu leiten und neue Initiativen zu gründen.
2. **Ältestenreise ab 60**
Ein spiritueller Weg, um die eigene Lebenserfahrung zu reflektieren und Weisheit weiterzugeben.
3. **Männer für Demokratie**
Förderung und Umsetzung gesellschaftlicher Verantwortung nach dem Leitgedanken:
zuhören – verstehen – verständigen.
4. **Seminare für Männer in Wandlungsphasen**
Vertiefende Angebote wie „wachsen + wandeln“, „Leader entwickeln“ oder „Zapfen für Männer“.
5. **Persönliche Seelsorgegespräche und Coaching**
Einzel-Begleitung durch Gerd Humbert bei persönlichen, beruflichen oder spirituellen Fragen.
6. **„grow into man“**
Ein Angebot für junge Männer um die 30, die Orientierung und Gemeinschaft suchen.
7. **„shine together“**
Ein neues Format für Frauen, Männer und Paare nach dem Konzept der Männergruppen.

Weitere Ideen: **Männer stärken:** Unterstützung in schwierigen Lebenssituationen, z. B. bei Wohnungslosigkeit | **Gemeinschaftliches Leben:** Vision eines generationenübergreifenden ZUSAMMEN-Lebens | **Zoomgruppe für Männer ohne Erwerbsarbeit:** Männer in beruflichen Umbruchphasen.

C) Vernetzung der Männerarbeit

Die Männergruppen sind Teil eines größeren Netzwerks und arbeiten mit verschiedenen Plattformen und Initiativen zusammen, besonders intensiv mit dem Männerreferat im Erzbistum Freiburg.

- www.maennernetzpfalz.de
- www.maennerfuerdemokratie.de

NEU: www.maennernetz.de

Frauen-Männer-Gender Erzbistum Freiburg [Link](#).

