

## TERMINE UND THEMEN

### EINFÜHRUNGSSEMINAR

26.01. - 28.01.2018 Agression und Hingabe

Das Einführungsseminar dient - unverbindlich - der Entscheidungsfindung für den Hauptkurs. Es kann auch als Einzelseminar besucht werden.

### HAUPTKURS

16.02. – 18.02.2018 Vaterprinzip  
20.04. – 22.04.2018 Natur und Spiritualität  
08.06. – 10.06.2018 Sexualität und Lebenslust  
06.07. – 08.07.2018 Ringen um Identität  
14.09. – 16.09.2018 Das Ritual  
16.11. – 18.11.2018 Abschluss, Abschied gestalten

Die Seminare beginnen jeweils um 18:30 Uhr mit dem Abendessen und enden am Sonntag gegen 14:00 Uhr nach dem Mittagessen.

## KOSTEN

### EINFÜHRUNG

Kursgebühr 195,00 Euro  
Übernachtung im EZ, Mahlzeiten  
und Tagungspauschale 195,50 Euro

### HAUPTKURS

Kursgebühr 1.590,00 Euro  
Übernachtung im DZ, Mahlzeiten  
und Tagungspauschale  
je Wochenende 177,50 Euro

Einzelzimmerzuschlag 18,00 Euro

Abschlussmenü all inclusive 45,00 Euro

Benötigen Sie finanzielle Unterstützung. Sprechen Sie uns bitte an!

## ANMELDUNG / VERANSTALTUNGSORT

### HOHENWART FORUM BILDUNG UND BEGEGNUNG GMBH

Schönbornstr. 25  
75181 Pforzheim-Hohenwart  
Tel.: 07234-606-17, Fax: 07234-606-550  
Mail: gerke@hohenwart.de  
www.hohenwart.de



## KONZEPT

### GÖTTINGER INSTITUT FÜR MÄNNERBILDUNG UND PERSÖNLICHKEITSENTWICKLUNG

Am Mühlengraben 2  
37083 Göttingen  
Tel.: 0551-370 739 83  
Mail: info@maennerbildung.de  
www.maennerbildung.de



# MANNSEIN

## Forschungsreise 2018



**GIM**  
Göttinger Institut für  
Männerbildung und  
Persönlichkeitsentwicklung



**HOHEN  
WART  
FORUM**

# MANNSEIN

eine einjährige  
Forschungsreise

Wir begeben uns auf eine Forschungsreise in das eigene Mannsein, seine Geschichte, seine Gegenwart und seine zukünftigen Möglichkeiten.

Wir wollen eine lebendige Art des "Mann-Seins" finden, statt die Mühen des "Mann-Tuns" weiter zutreiben. Männlichkeit muss nicht immer wieder neu bewiesen, sondern mit eigenen Lebenswünschen gefüllt werden. Wie wäre es, männliche Identität wie ein "wildes Terrain" zu sehen, das es per "Expedition" zu erforschen gilt?

Wir brauchen Mut, um zu erkennen, wie wir mannhaft schwere Lasten tragen: Leistungszwänge, Liebesunfähigkeit, Konfliktangst, Mangel an Freundschaft oder allgemeiner Hass auf die Welt statt gezielter Opposition. Vieles davon erscheint uns zu sehr als persönliches Versagen. Zudem sind wir allein auf Grund der Tatsache, dass wir Männer sind und als Männer handeln, pauschalen Schuldzuweisungen ausgesetzt.

Wir wollen einengende Festlegungen auf das rein „Männliche“ überwinden. Einerseits ist es wichtig Männlichkeit als eine Grundlage unserer Identität zu begreifen. Andererseits wollen wir sie auf möglichst viele menschliche Qualitäten erweitern und sie in einem geerdeten spirituellen Kontext leben.

## METHODISCHE UND THEORETISCHE HINTERGRÜNDE

Seele, Körper und Geist stellen eine Einheit dar und spiegeln einander. Dies findet seine praktische Anwendung darin, dass oft versteckte Kräfte unseres Selbst über die Hinwendung zum Körper zugänglich werden.

Die wichtigsten Hintergründe für die Körperorientierung unserer Arbeit sind die Erkenntnisse von Wilhelm Reich, der als Schüler von Sigmund Freud dessen Psychoanalyse nach eigenen Aussagen „vom Kopf auf die Füße stellte“. Fritz Perls (Gestalttherapie), Alexander Lowen (Bioenergetik) und Gerda Boyesen (Biodynamik) haben, von der Grundlage Wilhelm Reichs ausgehend, verschiedene Ansätze entwickelt, um das Abenteuer der Begegnung mit dem eigenen inneren Selbst anzuregen, zu begleiten und zu unterstützen.

## ZUR ARBEITSWEISE

Wir arbeiten „körperorientiert“, d.h. wir setzen körpertherapeutische Methoden aus der Bioenergetik (Stand, Erdung), der Gestalttherapie (Rollenspiel, Phantasiereise), der Biodynamik (Massage, Vegetoarbeit) und rituelle Elemente ein. Es findet viel Begegnung und Austausch zu zweit und in der Gruppe statt.

Die Arbeit enthält therapeutische Elemente der tieferen Selbstwahrnehmung und begrenzter Prozessarbeit, ist aber keine Therapie.

Die wichtigsten Vorgehensweisen sind: die Beachtung des gesamten Körperausdrucks als Spiegel der Seele, die Befreiung des Atems als wichtigsten Pulsationsgenerator des Organismus, die Schulung des aufrechten Standes zur gegründeten Stellungnahme in der Welt, die Balancierung aggressiv-offensiver Kraft, die Mobilisierung blockierter Beckenenergie zur Belebung der Lebenslust sowie Techniken zum Erleben von Berührtheit und Gehaltensein.

## DIE REISEBEGLEITER

### THOMAS SCHESKAT

geb. 1956, Seminarleiter des Göttinger Instituts für Männerbildung, therapeutischer Stations- und Gruppenleiter in der forensischen Landesklinik Moringen/Niedersachsen; Ausbildung in Körperpsychotherapie, Pädagoge M.A., (Schwerpunkt therapeutische Beratung, Universität Göttingen) früher Banklehre und Forstwissenschaftsstudium.



Seit 1990 entwickelte er die Forschungsreise Mannsein mit verschiedenen Leitungsteams ständig weiter. 2017 haben mit der 30. Durchführung über 400 Teilnehmer das Programm in den Regionen Göttingen/Kassel, Bern/Zürich, Berlin/Potsdam und Stuttgart/Karlsruhe absolviert.

### RALF MINKE

geb. 1962, Diplom Bauingenieur, Dozent, Arbeitsbereichsleiter und Studierendenberater an der Universität Stuttgart. Absolvent der Forschungsreise 2011, seitdem mehrjährige Assistenz in der Forschungsreise Mannsein und zum »begeisterten Männerarbeiter entwickelt«.

