SKM
Landkreis Sigmaringen
SKM Sigmaringen, Männerberatung, Fidelisstr. 6, 72488 Sigmaringen

Jahresbericht 2024

Echte Männer reden - SKM Männerberatung im Lk. Sigmaringen

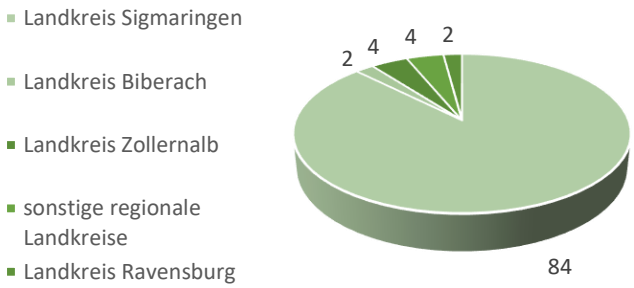
Themenschwerpunkte der SKM Männerberatung

Die Schwerpunkte der Männerberatung sind die Krisen- und Lebensberatung von erwachsenen Männern, der Aufbau und die Vernetzung von Männerkreisen im Landkreis sowie die Öffentlichkeitsarbeit zur (psychischen) Männergesundheit.

Erreichte Männer

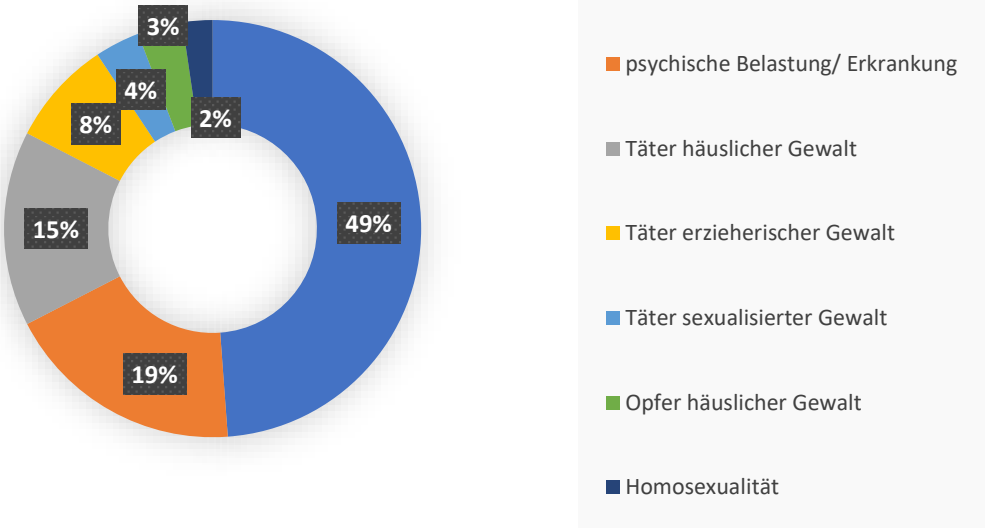
Klienten gesamt	**aus 2023**	0 Beratung	1 Beratung	2-4 Beratungen	5-9 Beratungen	mehr als 9 Beratungen
96	8	12	26	21	25	11

- ⇨ 27 %: 1 Gespräch
- ⇨ 48 %: 2 – 9 Gespräche
- ⇨ 12 %: mehr als 9 Gespräche
- ⇨ 13 %: kamen nicht zum Termin
- ⇨ insgesamt 373 Beratungsstunden
- ⇨ 36 Beratungen in 2025 weitergeführt
- ⇨ Online-Beratung: 18 Klienten, 44 Chats



Beratungsthemen

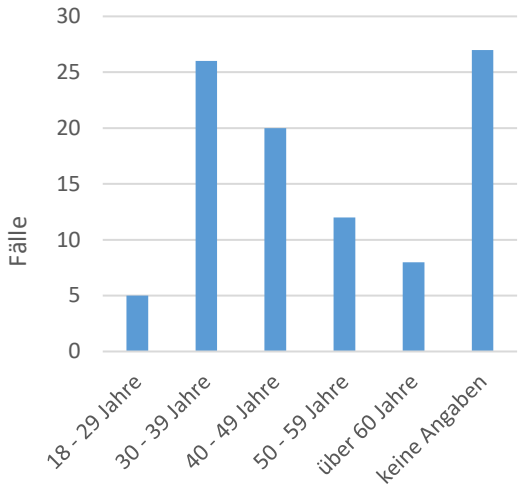
<u>Primäre</u> Beratungsthemen:



Zielgruppen

- ⇨ 16 Klienten ohne Angaben
- ⇨ 42 Männer mit minderjährigen Kindern, davon 30 Männer mit minderj. Kindern im Haushalt
- ⇨ 47 Männer in Beziehung/ Ehe
- ⇨ 14 Männer arbeitssuchend/ krankgeschrieben
- ⇨ 6 Männer in Rente

- ⇨ 2 Männer mit kognitiver Einschränkung in der Konfliktberatung
- ⇨ 2 Männer mit kognitiver Einschränkung als Täter sexueller Gewalt



Häusliche und erzieherische Gewalt

Täter Häuslicher oder Erzieherischer Gewalt	Jugendamt	Jugendhilfe-Träger	Polizei	Angehörige	Selbstmelder
20	13	3	2	1	1

Männer, die Opfer von Häuslicher Gewalt sind:

- 3 Männer nahmen Kontakt auf über Polizei oder Weißen Ring
- 7 weitere Männer berichteten im Beratungsverlauf von Häuslicher Gewalt durch ihre Partnerinnen
- 1 Mann berichtet von sexueller Gewalt/ Vergewaltigung durch die Partnerin

Männerkreise

Derzeit finden in der Männerberatung 2 Männerkreise statt, die von Ehrenamtlichen geleitet werden. Männerkreise bieten persönliche Begegnungen mit emotionaler Tiefe, Offenheit und Humor. In Männerkreisen ist alles willkommen, was Männer beschäftigt oder was sie sich „von der Seele reden“ möchten. Jeder Männerkreis hat seine eigenen Abläufe und Rituale. Manche Gruppen unternehmen auch etwas gemeinsam in der Freizeit.

Netzwerk- und Öffentlichkeitsarbeit

- ⇨ Vermittlungen von Klienten zur Psychiatrie und Tagesklinik, Caritas Gemeindepsychiatrie und Erziehungsberatungsstelle, EFL Sigmaringen, AGJ Suchtberatung und AGJ Wohnungslosenhilfe, zu Psychotherapeuten, Haus- und Fachärzten.
- ⇨ Arbeitskreise „Runder Tisch Häusliche Gewalt“ und „Krisennetzwerk“
- ⇨ Fachaustausch mit „Lichtblick - Anlaufstelle bei sexueller Gewalt an Kindern und Jugendlichen“ und „Beratungsstelle für Häusliche Gewalt“
- ⇨ AG „Jungen-, Väter und Männerarbeit des SKM Bundesverbandes“
- ⇨ Mitglied im Netzwerk „männer.bw“; Beirat der SKM Männerberatung Sigmaringen
- ⇨ Fachvorträge im Sozialforum Bad Saulgau, im Polizeipräsidium Ravensburg, im SRH Krankenhaus Sigmaringen
- ⇨ Projekt „Movember“ zur Förderung der Männergesundheit im November
- ⇨ Instagram: https://www.instagram.com/maennerberatung.skm.sig/?hl=de

Einblicke in die Beratungen: „Männerarbeit wirkt, stärkt, spart“

(aus: Internationale Fachkonferenz am 16./17.09.2024 in Wien)

Unsere Erfahrung zeigt:

Die SKM Männerberatung Sigmaringen wirkt. Die Männer fühlen sich wohl, angenommen, und wissen den Raum und die Zeit zu schätzen, die Ihnen in der Männerberatung angeboten wird.

Manche Männer kommen mit konkreten Problemlagen und Zielen. Manche Männer möchten einfach nur mal reden, weil sie sonst mit Niemandem über diese Themen sprechen können. Manche Männer wissen einfach nicht mehr weiter in ihrer jeweiligen Lebenssituation. Oder sie haben mit ihren bisherigen Verhaltensoptionen Grenzen überschritten.

Die konkreten Themen sind sehr vielfältig. Und doch geht es bei den meisten Männern um Beziehung und Kommunikation: zu ihren Partnerinnen, zu den Kindern, zu sich selbst und auch zu Verstorbenen. Ein Großteil der Männer wünscht sich in der Krise schnelle und kompetente Hilfe, um eine Eskalation (Trennung, Krankheit, Verlust der Arbeit) zu vermeiden. Ein Teil der Männer fasst das erste Mal im Leben den Mut, sich mitzuteilen. Ein weiterer Teil nutzt das Angebot nach einer erfolglosen Suche nach „der richtigen Stelle“.

Die Erfahrung zeigt, dass 3 bis 8 Beratungstermine ausreichen, um den Mann in der Krise zu stabilisieren und neue Sicht- und Verhaltensweisen zu entwickeln. Darüber hinaus wünschen einige Männer eine weitere Begleitung in größerem Abstand. Die Bereitschaft, eigenes Verhalten zu reflektieren und Neues hinzuzulernen ist sehr hoch.

Auf **individueller Ebene** zielt Männerarbeit darauf, die Beziehungs- und Lebenskompetenzen von Jungen und Männern zu erhöhen. Auf **gesellschaftlicher Ebene** trägt sie zur Normalisierung der Vorstellung bei, dass auch Jungen und Männer verletzlich sind und Hilfe in Anspruch nehmen dürfen. Vorherrschende Geschlechterbilder und Strukturen werden verändert, gefährdende Verhaltensweisen in der Beziehungsgestaltung, beim Konsum und im Gesundheitsbereich werden eingedämmt und damit verbundene Folgekosten reduziert.

Exemplarische Fallverläufe

„Ich habe meine Frau geschlagen und habe nun Kontaktverbot.“

Nach massiver körperlicher Gewalt gegenüber seiner Frau sprach das Gericht einem 35jährigen Mann ein 6-monatiges Kontaktverbot aus, und wies ihn an, eine Konfliktberatung (12 Gespräche) bei der SKM Männerberatung wahr zu nehmen. Parallel gab es einen vom Jugendamt begleiteten Umgang zu seinem Kleinkind.

Im Beratungsprozess wurde zunächst sein Umgang mit Stress, unangenehmen Gefühlen und unerfüllten Bedürfnissen fokussiert. In Rollenspielen und weiteren Übungen ging es um sein konkretes Verhalten in Konfliktsituationen, vor allem gegenüber seiner Frau und seinem Kind. Zentral ist dabei, Sensibilität für die Wirkung des eigenen Verhaltens auf andere zu entwickeln und die Entscheidung zu treffen, dass niemand aus seinem persönlichen Umfeld Angst vor ihm haben soll.

Zuletzt gab es ein gemeinsames Gespräch mit seiner Frau über die Gewalttat sowie über den derzeitigen Umgang mit aktuellen Konflikten. Nach dem beendeten Beratungsprozess lebt die Familie wieder zusammen und kommt gemeinsam quartalsweise zur Männerberatung.

„Sie haben mir wirklich geholfen. Danke.“

„Meine Frau rastet aus, wenn sie getrunken hat."

Ein 43jähriger Mann, geschieden mit 3 Töchtern aus erster Ehe, hat mit seiner neuen Partnerin eine 4jährige Tochter. Die Partnerin ist alkoholabhängig und im Alkoholrausch eskalieren regelmäßig Konflikte. Nachdem sie ihn mit Gegenständen beworfen hat, hielt er sie fest und schubste sie. Daraufhin rief sie die Polizei. Auch das Jugendamt wurde informiert. Dem Klienten wurde empfohlen, die Männerberatung aufzusuchen, um einen Gesprächspartner für seine eigenen Probleme zu haben.

Im Beratungsverlauf bekam der Klient zunächst Raum für seine eigenen Themen und Bedarfe. Aufgrund seiner Arbeitsunfähigkeit nach einem schweren Unfall ist nichts mehr wie es für ihn war, auch die Beziehungsdynamik zu seiner Frau hat sich grundlegend verändert und führte vermehrt zu Konflikten. In der Männerberatung konnte der Klient die Entscheidung treffen, seine Partnerin zu einer stationären Alkoholtherapie aufzufordern. Bei einem erneuten Rückfall erwägt er, sich zu trennen. Dazu informierte er sich beim Jugendamt, damit seine Tochter bei einer möglichen Trennung bei ihm wohnt oder zumindest das sog. Wechselmodell umgesetzt wird. Im weiteren Verlauf wurde der Klient aufgrund von Auffälligkeiten zur Erziehungsberatungsstelle vermittelt.

„Die Gespräche auf Augenhöhe tun mir in der Männerberatung gut."

„Ich habe schlimme Sachen erlebt, und will endlich mit jemandem drüber sprechen."

Ein 40jähriger Familienvater erinnert sich durch das Zusammenleben mit seinen eigenen Kindern zunehmend an Erlebnisse in seiner Kindheit, die ihn traumatisiert haben und die er lange Zeit verdrängt hat. Diese Erinnerungen blockieren ihn in der Beziehung zu seinen Kindern. Er distanziert sich und hat ein schlechtes Gewissen gegenüber seiner Familie.

In der Männerberatung öffnet er sich zum ersten Mal in seinem Leben. Er bekommt Raum und Zeit für seine Erlebnisse. Bis zur Aufnahme in eine Psychotherapie nimmt er die Gesprächsangebote regelmäßig wahr.

„Ich fühl mich wohl bei Ihnen."

„Meine Frau sagt, ich bin depressiv."

Ein 57jähriger Mann berichtet, dass seine Frau ihn als antriebslos, lustlos und unkommunikativ erlebt. Sie erwägt, sich zu trennen, wenn sich nicht genügend verändert.

In der Beratung wird ihm bewusst, dass ihre Kritik und Unzufriedenheit mit dem Auszug der mittlerweile erwachsenen Kindern begann. Gleichzeitig hat sich bei ihm im Beruf und in den privaten Anforderungen nichts verändert. Er überdenkt seine Werteprioritäten und die Rollenverteilungen in der Beziehung. Er stellt fest, dass sein Hauptmerk nicht mehr auf der finanziellen Sicherheit für die Familie liegen und seine Freizeit nicht noch zusätzlich mit einem Nebenjob verplant werden muss. Schritt für Schritt reduziert er seine Arbeitsbelastung und versucht, seine Freizeit zusammen mit seiner Frau aktiver zu gestalten und neue Lebensziele zu entwickeln.

„Es tut gut, hier in der Männerberatung nur Zeit für sich zu haben."