



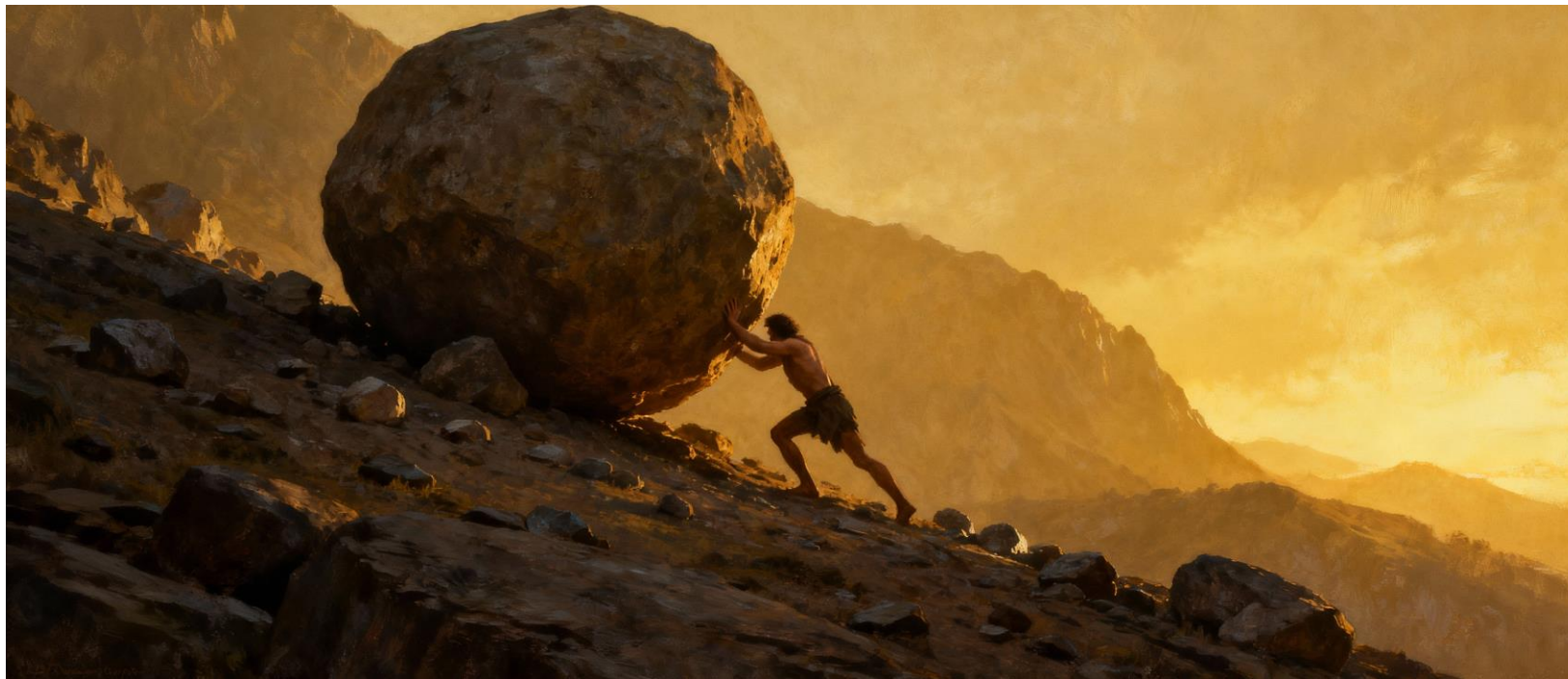
Männerbüro Region Basel

Kompetenzzentrum für Buben, Männer, Väter
und Vielfalt

Von widersprüchlichen Rollenbildern zu Krisen

Männerberatung heute

Sisyphus



Sisyphus

- In der griechischen Mythologie ein sterblicher König der Stadt Korinth
- Überlistete zweimal den Tod und wollte der Sterblichkeit entfliehen
- Wurde von Zeus bestraft, indem er für alle Zeiten einen Felsen einen steilen Berg hinauf schieben musste, welcher kurz vor dem Ende wieder den Berg runter rollte
- Viele Männer erleben ihre gegenwärtige Situation tatsächlich wie eine Sisyphusarbeit – sie rollen ständig den Stein der gegensätzlichen Erwartungen den Berg hinauf (Stärke zeigen, aber emotional offen sein; erfolgreich sein, aber präsent in der Familie sein; unabhängig sein, aber sich Hilfe holen), nur um zu sehen, dass der Stein immer wieder herunterrollt. Es gibt keinen endgültigen Erfolg, keine klare Definition von erfüllter Männlichkeit, die hält.

Erwartungen an (junge) Männer heute

- Einerseits traditionelle Ideale wie
 - Stärke,
 - Unabhängigkeit und
 - finanzielle Leistungsfähigkeit
- Andererseits soll der moderne Mann gleichzeitig
 - empathisch
 - emotional offen
 - präsent in der Familie und
 - verantwortungsvoll in Beziehungen sein.
- Moderne Männer sollen im Beruf leistungsstark, im Familienleben präsent, als Partner empathisch, als Vater fürsorglich und als Freund humorvoll und verlässlich sein

Erwartungen an (junge) Männer heute

- Eine Studie der Universität Zürich mit etwa 500 Männern offenbarte, dass die Gesellschaft in drei Gruppen unterteilt werden kann: Ein Drittel geht mutig in Richtung neuer Rollenbilder voran (progressiv), ein Drittel bleibt in alten Mustern gefangen (traditionell), und das letzte Drittel befindet sich in einer suchenden Mitte (ambivalent).
- Wir versuchen die ambivalente Mitte zu erreichen und Sie von dem traditionellen Korsett zu befreien...
- Aber...

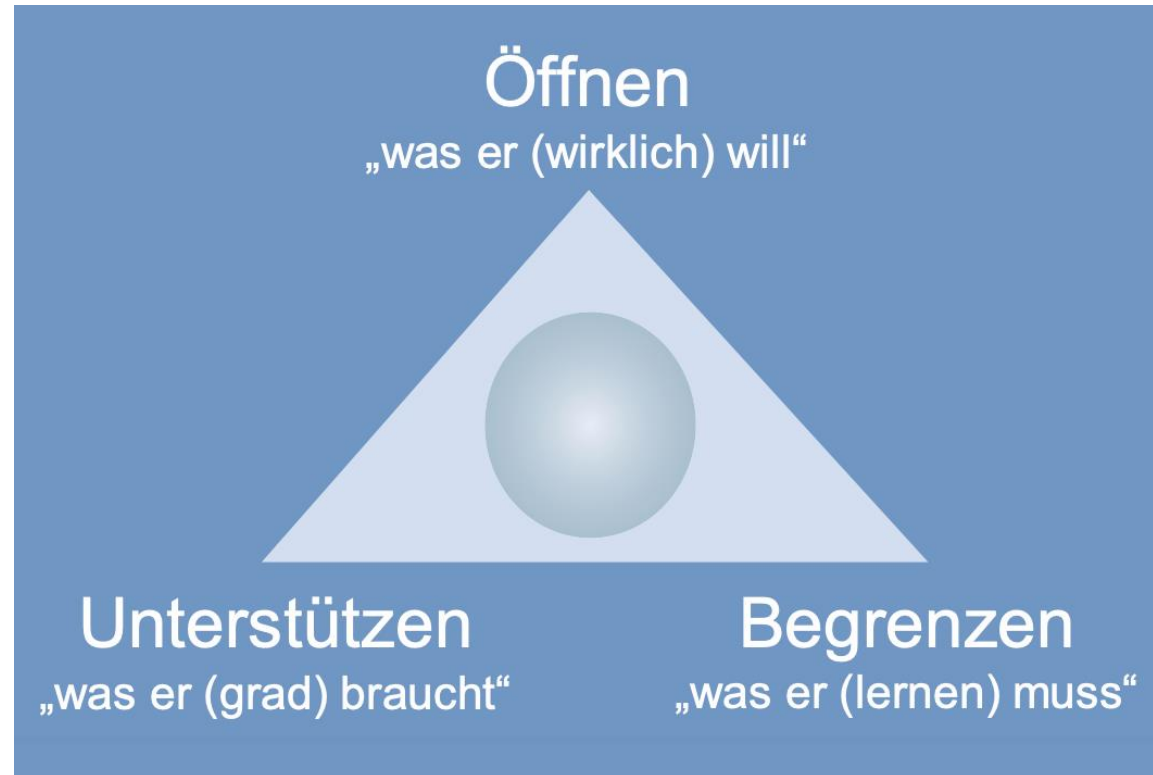
Problemstellung

- Fehlende Rollen(vor-)bilder
- Gesellschaftlicher und Peer-Backlash
- Beeinflussung durch digitale/soziale Medien (nicht nur bei Jungen)
 - Durchschnittsalter von INCELS liegt gemäss einer Studie aus England bei 26 Jahren
- Widersprüchliche Erwartungen durch Partner*innen
 - Der einfühlsame Topverdiener und Beschützer, der mit seinen Gefühlen in Kontakt kommt und sich in der Beziehung weich und feinfühlig gegenüber Kindern etc. verhält

Erwartungen einer Sportklasse an ihren künftigen Ehemann

- Gut aussehen
- Mind. 1,80 m gross
- Soll einen Six-Pack haben
- Soll gut verdienen und alles zahlen können/mehr verdienen als ich
- Soll meine Wünsche und Bedürfnisse erkennen
- Soll mich und die Familie verteidigen können (auch mit Gewalt)
- soll mich vor anderen Typen beschützen
- Soll gefühlvoll sein
- Soll Kinderwunsch haben/sich um Kinder kümmern
- Soll aktiv im Haushalt mitwirken
- Darf sich nicht rumschubsen lassen
- Soll mir Raum geben mich selbst zu entfalten
- Soll emotional präsent sein
- Soll sich mit sich selbst auseinandersetzen
- Darf kein toxischer Mann sein
- Soll ein bisschen Eifersüchtig sein
-

Wie arbeiten wir konkret



<https://bl-api.webcloud7.ch/politik-und-behorden/direktionen/sicherheitsdirektion/generalsekretariat/fachbereich-familien/medienordner-fachbereich-familien/maenner-erreichen-beraten-begleiten-ein-leitfaden-fuer-die-praxis.pdf>

Wie arbeiten wir konkret

- Leider immer noch zu wenig präventiv
- Biographiearbeit
 - Sozialisationsmuster erkennen
 - Glaubenssätze über Rolle als Mann oder auch über mich als Person
- Bedürfnisse und Gefühle erkennen und benennen
 - Süfke und Neumann benennen bei Männern ausgeprägte Abwehrmechanismen
 - Körperferne
 - Bagatellisierung/Verdrängung
 - Abwertung
 - Rationalisierung
 -

Warum Männerarbeit

- 71% der jungen Männer glauben, **Probleme allein lösen** zu müssen.
- 95% der jungen Männer spüren **Veränderungsdruck**.
- 72% aller **Suizide** werden von Männern verübt (wobei der Unterschied im Alter besonders gross ist).
- 75% aller psychisch belasteten Männer besuchen **keine Psychotherapie**.
- 75% aller **Todesopfer** im Strassenverkehr sind Männer – meist selbstverschuldet.
- 47.8% der jungen Männer, die sich auf **Incel-Foren** (Involuntary Celibates) tummeln, haben Suizidgedanken.
- (Nur) 38.6% aller Männer lehnen die Aussage ab, «ein Mann sollte bereit sein, sich gegen Beleidigungen mit **Gewalt** zu wehren».

Warum Männer- und Bubenarbeit

- Nach 23 Minuten spült es Jungs beim ersten TikTok-Besuch erste Alphamännlichkeit-Clips in den Newsfeed. Drei Stunden später sind drei von vier Beiträge der Manosphere zuzuordnen. (Manosphere ist der Oberbegriff für den virtuellen Diskursraum jener Männer, die sich als Emanzipationsverlierer sehen und den Frauen daran die Schuld geben). (<https://www.dcu.ie/antibullyingcentre/recommending-toxicity-summary-report>)
- Influencer geben den Jungs, was sie suchen (ein Rollenmodell), aber nicht, was sie brachen (Orientierung, Unterstützung und Begleitung). Der Reichweitenstärkste ist Andrew Tate.

*Slap.
Slap.
Grab.
Choke.
Shut up, bitch.
Sex.*



<https://youtu.be/j5V30paGUTY>

*Schlag links.
Schlag rechts.
Packen.
Würgen.
Fresse, Luder.
Sex.*

Warum Männerarbeit

- Mind. 27 Femizide im Jahr 2025 (<https://www.srf.ch/news/schweiz/femizide-in-der-schweiz-eine-trennung-ist-fuer-frauen-ein-gefaehrlicher-moment>)
- 75% davon im häuslichen Kontext
- Meistens in Trennungssituationen
- In 43% der Fälle gab es vorangehend polizeilich erfasste Fälle von HG

Worum geht es uns

- Wir wollen niemanden verändern, sondern Männer ermutigen sich und ihr Verhalten zu hinterfragen (Bin das wirklich ich? Möchte ich so sein? Was möchte ich meinem Sohn weitergeben?)
- Wir wollen, dass Männer sich trauen ihre Bedürfnisse gegenüber sich selbst und in Partnerschaften zu erkennen und zu benennen und ggf. weiterführende Unterstützungsangebote anzunehmen.... bevor es zu spät ist...
 - D.h. Wünsche in ihren Beziehungen einbringen und ggf. verhandeln...
- Wir wollen Männer zeigen, dass sie nicht alleine sind...
 - <https://www.youtube.com/watch?v=o955XeRSfW4>

Männerarbeit wirkt individuell...

- verbessert **Gesundheit** und stärkt Selbstsorge
- steigert Lebensqualität und **Wohlbefinden**
- verbessert **Gefühlszugang** und emotionale Kompetenzen
- unterstützt Affektregulation und **gewaltfreie Konfliktlösung**
- macht **beziehungsfähiger** und sozial kompetenter
- stärkt Bindungssicherheit und **soziale Einbettung**
- fördert den **gelingenden Umgang** mit sexuellen Impulsen

...und in der Gesellschaft

- mehr **Wahlfreiheit** für alle
- mehr **väterliches Engagement** – und so höhere Erwerbsbeteiligung der Mütter
- **fairere Verteilung** von bezahlter und unbezahlter (Care-)Arbeit
- eine bessere Ressourcenallokation im Arbeitsmarkt – **weniger Fach- und Arbeitskräftemangel**
- **weniger Gewalt**, Vandalismus und Hooliganismus
- weniger Ärger für die Bevölkerung und **geringere volkswirtschaftliche Folgekosten**

Das Männerbüro Region Basel

- Das Männerbüro Region Basel wurde am 14. März 1995 gegründet. Im Jahr 2000 wurde das **Pionierengagement** des MBRB mit dem Gleichstellungspreis der Stadt Basel gewürdigt.
- Dieses Jahr durften wir, nicht zuletzt durch die langjährige Unterstützung des Kantons und diversen Stiftungen, unser 30. Jubiläum feiern.
- Das Männerbüro Region Basel sind:
 - Co-Leitung Vinoth Tissaveerasingham (70%, Betriebsleitung und Projekte) und Florian Weissenbacher (70%, Fachliche Leitung und Personal)
 - Adrian Müller (60% Berater), Fritz Rösli (30% Berater) und Roza Korkmaz (20% Beraterin)

Unser Angebotsprofil

Was vor 30 Jahren mit einem wöchentlichen Beratungsangebot von 2x 3 Stunden begann, hat sich im Lauf der Zeit zum **polyvalenten Beratungsbetrieb** entwickelt. Heute umfasst das Beratungsangebot des Männerbüros drei Hauptbereiche:

- **Polyvalente Beratung** zu diversen Lebensfragen (inkl. Prävention)
- **Gewaltberatungen** für gewalttätige und gewaltbetroffene Männer
- **Rechtsberatung** bei familienrechtlichen Fragestellungen

Das Männerbüro Region Basel

Ein Viertel aller Beratungen sind Gewaltberatungen, drei Viertel polyvalente Beratungen zu verschiedensten Lebensthemen.

- **Dauerbrenner Nr. 1:** Trennung und Scheidung.
 - 161 Gespräche Trennung Scheidung
 - 97 KESB Themen
 - 91 Konflikten in der Partnerschaft
- Weitere Themen: Kommunikations- und Beziehungsprobleme
- Orientierungslosigkeit aufgrund teils widersprüchlicher Anforderungen
- Aufarbeitung eigener Gewalterfahrungen als Gewaltprävention bei kommender Vaterschaft

Unsere Klienten

- 577 Beratungsgespräche mit 251 Männern aus (348, davon 57 Gewaltberatungen) Basel-Stadt und (229, davon 37 Gewaltberatungen) Basellandschaft
- Klienten kommen überwiegend aus der Schweiz
 - Insgesamt 33 Nationalitäten
- Alter von 21 bis 85 Jahre
- In den meisten Fällen sind wir die erste und einzige Anlaufstelle für diese Männer
 - Bewusster Shift zu Triagen an Psychotherapeut*innen und Psychiater*innen

**Herzlichen Dank für Ihr Kommen
und das Interesse am Männerbüro
Region Basel**

Quellen:

- Süfke, B. (2010). Männerseelen: Ein psychologischer Reiseführer. Goldmann.
- Neumann, W., & Süfke, B. (2004). Den Mann zur Sprache bringen: Psychotherapie mit Männern. dgvt-Verlag.
- Baker, C., Ging, D., & Andreasen, M. B. (2024). Recommending toxicity: The role of algorithmic recommender functions on YouTube Shorts and TikTok in promoting the manosphere (Research report). Dublin City University, Anti-Bullying Centre.
- <https://www.srf.ch/news/schweiz/radikalisierung-auf-tiktok-der-toxische-sog-der-manosphere>
- Plan International Deutschland. (2023). Spannungsfeld Männlichkeit: Männer zwischen traditionellen Rollenbildern und neuen Erwartungen (Umfragebericht). Plan International Deutschland e.V
- Statista weist für 2023 eine Suizidrate von 13,4 pro 100 000 bei Männern und 5,3 bei Frauen aus, also etwa Verhältnis 2,5:1.
- ellex. (2026, 7. Januar). Warum gehen Männer so ungern zum Psychologen? Interview mit Markus Theunert.
- <https://ind.obsan.admin.ch/indicator/monam/verkehrsunfaelle-mit-substanzeinfluss>
- Spektrum der Wissenschaft. (2025, 26. Januar). Misogynie: Die Wut und das Leiden der «Incels»
- männer.ch. (o. J.). Gewaltprävention. Abgerufen am heutiges Datum, von <https://www.maenner.ch/fachstellen/gewaltpraevention/>



MÄNNERBÜRO

Region Basel

Kompetenzzentrum für Buben,
Männer, Väter und Vielfalt

Alle Informationen