

## Männergruppe

Herzlich willkommen in der Gestaltgruppe für Männer!

Wir leben in einer Zeit, in der sich traditionelle Rollenbilder im Wandel befinden.

Einerseits bietet dies die Freiheit unabhängig von klassischen patriarchalen Rollenbildern, die eigene Identität zu entdecken, andererseits geben gewohnte Strukturen viel Sicherheit.

Uns beschäftigen Fragen wie z.B.

- Wer bin ich und was ist mir wichtig?
- Welchen Einfluss haben die patriarchalen Strukturen, welche mich teilweise noch immer umgeben, bei der Entdeckung meiner Identität als Mann in der heutigen Zeit?
- Welche Bedeutung haben Themen wie Beziehung, Konkurrenz, Verletzlichkeit und Sexualität für mich?

In dieser Gruppe habt ihr die Möglichkeit, einen geschützten Raum zu erleben, in dem ihr euch frei von Rollenbildern und Zwängen mit eurem Mannsein auseinandersetzen könnt.

Durch gemeinsames Erleben, angeleitete Übungen aus der Gestalttherapie, Austausch in der Gruppe und einfühlsame Begleitung könnt ihr eure Gefühle, Widerstände und unbewussten Anteile erkunden.

Wenn ihr euch also tiefer mit euren Gefühlen beschäftigen und eine unterstützende Gemeinschaft erleben möchtet, seid ihr herzlich eingeladen, an unserer Gestaltgruppe für Männer teilzunehmen. Wir freuen uns auf euch!

Wir treffen uns ab Oktober jeden 1. und 3. Montag des Monats in der Praxis von Carola Pust, Bundesallee 55, 10715 Berlin, jeweils von 18.30 Uhr bis 21 Uhr. Geplant sind zunächst zehn Termine mit Option auf Verlängerung. Die Kosten betragen 80 Euro pro Monat.

Um uns kennenzulernen, bieten wir Euch einen Schnupperabend an, am Montag, den 16.9.2024, ebenfalls in der Bundesallee 55 zu einem Unkostenbeitrag von 20 Euro.

Bitte meldet euch bei Interesse und weiteren Fragen bei:

Daniel Jaruschewitz 0172 63 20 480 [daniel.jaruschewitz@web.de](mailto:daniel.jaruschewitz@web.de) oder

Daniel Hasler 0157 38 91 44 55 [danielhasler66@yahoo.de](mailto:danielhasler66@yahoo.de)

Eine neue Gruppe kommt zustande sobald mindestens 6 Anmeldungen vorliegen.