

Männer online beraten

Ein Sonderheft zum Leitfaden zur
geschlechterreflektierten Beratung von
Jungen, Männern und Vätern

In unserem Sonderheft »Männer online beraten« berücksichtigen wir eine gendersensible und inklusive (Schrift-)Sprache. Daher verwenden wir eine Schreibweise mit Doppelpunkt, da diese als leser:innenfreundlicher gilt als die Schreibweisen mit Unterstrich oder Sternchen. In Interviews belassen wir die Form, die von den Gesprächspartner:innen favorisiert wird.

Männer online beraten

Ein Sonderheft zum Leitfaden zur
geschlechterreflektierten Beratung von
Jungen, Männern und Vätern

Inhalt

Beratung im digitalen Raum

Männer online beraten

1. Warum Online-Beratung?	03
2. Medien und Formen der Online-Beratung	04
3. Vorteile der Online-Beratung (für Männer).....	07
4. Kompetenzen in der Online- Beratung von Männern	09
5. Ausblick – Die politische Relevanz von Online-Männerberatung.....	11

Anhang

Literatur	15
Impressum	16

Interview

Onlineberatung von Vätern

Digitales Gruppenangebot für Männer auf einer Online-Plattform.....	12
--	----

Männer online beraten

1. Warum Online-Beratung?

Die Möglichkeiten der Beratung von Männern erweitern sich mit der Entwicklung unterschiedlicher Angebote der Online-Beratung (vgl. für einen Überblick: Reindl 2018). Bereits 1995 stellte die TelefonSeelsorge® das erste deutschsprachige Beratungsangebot im Internet zur Verfügung. Ratsuchende hatten dadurch erstmals rund um die Uhr die Möglichkeit zu schreiben, was sie nicht aussprechen konnten. Durch den **technischen Fortschritt** der letzten Jahrzehnte hat sich eine Vielfalt unterschiedlicher Kommunikationskanäle entwickelt, deren Nutzung alltäglich und selbstverständlich geworden ist.

Bereits vor der Corona-Pandemie entstanden verschiedene Formen digitaler Online-Beratung. Aber erst die Pandemie hat die Erfahrung von Video-Chat und Video-Konferenz alltäglich gemacht und der Entwicklung insgesamt einen Schub gegeben (vgl. Stieler et al. 2022). Beratung in Präsenz gilt für viele Fachkräfte gleichwohl immer noch als Goldstandard. Das mag an unterschiedlicher Technikaffinität oder auch an einer Skepsis liegen, ob digitale Medien tatsächlich geeignet sind, relevante Qualitäten des Beratungssettings wie **Nähe und Vertrautheit** zu vermitteln.

Online-Beratung ist dabei durchaus ein eigenständiges Beratungsformat, dessen Effektivität durch Studien belegt ist (Kühne & Hintenberger 2020). Online-Beratung bietet spezifische Vorteile für Ratsuchende, insbesondere Anonymität, Niedrigschwelligkeit und eine verbesserte zeitliche und örtliche Zugänglichkeit. Online-Beratung kann damit auch Menschen erreichen, denen aus unterschiedlichen Gründen der Zugang zu Hilfsangeboten erschwert ist oder in deren Wohnort kein geeignetes Präsenz-Angebot vorhanden ist – zum Beispiel kein Männerberatungsangebot mit geschlechterreflektiertem und männlichkeitsorientiertem Ansatz. Aktuell wird Online-Beratung überwiegend von Jugendlichen genutzt (Stieler et al. 2022). Diese sind mit digitalen Medien aufgewachsen. Die Jungen von heute sind die Männer und Väter von morgen. Fachleute der Männerberatung sind daher gut beraten, sich mit den Vorteilen, aber auch mit den Voraussetzungen und Herausforderungen von Online-Beratung auseinandersetzen.

TelefonSeelsorge®

<https://www.telefonseelsorge.de/>

Männer online beraten

2. Medien und Formen der Online-Beratung

Unter Online-Beratung wird im engeren Sinne ein **wechselseitiger Kommunikationsprozess** zwischen Beratern und Ratsuchenden verstanden, der **computergestützt** stattfindet (Gehrmann 2010) und dabei einen **unterstützenden Charakter** hat (Engelhardt 2023). Die Bereitstellung von Medien wie Lehrvideos oder ein nicht moderiertes Selbsthilfe-Forum ist demnach keine Online-Beratung.

Das Spektrum der nutzbaren Medien in der Online-Beratung hat sich durch den technischen Fortschritt erweitert. Die gängigen Kommunikationskanäle ermöglichen Beratung in Schrift, Bild und Ton. Die Kommunikation kann dabei gleichzeitig oder zeitversetzt stattfinden.

Die Medien der Online-Beratung unterscheiden sich darin, welche **sozialen Kontextinformationen** übermittelt und erlebbar werden. Dadurch ist der Grad der Anonymität für Ratsuchende steuerbar. Ratsuchende sind in einem Online-Beratungsformat nicht gezwungen persönliche Merkmale wie Name, Geschlecht, Stimme oder Gesicht zu offenbaren. **Zeitlich versetzte Kommunikation** bietet Ratsuchenden die Möglichkeit, Beratung jederzeit zu pausieren, da keine unmittelbare Reaktion erforderlich ist. Damit kann die Intensität von Beratung reguliert werden.

Medien in der Online-Beratung

	synchron	quasisynchron	asynchron
Schrift		Messenger Chat (Gruppenchat)	SMS E-Mail Forum
Ton	Telefon Notfall-Hotline		Sprachnachrichten
Bild	Video		Videonachrichten

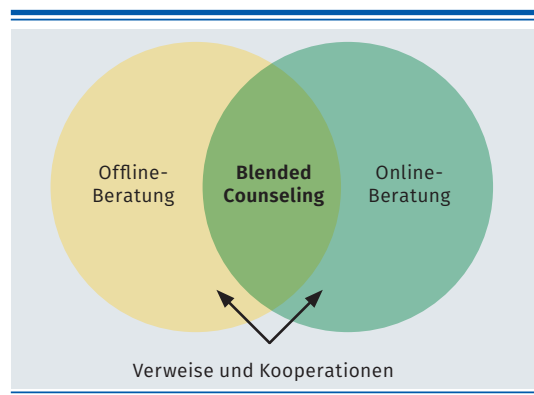
Medien der Online-Beratung unterscheiden sich im **Zeitaufwand**, der für eine gelungene Kommunikation notwendig ist, und in den **technischen Anforderungen** zur Umsetzung der Beratung. Darüber hinaus ist das gewählte Medium der Kommunikation abhängig von der Zielsetzung des Beratungsangebots, den Möglichkeiten zur Umsetzung auf Seiten der Beratenden und nicht zuletzt von den Bedarfen der Ratsuchenden selbst.

Online-Beratung findet am häufigsten textbasiert statt (Engelhardt 2023). Aus der Schriftform sind Überleitungen in Telefon- und Videokontakt oder – falls gewünscht – in Präsenzberatung möglich. Für Formate wie Supervision und Coaching ist eher eine videobasierte Beratung sinnvoll. Bei Einschränkungen wie Gehörlosigkeit eignet sich schriftbasierte Kommunikation oder mittels Gebärdensprache auch der Kontakt über Video.

Bei der Online-Beratung gibt es wie in der herkömmlichen Präsenzberatung **unterschiedliche Formate**, wie Erstberatung, inhaltliche Fachberatung oder Prozessberatung. Die Dauer der Beratung kann somit von einem einmaligen Kontakt bis hin zu einem längerfristigen Online-Beratungsprozess reichen. Unterschieden wird zudem, ob es sich um ein Einzel- oder ein Gruppen-Setting handelt. Angebote wie das **Männerhilfetelefon** oder die **Online-Beratung des SKM** für Jungen und Männer arbeiten mit verschiedenen Kommunikationskanälen (Telefon, Chat, Mails) im Eins-zu-Eins-Setting mit den Ratsu-

chenden. Die Angebote **MännerDialoge** der Landesfachstelle Jungen- und Männerarbeit Sachsen oder „digitale Lagerfeuer“ von **Vaterwelten** (siehe Interview mit Heiner Fischer) sind Beispiele offener videogestützter Gruppenformate.

Es gibt Beratungsangebote, die ausschließlich Online-Beratung anbieten, wie der **GayHealth-Chat** der Deutschen Aidshilfe. Soweit sich Ratsuchende im Verlauf eines Beratungsprozesses Präsenzberatung wünschen, muss in einem solchen Fall auf Angebote vor Ort verwiesen werden. Bei einem **Wechsel zwischen On- und Offline-Beratung** wechselt folglich auch die beratende Fachkraft. Im Rahmen des Angebots „**Echte Männer reden**“ des SKM arbeiten Beratende sowohl online als auch offline. Kann ein:e Berater:in einen flexiblen Übergang zwischen On- und Offline-Beratung anbieten, wird von **Blended Counseling** gesprochen (Engelhardt & Reindl 2016).



Blended Counseling ist die gezielte und systematische Kombination von digitalen und analogen **Kommunikationskanälen** in der Beratung. Beide Ansätze werden als gleichwertig betrachtet; das persönliche Gespräch in Präsenz gilt nicht mehr als das zentrale Medium der Beratung. Kommunikationskanäle werden vielmehr so **miteinander verbunden**, dass sie die Zugänglichkeit, Flexibilität und Autonomie der Ratsuchenden erhöhen. Eine qualitativ hochwertige (Online-)Beratung erfordert demnach nicht nur Kompetenzen im Umgang mit verschiedenen Kommunikationskanälen, sondern auch die Fähigkeit das Medium zu wählen, dass je nach den Bedürfnissen der Klient:innen und den Zielen und Phasen des Beratungsprozesses am besten geeignet ist (vgl. Engelhardt & Reindl 2016).

Männerhilfetelefon

<https://www.maennerhilfetelefon.de/>

Online-Beratung des SKM

<https://echte-maenner-reden.de/onlineberatung/>

MännerDialoge

<https://maenner-dialoge.de/>

Vaterwelten

<https://vaterwelten.de/>

GayHealthChat

<https://www.gayhealthchat.de/>

„Echte Männer reden“

<https://echte-maenner-reden.de/>

Männer online beraten

3. Vorteile der Online-Beratung (für Männer)

Online-Beratung ermöglicht niedrigschwellige Angebote für Ratsuchende. Dies kann speziell für Jungen, Männer und Väter von Vorteil sein.

„Online-Beratung sollte Männer direkt adressieren, um sie anzusprechen, aber inhaltlich offen gestaltet sein, um niedrigschwellig zu bleiben. Die Verwendung thematischer Label wie Opferhilfe oder Gewaltbetroffenheit erfordern, dass Männer sich selbst als Betroffene und als hilfebedürftig anerkennen. Das Problembewusstsein hierfür ist bei Männern allerdings oft noch gar nicht vorhanden.“

Michelle Horstkorte (SKM)

Durch die Verwendung digitaler Kommunikationskanäle können Ratsuchende den Grad ihrer **Anonymität** selbst bestimmen. Das kann helfen Hemmungen und Scham zu verringern. Männern wird so der Zugang zu Hilfsangeboten erleichtert. Dies kann relevant sein, wenn Hilfesuchende Diskriminierungserfahrungen gemacht haben oder sich aufgrund herkömmlicher Männlichkeitsanforderungen damit schwertun, Unter-

stützung zu suchen oder anzunehmen (siehe ausführlich dazu auch: [Leitfaden »Männer gut beraten«](#), Kapitel 2). Anonymität erleichtert es zudem, gesellschaftlich tabuisierte Themen anzusprechen, wie beispielsweise die eigene Gewaltbetroffenheit als Mann. Manchen Ratsuchenden kann es auch helfen, wenn die beratende Fachperson als Gegenüber ebenfalls weitgehend anonym bleibt. Auf diese Weise wird eine offene Kommunikation erleichtert. Ratsuchende kommen leichter darüber ins Gespräch, was sie in die Beratung bringt, wie es ihnen in der Beratungssituation geht und was sie daran ggf. stört. Dies gilt insbesondere bei schriftbasierten Beratungsformen.

Wie wirkmächtig Männlichkeitsanforderungen und Muster männlicher Sozialisation sind, zeigt sich darin, dass trotz des Digital Gender Gaps (Kersting 2020), der stärkeren Technikaffinität von Männern und trotz des Befundes, dass Männer drei Viertel aller Suizide begehen, Online-Suizidberatung überwiegend von Frauen in Anspruch genommen wird. Dabei sind gerade schriftbasierte Beratungsformen genau hier am besten geeignet, um niedrigschwellig in Kontakt zu gehen (Oswald 2018).

Leitfaden »Männer gut beraten«

<https://bundesforum-maenner.de/2022/05/17/leitfaden-maenner-gut-beraten/>

Online-Angebote erhöhen die **Zugänglichkeit** von Beratung. Ein Erstkontakt ist rund um die Uhr möglich. Erfahrungen aus der Online-Männerberatung zeigen, dass Anfragen von Männern überwiegend am Wochenende oder spät abends kommen, wenn Zeit ist, über die eigenen Themen nachzudenken oder Klienten deswegen nicht einschlafen können. Auch im Fall einer akuten Krise ist der Weg zur Online-Beratung nicht weit. Die **Ortsunabhängigkeit** von Online-Beratung erleichtert mobilitätseingeschränkten Personen den Zugang und macht Beratung für all diejenigen Jungen, Männer und Väter verfügbar, die vor Ort kein passendes Offline-Beratungsangebot vorfinden.

Ortsunabhängigkeit macht es zudem möglich, Beratung sowohl im eigenen Schutzraum zu Hause in Anspruch zu nehmen als auch in belastenden Situationen wie beispielsweise bei Paar- oder Familienkonflikten im Urlaub oder während eines Wohnortswechsels. Auch **seltene Beratungskompetenzen** werden zugänglicher, wie Fremd- oder Gebärdensprache. Online-Beratung ist zeitsparender und flexibler als ein Beratungstermin vor Ort. Für berufstätige Männer, die in betriebliche Strukturen eingebunden sind, ist Online-Beratung leichter nutzbar und bietet Vorteile für die **Vereinbarkeit von Familie und Beruf**.

Verbesserung von Angeboten der (Online-) Beratung durch Metadaten?

Online-Beratung eröffnet die Möglichkeit, anonymisierte Nutzungsdaten zu erheben. Damit können statistische Übersichten zu Dauer und Anlass von Beratung oder zu typischen Tageszeiten und Wochentagen eines Erstkontakts erstellt werden. Metadaten liefern Hinweise für den Bedarf an lokalen Beratungsangebo-

ten und können Anbietern von Beratung helfen, ihre Online-Beratung laufend zu optimieren. Gegenüber Politik und Verwaltung können Metadaten als Argumente genutzt werden, um den Ausbau und die Finanzierung von neuen Angeboten (vor Ort) einzufordern.

Männer online beraten

4. Kompetenzen in der Online-Beratung von Männern

Durch die Wechselwirkung **technischer** und **zwischenmenschlicher Aspekte** von Online-Beratung ergeben sich neue Fragestellungen und Lösungsansätze dafür, was gute Beratung ausmacht. Beraten Fachleute Männer in Online-Settings, dann benötigen sie sowohl Sensibilität für die Besonderheiten der Arbeit mit Männern als auch Medienkompetenzen für das Arbeiten in Online-Settings. **Medienkompetenz** bedeutet hierbei einerseits, mit den Anforderungen technischer Einrichtung und Ausrüstung so umgehen zu können, dass Kommunikation im digitalen Raum reibungslos gelingt. Medienkompetenz bedeutet andererseits, zwischen verschiedenen Medien wechseln zu können und sich mit den Besonderheiten einzelner Kommunikationskanäle auszukennen.

Für **schriftbasierte Beratung** heißt das beispielsweise, Techniken der Texterfassung und des Schreibens zu beherrschen, um darüber Nähe aufbauen zu können. Hierbei zugleich **geschlechterreflektiert** zu arbeiten, bedeutet sich zu fragen, welche Annahmen, stereotype Bilder und Projektionen zur ratsuchenden Person auf der Textebene entstehen. Soweit das Geschlecht nicht bekannt ist: Welche verwendeten Pseudonyme lösen welche geschlechtsbezogenen Annahmen über die ratsuchende Person aus? Soweit klar ist, dass ein Mann beraten wird: Welche Aussagen, welche Redewendungen und welcher Subtext „zwischen“ den Zeilen führen zu welchen Vorstellungen über „die“ Männlichkeit des Ratsuchenden? Welche Rolle spielen diese Vor-

stellungen für das Anliegen des Ratsuchenden bzw. für mögliche Lösungsschritte?

Für **videobasierte Beratung** bedeutet Medienkompetenz, beraterische Methoden in die Umgebung digitaler Medien übersetzen zu können. Neben Gesprächstechniken und Interventionen, die am Bildschirm funktionieren, gehört auch der Umgang mit Software dazu. So können Therapieverfahren, wie zum Beispiel eine Familienaufstellung, auch online ermöglicht werden. Im videobasierten Gruppensetting zeigt sich Medienkompetenz beispielhaft darin, dass ein **vertraulicher Rahmen** auch mittels technischer Lösungen erzeugt werden kann. Dazu zählt die Fähigkeit, mit Situationen umzugehen, die die Vertraulichkeit beeinflussen, beispielsweise wenn Teilnehmende eines Gruppenmeetings ihre Kamera ausschalten, keine Kopfhörer verwenden oder weitere Personen im Bild zu sehen sind. Hierbei zugleich mänderspezifische Bedarfe und Phänomene zu sehen und damit im Beratungsprozess sensibel umzugehen, macht die **Schnittstellenkompetenz** von Online-Männerberatung aus. In dieser Hinsicht spannend ist, dass sowohl die Nutzung digitaler Medien als auch männliche Sozialisation mit einer gewissen **Körperferne** assoziiert ist (vgl. Kapitel 2.4. **im Leitfaden »Männer gut beraten«**). Befinden sich Männer in Online-Beratungsformaten daher tendenziell in ihrer Komfortzone? Ob dies so ist und ob dies den Beratungsprozess begünstigt oder ihm gerade im Wege steht, ist jeweils im Einzelfall zu klären. Möglicherweise kann es im

Verlauf eines Beratungsprozesses angeraten sein, diesen Umstand selbst zum Thema zu machen oder durch entsprechende Interventionen herauszufordern: Also beispielweise im Rahmen einer videogestützten Online-Beratung die Art und Weise, wie der Klient das Medium nutzt, explizit in den Blick zu nehmen. Hierbei können mittels Übungen zur **Körperwahrnehmung** oder mit Techniken der Meditation körperliche und gefühlsmäßige Ebenen von Mediennutzung unmittelbar angesprochen und einbezogen werden.

Nötig für die Entwicklung und Durchführung eines Online-Beratungsangebots sind nicht zuletzt **rechtlich-organisatorische Kompetenzen**. Hierzu zählt insbesondere der Umgang mit datenschutzrechtlichen Anforderungen. Dies kann bei den Anbietern psychosozialer Beratung, aber auch bei vielen Ratsuchenden selbst, Verunsicherung oder Widerstände auslösen und ist eine der bedeutendsten Hürden für den Aufbau eines Angebots von Online-Beratung. Hierfür muss eine Vielzahl **technisch-rechtlicher Anforderungen** erfüllt werden (vgl. Portal und Netzwerk: Vertraulichkeit und Datenschutz). Die Anforderungen an beraterische Kompetenz in diesem Zusammenhang zeigen sich beispielhaft an der Entscheidung, wie mit personenbezogenen Daten von Ratsuchenden bei spontanen Kontaktabbrüchen umzugehen ist, wenn zuvor konkrete Suizidabsichten geäußert wurden.

Zum Weiterlesen:

Engelhardt, Emily M. (2021). Lehrbuch Onlineberatung.
Vandenhoeck & Ruprecht.

Knatz, Birgit / Dodier, Bernard (2021). Mailen, chatten, zoomen: Digitale Beratungsformen in der Praxis (Leben Lernen, Bd. 323). Klett-Cotta.

Open-Access Zeitschrift zu Onlineberatung: e-beratungsjournal.net

Portal und Netzwerk: [Vertraulichkeit und Datenschutz in der Beratung](#)

FORTBILDUNGEN

Deutschsprachige Gesellschaft für psychosoziale Onlineberatung: Akkreditierung, Fortbildungen und Entwicklung von Angeboten

Bundesfach- und Koordinierungsstelle Männergewaltsschutz: Fortbildungen zu (männersensibler) Online-Beratung und Blended Counseling

.....
e-beratungsjournal.net

<https://www.e-beratungsjournal.net/>

[Vertraulichkeit und Datenschutz in der Beratung](#)

<https://www.vertraulichkeit-datenschutz-beratung.de/>

[Akkreditierung, Fortbildungen und Entwicklung von Angeboten](#)

https://dg-onlineberatung.de/fortbildung_trainings/

[Fortbildungen zu \(männersensibler\) Online-Beratung und Blended Counseling](#)

<https://www.maennergewaltsschutz.de/voe/veranstaltungen/>

Männer online beraten

5. Ausblick – Die politische Relevanz von Online-Männerberatung

Wenn Männer Fragen oder Probleme haben, liegt es für sie heutzutage nahe, zunächst einmal im Internet nach Informationen oder nach möglichen Lösungen zu suchen. Das gilt auch für persönliche Probleme und Krisen. In eine Krise zu geraten, ist eine schwierige und sensible Zeit. Denn mit einer Krise ist ein **Verlust von Kontrolle und Orientierung** verbunden, manchmal auch die Erfahrung des **Scheiterns**. Genau dies aber steht im Gegensatz zu traditionellen Männlichkeitsanforderungen. Das macht die Bewältigung von Krisen für viele Männer zu einer besonderen Herausforderung.

Professionelle Männerberatung eröffnet die Möglichkeit, auch **Männlichkeitsanforderungen und Bewältigungsprinzipien** des Mannseins in den Blick zu nehmen. Eine geschlechterreflektierte Männerberatung zielt darauf ab, Männer in Krisen zu erreichen, aufzufangen, zu stabilisieren und neue Perspektiven zu eröffnen. Dabei werden männliche Bewältigungsprinzipien, die ungünstig oder schädlich für den Mann selbst wie für sein Umfeld sind (z.B. Externalisierung, Gewalt, Kontrolle), herausgefordert und bearbeitbar gemacht (vgl. Kapitel 2 und 3 im [Leitfaden »Männer gut beraten«](#)).

Insbesondere im Internet gibt es neben professionellen Beratungsangeboten für Männer vielfältige – und politisch gesehen auch problematische – Angebote. Einzelne Life Coaches, Influencer für Selbstoptimierung oder Pick Up Artists beraten darin, wie Deutungs- und Handlungsmacht durch die Erfüllung **patriarchaler Männ-**

lichkeitsanforderungen zurückgewonnen werden kann. Manche Selbsthilfeforen für Männer, die der **Manosphere** (Rothermel 2020) zuzuordnen sind, haben einen misogynen und antifeministischen Charakter. Sie erklären männliche Krisen dadurch, dass Männer die eigentlichen Opfer der Gesellschaft seien und machen unter anderem Frauen und den Feminismus dafür verantwortlich.

Für Männer, die in persönlichen Krisensituationen online nach Hilfe suchen, ist also entscheidend, was für Angebote sie vorfinden und welche Antworten sie dort auf ihre Fragen erhalten. Eine Online-Beratung für Männer, die es schafft in **digitalen Räumen präsent** zu sein und mit ihren Angeboten Männlichkeitsanforderungen und männliche Bewältigungsprinzipien differenziert zu betrachten, kann insofern auch dazu beitragen, Männer vor der Gefahr einer **Radikalisierung** im Internet zu bewahren.

Für eine Übersicht lokaler und digitaler Angebote der Männerberatung:

maennerberatungsnetz.de



Männerberatungsnetz
Beratung für
Jungen, Männer und Väter

Leitfaden »Männer gut beraten«

<https://bundesforum-maenner.de/2022/05/17/leitfaden-maenner-gut-beraten/>

Onlineberatung von Vätern

Digitales Gruppenangebot für Männer auf einer Online-Plattform

Vaterwelten GmbH, Krefeld

»Wir stärken Männer in ihrer Vaterrolle, vernetzen sie mit Gleichgesinnten und setzen dabei gezielt auf digitale Ansprache.«

Interview mit Heiner Fischer, Sozialpädagoge und Gründer von vaterwelten.de

Wie sind Sie dazu gekommen, mit Vätern zu arbeiten?

Im Jahr 2016 wurde ich zum ersten Mal Vater, und mein damaliger Chef erwartete von mir, dass ich nur zwei Monate Elternzeit nehme und danach in Vollzeit zurückkehre. Ich war damit nicht einverstanden, denn ich wollte sieben Monate Elternzeit nehmen und eine Teilzeitstelle mit 50% haben. Da mein Wunsch nicht akzeptiert wurde, entschied ich mich, meinen Job zu kündigen. Diese Erfahrung der Diskriminierung war neu. Obwohl mir die geschlechterstereotypen Rollenvorstellungen in unserer Gesellschaft bewusst waren, hatte ich als heterosexueller, weißer cis Mann zuvor nie Diskriminierung erfahren.

Dieses Erlebnis hat mich nachhaltig verändert und mich dazu bewogen, in die Väterarbeit einzusteigen.

Ein zentraler Ort Ihrer Väterarbeit ist das „digitale Lagerfeuer“. Was können wir uns darunter vorstellen?

Zunächst möchte ich drei wichtige Prinzipien vorstellen. Sie bilden das Fundament unserer Väterarbeit: die Wichtigkeit einer positiven Haltung, die Bedeutung einer gemeinsamen Sprache und die Schaffung geschützter Räume. Ein digitales Lagerfeuer ist ein Online-Treffen, das regelmäßig über Videokonferenz stattfindet. Dabei leitet ein Väterberater die Runde, ähnlich wie Peer-Beratung in Selbsthilfegruppen. Maximal zehn Väter kommen für etwa 1 ½ Stunden zusammen, um in einem geschützten Raum über ihren Familienalltag, die Vereinbarkeitsherausforderungen und ihre Rolle als Vater und Mann zu sprechen.

Wie läuft so ein Treffen dann konkret ab?

Der Ablauf gliedert sich in drei Phasen: Vorstellung, Thema und Blitzlicht. Nachdem sich alle kurz vorgestellt haben und berichten, was sie aktuell in Bezug auf ihre Vaterrolle beschäftigt, werden daraus Themen gesammelt und gewichtet. Sobald ein Thema festgelegt ist, beginnt der Austausch. Der Väterberater stellt Fragen und ermutigt zum Gespräch. Etwa 15-20 Minuten vor Schluss gibt es eine Abschlussrunde im Blitzlicht-Format. Jeder teilt seine Gefühle, Erkennt-

nisse und vielleicht auch Sorgen. Die Idee ist, Väter in einem entspannten Umfeld miteinander ins Gespräch zu bringen. Vielen fehlt der Kontakt zu anderen Männern und eine gemeinsame Sprache, um ihre Gedanken und Gefühle zu kommunizieren. Manche Teilnehmer kommen einfach, um Gemeinschaft zu erleben oder den anderen zuzuhören. Das digitale Lagerfeuer bietet keine Lösungen, sondern fördert den Austausch und bietet Entlastung. Es ist ein präventives Angebot, das Männer in verschiedenen Lebenssituationen anspricht und vernetzt. Dies geschieht in einer deutschlandweiten Community auf der Plattform vaterwelten.de als ein kostenpflichtiges Angebot.

Welche Väter kommen denn zu Ihnen und welche Themen bringen sie mit?

Bei uns sind alle Väter und werdenden Väter willkommen, ganz unabhängig von ihrem Alter, ihrer Religion, ihrem Beruf oder ihrer gesellschaftlichen Herkunft. Unsere Plattform und das digitale Lagerfeuer ziehen Väter aus Deutschland, Österreich, Italien und der Schweiz an. Was sie alle eint, ist der Wunsch nach einer aktiven Vaterrolle und einer neuen Form der Vereinbarkeit von Familie und anderen Lebensbereichen. Sie möchten die Vaterschaft auf eine eigene Art gestalten, auch wenn sie nicht immer genau wissen, wie das funktioniert. Zu uns kommen auch Väter, die eine Familienkrise haben und Entlastung suchen. Mit dem Kindernetzwerk e.V. haben wir zum Beispiel ein digitales Lagerfeuer geschaffen, an dem sich Väter von behin-

derten oder chronisch kranken Kindern austauschen.

Was braucht es, damit Männer sich in einem solchen digitalen Setting öffnen und miteinander ins Gespräch kommen?

Um ein digitales Lagerfeuer zu schaffen, bei dem Männer sich öffnen und Vertraulichkeit entstehen kann, sind einige wichtige Faktoren erforderlich: Zunächst mal eine präsenste Moderation, die Verantwortung für den Rahmen übernimmt und sicherstellt, dass das Treffen reibungslos verläuft und eine unterstützende Atmosphäre geschaffen wird. Dann braucht es klare Regeln zum Umgang mit dem digitalen Setting, also beispielsweise das Stummschalten der Mikrofone, wenn nicht gesprochen wird, Handzeichen für den Sprechwunsch und ein aktives Videobild. Auch Kommunikationsregeln sind wichtig, beispielsweise die Verabredung, dass man erst die Zustimmung der anderen Person einholen muss, bevor man sich zu ihrer Aussage äußert. Schließlich spielt auch die Technik eine entscheidende Rolle. Ein klares und scharfes Bild, guter Ton und ausreichendes Licht, um die Teilnehmer gut sehen und hören zu können, sind ebenso wichtig, wie eine stabile Internetverbindung. Wenn diese Aspekte berücksichtigt werden, kann ein digitales Lagerfeuer geschaffen werden, in dem Männer sich öffnen können und Vertraulichkeit entsteht. Dies ermöglicht tiefgehende Gespräche und ein Gefühl von Verbundenheit, selbst in der digitalen Welt.

Welche Vorteile, aber auch Nachteile hat so ein Online-Gruppenangebot verglichen mit Angeboten vor Ort?

Ein digitales Angebot ist Mittel zum Zweck und es kommt vor allem auf die menschliche Komponente an. Im Vergleich zu Angeboten vor Ort gibt es einige Vorteile. An einem digitalen Angebot können Väter von überall teilnehmen, ohne lange Anfahrtszeiten in Kauf nehmen zu müssen. Dies ist besonders praktisch, da die digitalen Lagerfeuer oft abends stattfinden. Trotz der räumlichen Distanz kann in Online-Gruppenangeboten Nähe und Vertraulichkeit entstehen, vor allem wenn die Moderation kompetent ist und das Angebot entsprechend anleitet. Dies ist entscheidend für die Atmosphäre und den Erfolg der Gespräche. Online-Angebote ermöglichen nicht nur den Austausch unter den Vätern, die am digitalen Lagerfeuer teilnehmen, sondern auch die Vernetzung mit anderen Vätern innerhalb der Vaterwelten Community. Allerdings gibt es auch Nachteile. Online-Veranstaltungen erfordern eine stabile Internetverbindung und die Moderation muss über Technik- und Methodenkompetenz verfügen. Möglicherweise verfügen nicht alle Väter über die notwendige Technik oder Erfahrung, um problemlos an den Treffen teilzunehmen. Zudem fehlen in Online-Gruppenangeboten die persönliche Interaktion und der physische Kontakt, wie sie bei Treffen vor Ort möglich sind und nochmals wichtiger werden, wenn zum Beispiel eine traumatische Erfahrung angesprochen wird. Hier bieten wir Nachsorgegespräche an und unterstützen,

indem wir auf lokale Beratungsangebote verweisen.

Das digitale Lagerfeuer ist Teil der Plattform Vaterwelten.de. Welche weiteren Angebote gibt es dort noch?

Vaterwelten.de ist eine Community-Plattform, auf der Austausch und Vernetzung zwischen Vätern, Unternehmen und Anbietern der Familienbildung stattfindet. Unser Ziel ist es, die individuellen Kompetenzen von Vätern zu stärken und die Väterfreundlichkeit in Unternehmen zu erhöhen. Das machen wir über Eins-zu-Eins-Beratungen, Online-Kurse und unsere große Knowledge Base. Trotzdem verstehen wir uns vor allem als Dienstleister für Unternehmen und Träger der Familienbildung. Auf der Plattform vernetzen wir nicht nur Väter miteinander, sondern bieten auch der Väterarbeit vor Ort eigene Räume mit digitalen Tools an. Wir wollen umfassende Unterstützung und Vernetzungsmöglichkeiten für Väter anbieten, egal in welcher Lebenssituation sie sich gerade befinden. Wir machen die Väterarbeit digital fit, indem wir Fortbildungen für Fachkräfte anbieten, Väterbeauftragte in Unternehmen und Peer-Consultants für die Familienbildung ausbilden. Jeder Träger von Väterangeboten soll auf unserer Community Plattform sichtbar sein. Vaterwelten ist der Ort für Austausch und Wachstum, nicht nur für einen selbst, für die Familie und für Unternehmen, sondern für die ganze Gesellschaft.

Literatur

Deutscher Caritasverband e.V. (2020): [Eckpunkte Blended Counseling](#), Online/PDF, [16.02.2024]

Dürscheid, Christa (2003): Medienkommunikation im Kontinuum von Mündlichkeit und Schriftlichkeit: theoretische und empirische Probleme. Zeitschrift für Angewandte Linguistik, Ausgabe 38, S. 37-56

Engelhardt, Emily M. / Reindl, Richard (2016): Blended Counseling – Beratungsform der Zukunft? Resonanzen – E-Journal für biopsychosoziale Dialoge in Psychosomatischer Medizin, Psychotherapie, Supervision und Beratung, Ausgabe 4 (2), S. 130-144

Engelhardt, Emily M. (2023): Expertise. [Digitale Kommunikation, Beratung und Beziehungsgestaltung im Kontext der Kinder- und Jugendhilfe](#), Mainz, Online/PDF, [09.01.2024]

Gehrmann, Hans-Joachim (2010): Onlineberatung – Eine Herausforderung für die Soziale Arbeit. Soziale Arbeit und Medien, Wiesbaden, S. 105–115

Kersting, Norbert (2020): Digitale Ungleichheiten und digitale Spaltung. Handbuch Digitalisierung in Staat und Verwaltung, Wiesbaden, S. 1-11

Kühne, Stefan / Hintenberger, Gerhard (2020): Onlineberatung und -therapie in Zeiten der Krise. Ein Überblick. e-beratungsjournal, Ausgabe 16 (1)

Oswald, Alexander (2018): Onlineberatung - Ist Mailberatung noch eine angemessene Form, um Jugendliche und junge Erwachsene in (suizidalen) Krisen zu erreichen? Eine sozio-technische Analyse. e-beratungsjournal, Ausgabe 14 (1)

Reindl, Richard (2018): Zum Stand der Onlineberatung in Zeiten der Digitalisierung. e-beratungsjournal, Ausgabe 14 (1)

Rothermel, Ann-Kathrin (2020): Die Manosphere. Die Rolle von digitalen Gemeinschaften und regressiven Bewegungsdynamiken für on- und offline Antifeminismus. Forschungsjournal Soziale Bewegungen, Ausgabe 33 (2), S. 491-505

Stieler, Mara / Lipot, Sarah / Lehmann, Robert (2022): Zum Stand der Onlineberatung in Zeiten der Corona-Krise. Entwicklungs- und Veränderungsprozesse der Onlineberatungslandschaft. e-beratungsjournal, Ausgabe 18 (1)

[Eckpunkte Blended Counseling](#)

https://www.caritas.de/cms/contents/caritas.de/medien/dokumente/online-beratung/ob-fuer-berater-inne/uebergreifende-infos/material/eckpunkte-blended-co/eckpunkte_blended_counseling_201014_v2.pdf?d=a&f=pdf

[Digitale Kommunikation, Beratung und Beziehungsgestaltung im Kontext der Kinder- und Jugendhilfe](#)

https://www.digitalejugendhilfe.de/fileadmin/uploads/user_upload/Webseite_Digitale_Kommunikation_Beratung_Beziehungsgestaltung_Engelhardt.pdf

Impressum

Herausgeber und Redaktion

Bundesforum Männer e.V.
Interessenverband für Jungen,
Männer & Väter e.V.
Reginhardstraße 34
13409 Berlin

Autor

Marius Haag

Layout

bleifrei Texte + Grafik

Druck

Buch- und Offsetdruckerei
H. HEENEMANN GmbH & Co. KG

Papier

Magno natural
PEFC-zertifiziert

Kontakt

info@bundesforum-maenner.de
Telefon: 030 27 58 11 22
www.bundesforum-maenner.de



Mehr erfahren?

bundesforum-maenner.de/#newsletter



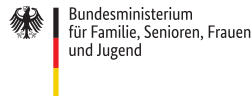
Der Leitfaden »Männer gut beraten. Ein Leitfaden zur geschlechterreflektierten Beratung von Jungen, Männern und Vätern« und das Sonderheft »Männer online beraten« sind beim Bundesforum Männer kostenlos als Druckfassung und als interaktives PDF erhältlich. Bestellung unter info@bundesforum-maenner.de

Stand

April 2024, 1. Auflage

Die Publikation ist entstanden im Rahmen des Projektes »Nachhaltige Männlichkeit fördern – Toxische Männlichkeit überwinden«.

Gefördert vom



Für die Unterstützung bei der Recherche durch
Hintergrundgespräche geht ein besonderer Dank an:

Dr.in Anne-Marie Gallrein

Bundesfach- und Koordinierungsstelle
Männergewaltschutz

Stefan Beier

LAG Jungen- und Männerarbeit Sachsen e.V.

Heiner Fischer

Vaterwelten GmbH

Michelle Horstkorte

SKM e.V.

bundesforum-maenner.de

