


Selbstbestimmt durch den
Erwartungsdschungel

Wie Mann sein kann

Thinkoutside®

Wann ist ein Mann ein Mann?



Herbert Grönemeyer hat uns das mit Reibeisenstimme und Augenzwinkern schon 1984 gefragt. Eine Antwort darauf scheint, vierzig Jahre später, ferner denn je.

Mann sein ist vielfältig geworden.

Die Ansprüche der Gesellschaft sind im Wandel und verändern damit auch den eigenen Blick auf die Männlichkeit.

Wo positioniere ich mich im Spannungsfeld von Stereotypen wie Macho und „Frauerversteher“? Was hat meine eigene Biografie damit zu tun?

Wie will ich Mann sein?



Finde deinen Platz.

Erforsche deine Impulse, Kräfte und Gefühle. Schaffe dir selbst souveräne Handlungsspielräume für eine lebendige, bewusste Männlichkeit. Verknüpfe dein Ich (wieder) mit deinem Körper und nutze differenziertes Fühlen als inneren Kompass.

Dein Weg zum Mann in dir

Wir arbeiten mit dir an diesen Themen:

- **Reflexion der eigenen Biografie: Wie bist du als Mann geworden und wie manifestiert sich das in deiner Körperlichkeit?**
- **Betrachtung der gelebten Gegenwart mit ihren Ansprüchen und deren Befriedigung – individuell wie gesellschaftlich**
- **Erforschung des Ungelebten und Unterdrückten**

Dabei wechseln wir bedarfsbezogen zwischen unterschiedlichsten Methoden wie Einzelarbeit, Symbol- und Aufstellungsarbeit, Reflexion im Plenum, Austausch zu zweit und Peercoachings.

Manche Aufgabenstellungen führen uns in die wunderbare Landschaft rund um das Haus, auch um mit Körperübungen Verbindung zu dir selbst und der Natur zu finden..

Deine Begleiter



Thomas Felder

+43 676 530 91 81
t.felder@thinkoutside.at
thinkoutside.at

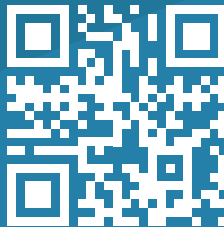


Jodok Moosbrugger

+43 664 516 58 17
office@jodokmoosbrugger.com
jodokmoosbrugger.com

Sei ein Mann :)

**Mehr Info und Buchung
auf thinkoutside.at**



Thinkoutside®