

Väter benötigen eine selbstbewusste männliche Identität

Fünf Fragen an den Vater-Coach Josef Hönerlage

Veröffentlicht von [Redaktion](#)



©

Rainer Sturm, www.pixelio.de

Das Leben als Vater pendelt stets zwischen Erwartungen. Denen unserer Kinder, denen der Mütter, denen unserer Arbeitgeber und nicht zuletzt den Erwartungen, die wir an uns selbst stellen.

Auf die Veränderungen des Alltags, die wir nach der Geburt unserer Kinder und in unserer Partnerschaft erleben, werden Väter in der Regel nicht gut vorbereitet. Oft erscheinen mit diesen Veränderungen plötzlich alte Muster aus der Herkunftsfamilie, ermöglichen eine neue Auseinandersetzung, wirken sich aber auch oft konflikthaft auf die Partnerschaft aus.

Um ein guter Vater zu sein ist die Aussöhnung mit dem eigenen Vater erforderlich. Unsere Vaterrolle sollte also auf ein belastbares Fundament gründen. Sich hierbei der Unterstützung erfahrener Männer zu vergewissern und von deren Perspektiven zu hören, gibt auch der eigenen Sichtweise und dem eigenen Verhalten neue Impulse. Ein Vater-Coach kann bei einem solchen Vorhaben viel Gutes bewirken.

UNrasiert Magazin: Deine Homepage heißt „Vater-Coach.de“. Was ist ein „Vater Coach“?

Josef Hönerlage: Ich bin Coach für Männer und Experte für Vater-Sohn-Themen – deshalb Vater-Coach. Ich möchte Männer und besonders Väter sensibilisieren und unterstützen, ihr Mann- und Vatersein bewusst und verantwortlich zu entwickeln.

Vaterthemen sind für mich nicht nur aktuelle Fragen und Probleme des eigenen Vaterseins. Vielmehr spielt für mich die eigene Rolle als Sohn, das Verhältnis des erwachsenen Sohnes zum eigenen Vater eine entscheidende Bedeutung bei der Gestaltung des Mann- und Vaterseins. Viele

Männer sind mit ihrem Vater nicht im Reinen und leiden auch als Erwachsene latent unter dessen mangelnder Anerkennung, mangelndem Vertrauen, mangelnder Liebe. Möglicherweise sind sie sich deshalb ihrer eigenen männlichen Identität unsicher, ist doch der Vater ein entscheidendes männliches Vorbild für Söhne. Aus dieser Unsicherheit heraus suchen viele Männer dann anderswo Bestätigung, bei Frauen oder im Beruf. Häufig suchen sie ihr Leben lang.

Wenn Männer Väter werden und ihnen diese Zusammenhänge nicht bewusst sind, ist die Wahrscheinlichkeit groß, dass sie sich gegenüber ihren eigenen Kindern und insbesondere auch ihren Söhnen ähnlich verhalten, wie der eigene Vater sich ihnen gegenüber verhalten hat.

UNrasiert Magazin: Was war der Auslöser und welche Beweggründe liegen Deinem Engagement zugrunde?

Josef Hönerlage: Nach vielen Jahren der Auseinandersetzungen mit der Mutter meiner Kinder habe ich mich von meiner damaligen Frau und den Kindern getrennt und bin Wochenendpapa geworden. Eigentlich wollte ich meinen Kindern gegenüber ganz anders sein, als mein Vater es mir gegenüber war, nämlich männlich, präsent und emotional zugewandt. Nach der Trennung war es mit der männlicher Präsenz jedoch weitgehend vorbei. Meine Kinder haben sehr unter dieser Trennung gelitten, ich ebenfalls.

Der lange Prozess der Auseinandersetzung und die Bewusstwerdung der zugrundeliegenden Ursachen haben dazu geführt, dass das Thema Mann- und Vatersein zunehmend in den Mittelpunkt meines Lebens gerückt ist. Das beinhaltet eine lange währende Beschäftigung und Versöhnung mit dem eigenen Vater.

Zusätzlich vertieft hat sich das Vater-Sohn-Thema für mich, seit mein jüngerer Sohn vor fünf Jahren einen schweren Unfall mit bleibenden Folgen erlitt.

Als meine Kinder noch klein waren, habe ich gedacht, meine Kinder, besonders meine Söhne, sollen es einmal besser haben als ich. Nachdem ich dann meine Familie verlassen hatte, trieben mich zunehmend auch Schuldgefühle meinen Kindern gegenüber um. Mein Leben richtete sich immer mehr danach aus, den Verpflichtungen und Wünschen, auch meinen eigenen Wünschen, gerecht zu werden. Irgendwann ging es nicht mehr, ich kam an meine physischen und psychischen Grenzen. Eine Visionssuche für Männer mit Reinhold H. Schäfer vor 10 Jahren half mir aus meinem sich immer schneller drehenden „ich muss funktionieren!“ herauszukommen und mich selbst neu zu spüren.

Seit dieser Zeit hat sich mein Leben geändert. Ich habe weniger Berufsstress. Ich lebe stärker im Jetzt. Ich kann den Kindern ihr eigenes Leben zugestehen und muss nicht alles in meiner Verantwortung sehen. Diese mittlerweile tiefgehend verarbeiteten, initiatorischen Lebenserfahrungen als Mann und Vater kann und will ich anderen Männern und Vätern zur Verfügung stellen.

UNrasiert Magazin: Was bietest Du Männern und Vätern konkret an?

Josef Hönerlage: Ich bin Mentor für Männer und Väter. Mit meiner Lebenserfahrung als Mann und Vater, meinen fachlichen und methodischen Kompetenzen als Coach und Naturseminarleiter kann ich Männer in Krisen, bei Herausforderungen und bei der Auseinandersetzung mit Fragen ihres eigenen Mann- und Vaterseins unterstützen.

Als Coach für Männer und männliche Führungskräfte fördere ich Männer dabei, Zugang zu ihren authentischen, männlichen und archetypischen Energien zu bekommen. Das Ziel ist, Männern bei konkreten Anliegen Klarheit und Handlungsfähigkeit sowie eine Struktur zur bewussten Weiterentwicklung als Mann an die Hand zu geben.

In meinen Workshops öffnet sich ein Raum, wo individuelles Mannsein im Kreis von anderen Männern erfahren und entwickelt werden kann. In den Workshops arbeiten wir mit archetypischen männlichen Energien und Vaterthemen.

Darüber hinaus biete ich als Mediator Unterstützung in Beziehungskonflikten an.

UNrasiert Magazin: Welche Bedeutung hat das Thema „Vatersein“ in der gesellschaftlichen Debatte für Dich ?

Josef Hönerlage: Ein Mehr an männer- und väterspezifischer Präsenz in die gesellschaftlich-politische Öffentlichkeit zu bringen, kann die Bereitschaft von Männern fördern, sich mit männerspezifischen Themen auseinanderzusetzen. Auf diesem Weg eine zur Frauenbewegung vergleichbar starke Männerbewegung initiieren zu können, glaube ich eher nicht.

Das männliche Trauma von Funktionalisierung, Fremdbestimmung und Emotionsunterdrückung – besonders in den letzten 100 Jahren mit zwei Weltkriegen und einer seit Generationen häufig fehlenden oder negativ besetzten Vater-Sohn-Beziehung – hat seine Spuren in Form von unsicherer männlicher Identität hinterlassen.

Positive Ansätze zur Stärkung männlicher Identität im gesellschaftlich-politischen Feld könnten sein, Männern und Vätern geeignete Bildungs- und Beratungsmöglichkeiten zur Verfügung stellen, Vätern schon im Kleinkindalter ausreichend – nicht funktionalisierte – Vaterzeit mit den Kindern zu ermöglichen und in den Betreuungs- und Erziehungseinrichtungen die männliche Präsenz deutlich zu stärken.

UNrasiert Magazin: Welche Angebote und unterstützende Initiativen für Männer und Väter bräuchte es darüber hinaus in der Gesellschaft?

Josef Hönerlage: Ich würde mir wünschen, dass es eine starke Männer- und Väterbewegung gäbe, die Männer- und Väterthemen offensiv in die Gesellschaft bringen würde. Dem ist leider nicht so.

Umso wichtiger halte ich es, dass Männer und Väter Möglichkeiten und Unterstützungsangebote bekommen, ihr Mann- und Vatersein weiter zu entwickeln. Meine Homepage und meine Coaching- und Workshopangebote haben diesen Sinn.

Besonders möchte ich einen Beitrag dazu leisten, dass sich Männer und Väter zusammenfinden, um bewusst daran mitzuwirken, eine neue positive Vater-Kind/ Vater-Sohn-Beziehung in die Welt zu bringen. Diese kann nicht mehr so patriarchal sein, wie sie in den vergangenen Vater-Sohn-Generationen war, und auch nicht so übermäßig weiblich, wie sie manche feministische Strömungen fordern. Vielmehr geht es mir um eine selbstbewusste männliche Identität.

Mit dem [Vater Coach Josef Hönerlage](#) sprach Jürgen Otto Günther.