



Pressemitteilung

Männer in tiefen Krisen!

Wie sie sie erleben und welche Krisenunterstützung funktioniert

Andropause, Drogen, Krisen, Ängste und Körperbilder. Männer sind eigen, wenn es um ihre Gesundheit geht. Im Rahmen der Männerakademie widmet sich das Sub deshalb ihren Themen. Wieder am Dienstag, **8. Januar**, ab 19.30 Uhr, mit einem Vortrag zu „Männern in tiefen Krisen“.

München, 4. Januar 2019 – Krisen und Probleme können Menschen überfordern, so dass deren Bewältigung nicht mehr gelingt, etwa durch Verlust familiärer oder partnerschaftlicher Beziehungen, wenn es Probleme gibt mit der Gesundheit und im Beruf. „Wir bemühen uns, unser Leben zu gestalten, das Gute und das Schwierige im Griff zu haben und dann geschieht etwas, das wir nicht kontrollieren konnten“, sagt **Johannes Schauer**, Diplom-Psychologe und systemischer Therapeut. Er spricht am Dienstag, **8. Januar**, ab 19.30 Uhr im Sub zum Thema „Männer in tiefen Krisen“.

Viele Männer haben im Laufe ihres Lebens bewusst oder unbewusst trainiert, Gefühle von Verunsicherung auszuhalten und zu verstecken; besonders schwule Männer betrifft das. „Solche Muster halten in Stresszeiten eine Weile leistungsfähig, lösen aber nichts“, sagt Schauer. Was also tun? Den Kontakt zu Menschen suchen, die mit einem fühlen, die einen ermutigen und unterstützen. Eine Krise als Erwachsener zu erleben ist zwar schmerzhaft und quälend, aber im Kontakt mit zugewandten Menschen, so Schauer, sei die langsame Stabilisierung fast immer möglich.

Ein Schatz in der Stadt

Und wo das nicht geht, gibt es Beratungsstellen wie das Sub. Schauer: „Das Sub gehört zu den kostbaren Ressourcen unserer Stadtgesellschaft. Ohne spezielle Voraussetzungen und ohne Überzeugungsarbeit ernstgenommen und von erfahrenen Profis in der eigenen Situation verschwiegen unterstützt werden - als ganzer Mann, nicht nur als Bedürftiger - ein besseres Signal kann die Gesellschaft nicht geben.“

Das Sub ist das Schwule Kommunikations- und Kulturzentrum Münchens. Gegründet wurde es 1986 als Zentrum für alle Schwulengruppen der Stadt. Zum Sub gehören ein Café, etliche Freizeit- und Selbsthilfegruppen, das Projekt Prävention (HIV/STI) und die psychosoziale Beratungsstelle. Sie bietet Einzel- und Paarberatung sowie angeleitete Gruppen zu verschiedenen Themen. Die Sub-Einrichtung kümmert sich um schwule, Bi- und Trans*-Männer mit und ohne Zuwanderungserfahrung sowie um deren Angehörige individuell und auf Wunsch anonym, wenn es um Identitätssuche, Beziehungs- und Suchtprobleme, Coming-out, Gewalt, Existenz- und Lebensängste geht.

Kontakt:

Christopher Knoll
Fachlicher Leiter der psychosozialen Beratungsstelle für schwule Männer im Sub
00491718987905
christopher.knoll@subonline.org

Pressekontakt:

Conrad Breyer
Pressereferent Sub e.V.
0 170 18 59 705
presse@subonline.org

Schwules Kommunikations- und Kulturzentrum München e. V.

Anti-Gewalt-Projekt
Beratungsstelle
Projekt Prävention
Zentrum

Sub e. V.
Müllerstraße 14
80469 München
Tel. 089 856 34 64 00

info@subonline.org
www.subonline.org

Gemeinnütziger Verein/
Mitglied im Paritätischen
Wohlfahrtsverband

Amtsgericht München
VR 11968

Steuer-Nr.
143/222/50119

Bankverbindung:
IBAN: DE067015 0000 0013 123385
BIC: SSKMDEMM
Stadtsparkasse München

Gefördert von der:



Landeshauptstadt
München
Sozialreferat