

ALLE MÆND BURDE GÅ I MANDEGRUPPER

Moderne mænd har i særlig grad behov for samvær med andre mænd for at udvikle deres manderolle, mener Tomas Friis.

Mænd har ikke samme tradition for nærhed som kvinder. Men det betyder ikke, at de ikke har brug for det og glæde af det. Tværtimod.

– Der sker noget helt specielt, når man samler mænd i grupper. Der opstår en meget høj grad af fortrolighed meget hurtigt. Når der også er kvinder med, vil der altid være en vis mængde slåen på brystet og alfahan. Det har jeg aldrig oplevet i en mandegruppe, siger

Tomas Friis, der er mande- og parteterapeut. Han står selv for flere mandegrupper og oplever altid et meget intenst nærvær mellem mændene.

– De kender ikke hinanden på forhånd og har derfor heller ikke en rolle i forhold til hinanden. På arbejdspladser, i familier og mellem venner er der altid en, der er den kloge, en der er nørden, en der er den sjove etc. Her er der fuldstændig frihed til at være den, du er. Og det virker utrolig befriende.

Mændene i Tomas Friis' grupper kommer med alle mulige forskellige baggrunde, men har det til fælles, at de gerne vil arbejde med sig selv. De er megetparate og motiverede – og så har de typisk fem temaer til fælles, som optager dem. Nemlig forholdet til kvinder, seksualitet, forholdet til deres egen far, familie og egen faderrolle samt deres mening med livet og livsformål.

I grupperne udfordrer Tomas Friis sammen med mændene deres person-

lige lederskab og maskulinitet. Lærer dem at være autentiske, så de kommer tættere på sig selv og deres kvinde.

– Vi stiller dybe, vigtige – og måske ubehagelige spørgsmål til det, de gør med deres liv. På den måde kommer vi hurtigt ind til kernen, så de virkelig rykker sig.

DEN NYE MAND

Behovet for mandegrupper er ultraaktuelt lige nu, mener Tomas Friis.

– Min generation af mænd har ingen reelle rollemodeller. Vi har selv måttet opfinde vores manderolle, og det betyder, at vores sønner har fædre, der er midt i en forandringsproces. Og nogle af os har sønner, der siger, at de ikke vil være en vatpik ligesom deres far.

Vi er den første generation af voksne mænd efter kvindefrigørelsen – og misforstå mig ikke, kvindefrigørelsen var helt nødvendig, og vi ønsker os ikke tilbage i tiden. Det handler ikke om macho-idioternes hævn tog. Men kvindefrigørelsen har betydet nogle civile tab i form af mænd, der er farret vild og ikke ved, hvem de er – eller gerne vil være, mener Tomas Friis.

Han påpeger, at mænds samvær med hinanden ofte kun handler om 'øl, fiske og hornmusik'. Og at mændene faktisk går rundt med en dyb længsel efter dybde og meningsfuldhed.

POLARITETEN TILBAGE

Tomas Friis oplever, at mange mænd og par har brug for at genfinde polariteten. For i takt med kvindefrigørelse og ligestilling er mænd og kvinder blevet gjort ens. Kønnene kan det samme og



Min generation af mænd har ingen reelle rollemodeller. Vi har selv måttet opfinde vores manderolle, og det betyder, at nogle af vores sønner siger, at de ikke vil være en vatpik ligesom deres far.