

## Boganmeldelse:

### ”Otte mænd Otte uger” af Jørgen Juul Jensen

Bogen er en rigtig udmærket guide og drejebog til at strukturere et gruppeforløb for mænd. Den overordnede ramme er otte møder á 2 en halv til 3 timer én gang ugentligt.

At sidde i rundkreds og tale om det der er svært eller om, hvordan det *egentlig* går, er ikke noget mænd dyrker særligt meget. Det skal som regel gøre rigtig ondt, før mænd søger hjælp - hedder det. Derfor er det ofte ret sent, at mænd opdager værdien i at møde ligestillede og det sker måske først, når han sidder fast i en større livskrise? Men det kan være en stor lettelse at opdage, at også andre har lignende problemer og at der er konstruktive skridt, der kan tages.

Bogen udstikker en klar ramme for et forløb i en kontekst af forskellige temaoplæg der præsenteres i starten af hver mødegang.

Målgruppen er typisk mænd, der er midt i en skilsmisse eller har problemer i parforholdet. Det var som rådgiver i Mandecentret på Christianshavn, at jeg blev introduceret til konceptet - hvor også bogens forfatter Jørgen Juul Jensen, har arbejdet gennem mange år.

Ved brug af bogen fornemmer man, at der er tale om et gennemtænkt og gennemprøvet forløb, der også bunder i en stor viden om mænds problematikker. De forskellige temaer kommer hele vejen rundt om de vigtigste aspekter. Relationer, resurserne, værdierne, kommunikationsøvelser, den sammenhængende livsfortælling mv.

Man tilbydes så rigeligt med materiale, at man som gruppeleder aldrig behøver at løbe tør for ideer. Det er mest af alt *tiden*, der næsten aldrig er nok af.

Et godt stykke henne i forløbet, gribes der tilbage til tidligere temaer, som man så kan gå dybere i og folde endnu mere ud. Det gælder særligt temaet om at styrke de gensidige relationer. Tilliden til de øvrige deltagere er øget og flere er blevet mere opmærksomme på værdien i - og måske særligt fraværet af, gensidighed i deres kendte sammenhænge.

Jeg hæfter mig især ved retningslinjerne for den gennemgående proces, hvor man skal tage udgangspunkt i fokuspersionens fortælling og hvad den vakte i én. Det handler om at bidrage med *egne* måder at forstå og handle på. At man i videst muligt omfang genfortæller og anerkender, ikke dømmes, ikke giver råd, med mindre man er blevet opfordret, bliver på egen banehalvdel etc.

Det er ikke let for de fleste, men altid en god træning - og hvem kan ikke have gavn af at udvikle sin inter - og intrapersonlige intelligens og kommunikative kompetencer?

Bogens teoretiske baggrund henter inspiration i flere teoretiske retninger.

Først og fremmest er den narrative metode i fokus, hvor en *eksternalisering* af vanskelighederne kan gøre ens problemer mere overskuelige. Det er *problemet* der er problemet, ikke *mig* der er problemet. Reframing af den enkeltes fortælling, er et af grebene i den socialkonstruksionistiske tilgang, og tankegangen er en gennemgående metodik.

I akutte kriser, hvor ens identitet er i skred, bliver det vigtigt at få skabt overblik og få øje på handlemuligheder. Gruppemøde 4 har overskriften: 'Et ståsted i livet'.

At være i en livskrise, sammenlignes med at være i en brusende flod, hvor ens værdier bliver de trædesten, der skaber retning og stabilitet. Det handler også om at blive opmærksom på resurserne og finde fodfæste i mere end én forstand. Måske kunne man have inddraget nogle grounding eller kroppsbevidsthedsøvelser.

Gruppemøde 5 hedder 'Nødvendighed og frihed - at finde veje som mand'.

Det engagerer mange stærkt. Solidariteten med ens køn, men også forvirringen om, hvad det vil sige at være mand i denne tid, bliver særligt tydelig her.

Det er de store spørgsmål om mening og fortvivelse der kan komme (og kommer) i spil. Jørgen Juul Jensen er ikke ude i noget religiøst ærinde, selvom inspirationen fra Søren Kierkegaard er udtalt. Det er refleksionen over de store spørgsmål, om valget af sig selv, forholdet til andre, forpligtelserne og friheden til at vælge, der lægges op til. Der er selvfølgelig en indbygget begrænsning overfor, hvor langt ind i spørgsmålene man kan nå på et enkelt gruppemøde. Især hvis der er tale om mænd i store livskriser, men bogen kan også bruges til andre målgrupper.

Til gengæld indbyder 'Otte mænd Otte uger' til efterrefleksion. For efter hvert gruppemøde, får hver enkelt deltager et papir med dagens tema og spørgsmål, som man kan arbejde videre med på egen hånd.

Bogen animerer/inspirerer helt overordnet til at skabe mandefælleskaber med en højere kvalitet. Vi kender jo mest de stærke mandefælleskaber fra film, hvor det næsten altid er i form af kriminelle bander, mafia og mænd i krig.

Det er synd, for der er meget mere brug for nye nærende fælleskaber, hvor fokus er på udvikling. Min påstand er, at mange mænd tørster efter den slags fælleskaber, for hvor **er** det herligt, når broderskabet og samhørigheden indfinder sig i grupperne. Ikke et øje er tørt.

Jørgen Juul Jensens bog befordrer da også netop dette og med hans egne ord, har det endda videre perspektiver:

*“Gruppeprocesserne leverer også et bidrag til historien om en større kulturel forandring, som kan få stor betydning for ligestillingen og mænds position i familie og samfund”.*

*“Der er tale om en stille kulturrevolution...”*

Jeg kan på det varmeste anbefale bogen, der indeholder et væld af inspirerende materiale til facilitering af mandegrupper.

Christian Uhrskov, psykoterapeut MPF.