



arche
Für Familien

Begegnungsort,
Sozialberatung,
Psychologische
Beratung



Psychische Gesundheit nach der Geburt - und was hat der Vater damit zu tun?

Egon Garstick

Fragen der Veranstalterinnen

- Kann die Geburt und die Beziehung der Mutter zum Baby die Gesundheit des Vaters belasten?
- Was für Qualitäten im Vater brauchen der Säugling und seine Mutter

...dies regte beim Referenten weitere Fragen an

- Was kann dem Mann auf seinem Weg hin zu einer reifen Vaterschaft *in die Quere* kommen?
- Was für Erfahrungen braucht ein Mann als Bub, als Jugendlicher und als Mann, um der verständnisvolle, unterstützende Partner für die stillende Mutter zu sein?
- Kann der Mann sich auch für die Wiederbelebung der Paarbeziehung engagieren?
- Kann er das Vaterwerden als eine positive Erweiterung seiner männlichen Identität erleben?

Was kann dem Mann auf seinem Weg hin zu einer reifen *Vaterschaft in die Quere* kommen?

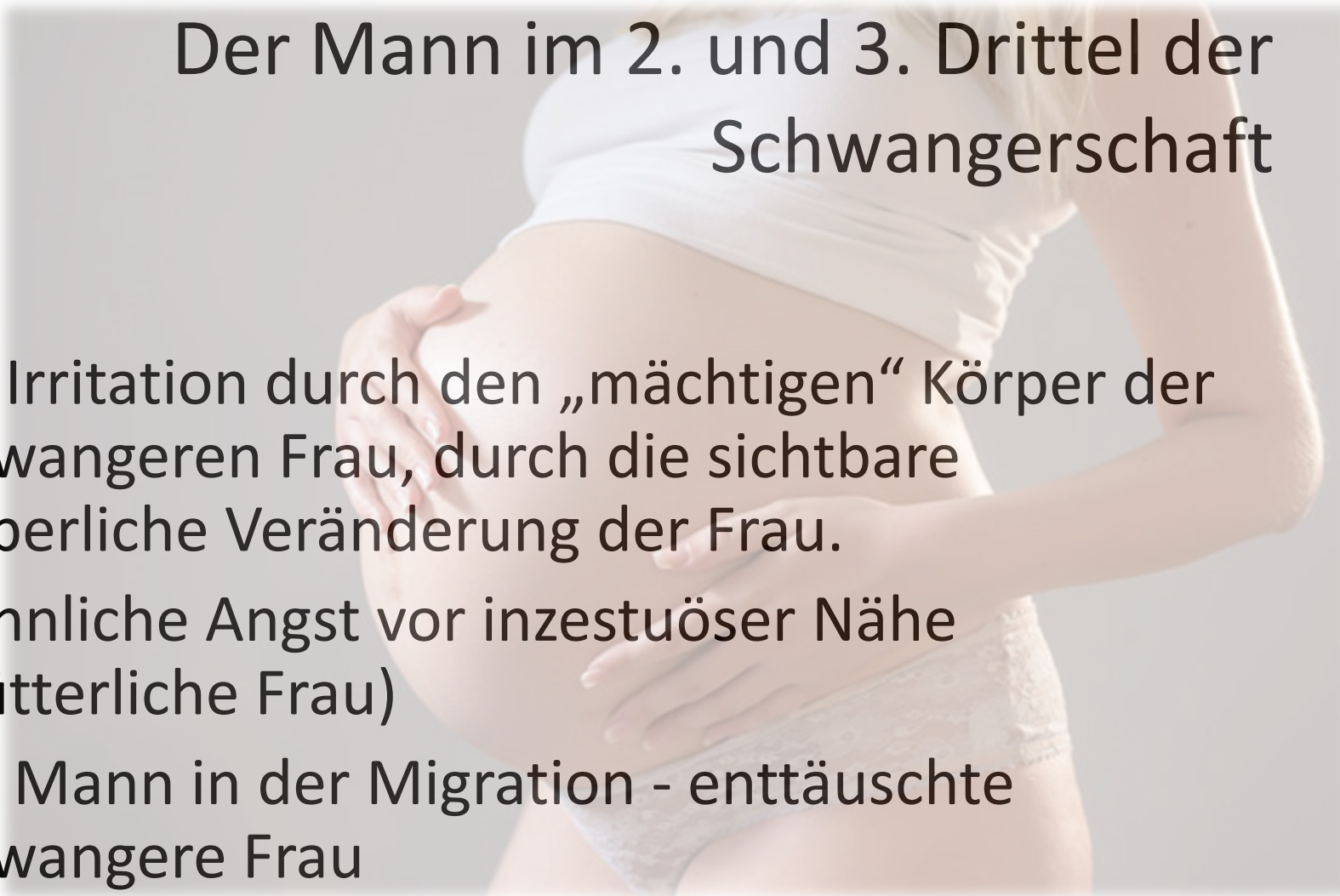
- Gefahr der Idealisierung



Probleme im ersten Drittel der Schwangerschaft

- Introvertierte Frau - enttäuschter Mann
- Ambivalente Gefühle der Frau & neue Wahrnehmungen
- Biochemische Veränderungen
- Angst vor *Drohnenfunktion des Mannes*
 - *Ohnmachtserleben*
 - *Herausforderung für die männliche Identität*
 - *Verweigerung oder Fluchtgefahr*
- *Kann er seiner generativen Rolle nachkommen?*

Der Mann im 2. und 3. Drittel der Schwangerschaft

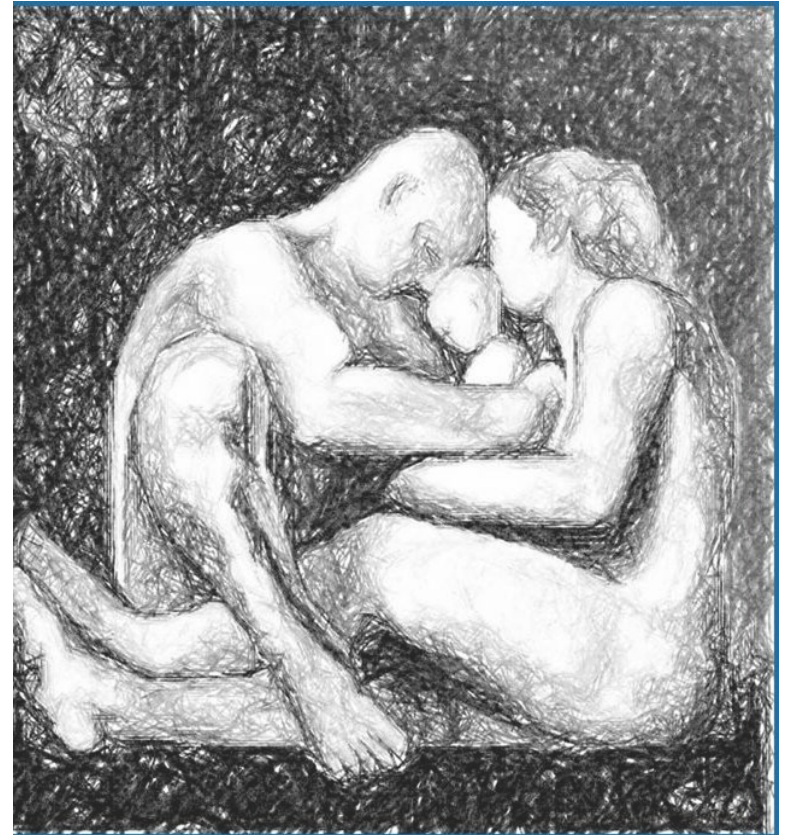


- Die Irritation durch den „mächtigen“ Körper der schwangeren Frau, durch die sichtbare körperliche Veränderung der Frau.
- Männliche Angst vor inzestuöser Nähe (mütterliche Frau)
- Der Mann in der Migration - enttäuschte schwangere Frau
- Verlust des Begehrens wird tabuisiert

Der Vater als Beschützer der Beziehung zwischen Mutter und Kind

- Fürsorge
- Schutz für die Mutter-Baby-Dyade
- Verständnis für Erschöpfung der Mutter
- Solidarität und praktische Hilfe
- «Aussenminister» der Triade-Kleinfamilie
- Daniel Stern
«*Mutterschaftskonstellation*»

Siehe Sterns Gedanken «Implikationen für die Väter und für die Kernfamilie» (Stern 1998, S.230)



«Stillen- Kulturgeschichtliche Überlegungen zur frühen Eltern-Kind-Beziehung» (U. Henzinger)

Es ist notwendig, dass Mutter und Kind allein und ungestört sein können.

«Die ursprüngliche Bedeutung von «allein» ist einfach und schön: **All – eins - Sein** im Sinne von **Ganz – eins - Sein**. Alles, was entbehrlich ist, fällt ab und wird unwichtig. Was wesentlich ist, ist da und wird spürbar. Alleinsein bedeutet so gesehen: Rückzug auf das Wesentliche, auf den Kern der Existenz, von dem nichts mehr weggenommen werden kann und zu dem nichts mehr hinzugefügt werden muss.» *(U.Henzinger, 2020)*

Ist es „Liebesentzug“?

- Ertragen der intensiven Dyade zwischen Mutter und Baby
- Ist es «Liebesentzug», fühlt er sich ausgeschlossen?
- Kann der Mann das veränderte Sexualleben verstehen – tolerieren - integrieren?



Bild: Adi Holzer

Traumatisierung des Vaters

Fallbeispiel „Der traurige Clown“

- ...wenn ein Vater durch die Geburt seines Kindes wieder in Kontakt mit einer selber erlebten Traumatisierung kommt....



Bild: Hermann Jacobs

„Unabgelöste Söhne“ als Belastung für die Kernfamilie

Hierzu ein weiterer Gedanke von Frau Henzinger zum Thema, in welcher Atmosphäre «...sich auch heute noch jede Frau befindet, wenn sie zu stillen beginnt: in einem Raum, der voll ist von Menschen, die es (vermeintlich) besser wissen, was für das Neugeborene und die Mutter gut ist, in einem Raum, der voll ist von Glaubenssystemen, Vorannahmen, Vorurteilen, Zwängen, Verboten und voll von Angst vor Tod und Leben.»

(Henzinger U., 2020, S.36).

Für eine reife Vaterschaft und für die konstruktive Unterstützung seiner Mutter gewordenen Frau braucht der Mann die **psychisch vollzogene Abnabelung von seiner Mutter.**



Was wenn der junge Vater Selbstobjekt der Eltern bleibt?

Fallbeispiel von „Jack“,
dem verwirrten
adoleszenten „Sohnvater“

(alle Fallbeispiele aus dem
Buch „Junge Väter in
seelischen Krisen,
E.Garstick, 2013)



Störfaktoren bei Geburt & Stillen

- « Jeder Eingriff von Aussen kann bewirken, dass die Gebärende den Kontakt zu ihren Gefühlen und damit zu den Vorgängen in ihrem Körper verliert, dass sich Muskeln verspannen und die kommunikative Synchronisation zwischen mütterlichem und kindlichem Körper verloren geht.» (Henzinger, S.38)

Was bleibt den Vätern zu tun?

- **Aktiv-passiv zu sein!**
- **Der Frau und der Hebamme zu vertrauen**

Es gibt sie also, die Irritationen des Mannes...

- Unabgelöste Söhne
- Selbstobjekte der Eltern
- Uneingelöste Erwartungen
- spätadoleszente Entwicklungskrisen
- Sucht nach Selbstverwirklichung
- Gestörte sexuelle Identität

...die sich negativ auf die Mutter-Kind-Interaktion auswirken können....

..aber belasten Geburt und Stillen die Gesundheit des Vaters?

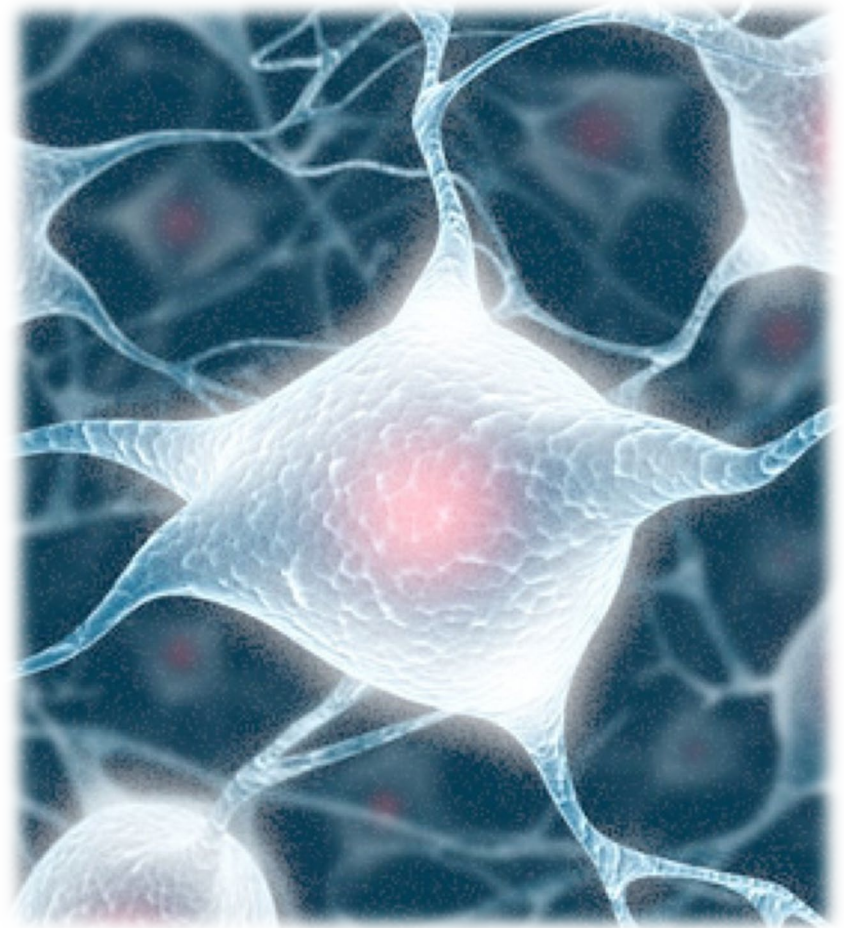
Wird nun die Gesundheit des Vaters belastet?

- *Ein wirklicher Vater kann doch nicht durch die Liebe seiner Frau zum gemeinsamen Kind krank werden?*
- *Wenn er durch diese Liebe krank wird, ist der Mann dann wirklich noch ein Vater?
Ja , ist er, aber ein «angeschlagener»!*

Biochemische Veränderungen beim Mann

(Tilo Held, 2018)

- Anstieg des Oxytocin-levels
(Bindungshormon)
- Abfall des Testosterons
 - mehr Empathie
 - Irritation im sexuellen Erleben
 - Selbstwertkrise
 - Irritation der Frau



Was bringt der junge Vater idealerweise mit für die bevorstehende Herausforderung?

- Eine gut kontrollierte adoleszente Seite
- Kein Druck mehr der Herkunftsfamilie etwas beweisen zu müssen
- Ein gutes Identifikationsobjekt/männliches, väterliches Vorbild – abrufbar in Zeiten der Verunsicherung
- Auseinandersetzung mit den teils ambivalenten Gefühlen wegen der unterschiedlich befriedigenden Erfahrungen mit den realen Vätern

Reife männliche Identität - Vaterschaft

Es braucht die psychische Reife beim Mann, die grundsätzliche Abhängigkeit des Menschen von einer reifen Mutterschaft (v.A. in der pränatalen und frühen Kindheit) **angstfrei** zu akzeptieren.

Möglichkeit einer pos. Männlichen Entwicklungslinie ohne latente Abwehr des Weiblichen!

Siehe hierzu Diamond, M.D. (2010). Enträtselte Maskulinität . Die Ursprünge der männlichen Geschlechtsidentität und die Veränderungen männlicher Ich-Ideale im Lebenszyklus. In AKJP Heft 147, XLI. Jg. , 3 / 2010. Frankfurt : Brandes & Apsel.

Emanzipation zwischen den Geschlechtern

Buben, männliche Jugendliche u. Männer brauchen eine Gesellschaft, in der ihre Achilles- Ferse erkannt wird.

Gefahr der spezifischen Kränkbarkeit des Mannes.

Der zugerichtete Mann wird weiterhin die Beherrschung der Frau anstreben.

Dieses Herrschaftsverhältnis ist eine Bedrohung für die Menschheit!

„Erziehung zur Liebesfähigkeit“

Siehe weitere Gedanken hierzu im Kapitel „Kreative und emanzipierte Väter- und Elternarbeit“ in Garstick(2019) „Väter in der psychodynamischen Psychotherapie mit Kindern und Jugendlichen.“

Positiver Ausblick auf eine emanzipierte Beziehung zwischen Mann und Frau, die sich für eine Elternschaft entscheiden...



Aber hierfür wäre ein weiteres Referat nötig...



Vielen Dank für die Aufmerksamkeit