

«Geburt und psychische Gesundheit der Väter»

Folie 2

Fragen von den Veranstalterinnen im Vorfeld an den Referenten:

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?

Diese Fragen lösten beim Referenten weitere Fragen aus, die er auch bearbeiten muss, bevor er zur Beantwortung der o.g. Fragen kommen kann.

Folie 3

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

Veränderungen in der Paarbeziehung durch Schwangerschaft, Geburt und Elternsein.

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?

Folie 4

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

Wir konstruieren den Idealfall: Der Mann liebt seine Frau heiss und innig, begehrt sie, «trägt sie auf Händen».

Will ihr alles ermöglichen, was sie begehrt. Auch ein Kind!

Diese so stark idealisierte Frau und der sie so stark idealisierende Mann können zur Gefahr für die reife Vaterschaft und Elternschaft werden.

Gefahr der Idealisierung

Hat man und frau gelernt, eine Relativierung der starken Verliebtheitsgefühle zu verkraften und ist aus der Verliebtheit eine tragfähige, belastbare Liebesbeziehung geworden, in der Bindungsbedürfnisse und gegenseitiges Begehren erlebt und gelebt werden können?

Hat man und frau schon mal konstruktiv etwas betrauern können?

Wie hat man die Entidealisierung der eigenen Eltern verarbeitet?

Ja, vielleicht wundern Sie sich über diese Erweiterung der Fragestellung? Je länger ich mit Eltern, Babys, Kleinkindern arbeite, je mehr meine ich über ganz existentielle Fragen der Persönlichkeitsentwicklung lernen zu können.

Folie 5

Probleme im ersten Drittel der Schwangerschaft

Ohne eine gute Vorbereitung auf die auch ambivalenten Gefühle und neuen Wahrnehmungen der Partnerin kann der Beginn der Schwangerschaft eine grosse Verunsicherung im Mann der schwanger gewordenen Frau auslösen.

Die biochemische Veränderung, die die Frau zu Beginn der Schwangerschaft erlebt, kann bei ihr Stimmungsschwankungen auslösen, sie erlebt den Beginn des Mutterwerdens nicht nur als tolle neue Erfahrung.

Sie kann schon hier in Kontakt mit ambivalenten Gefühlen gegenüber dem Mutterwerden kommen und kann ihren Partner ev. gar nicht mehr «schmöcke».

Der schlecht vorbereitete Mann fällt aus allen Wolken, findet alles unfair und ungerecht, fühlt sich betrogen!

Es kommt zu einer wichtigen Herausforderung für die männliche Identität.

Ein „Drohengefühl“ des Mannes führt zum Ohnmachtsgefühl. Der Mann fühlt sich ausgenutzt und versteht die Welt nicht mehr.

Es besteht Fluchtgefahr und Verweigerung der generativen Rolle.

D.h. er kann für die anstehenden wichtigen Aufgaben, wie die Unterstützung der Frau, Schutz der Mutter-Kind-Beziehung im Sinne von Daniel Stern (siehe in «Mutterschaftskonstellation») und für die ebenso wichtigen Triangulierungsprozesse in der weiteren Entwicklung des Kindes ausfallen und so droht eine Gefährdung der gesunden bio-psycho-sozialen Entwicklung des

Kindes und der Existenz einer Familie als lebendigen Entwicklungsraumes, in dem Bindungsbedürfnisse und autonome Entwicklungen möglich sind.

Folie 6

Der Mann im 2. und 3. Drittel der Schwangerschaft

Im 2. und 3. Drittel Schwangerschaft der Frau kann es zu folgenden Irritationen beim Mann kommen.

Die Irritation durch den „mächtigen“ Körper der schwangeren Frau.

Irritation durch die sichtbare körperliche Veränderung der Frau.

Mehr oder weniger verdrängte inzestuöse Ängste vor Sexualität mit einer mütterlichen Frau lassen ihn sich zurück ziehen.

Es drohen die Migration des Mannes und Einsamkeit der werdenden Mutter.
Eine tiefgehende Einsamkeitserfahrung der Mutter kann zu einem Problem in dem Beziehungsaufbau zum Baby werden, ein Problem beim frühen Dialog, beim Stillen!

Eine Enttäuschung in der sexuellen Beziehung wird oft tabuisiert und wirkt sich negativ aus auf die Zeit nach der Geburt, wenn mit der Zeit langsam wieder Energie da wäre für die Wiedergewinnung der sexuell-sinnlichen Beziehung. Bitte erwarten Sie nun keine genaue Zeitangabe. Folgende Faktoren spielen eine Rolle: die körperlicher Verfassung der Frau, war die Geburt sehr anstrengend, hat sie körperliche Verletzungen zurück gelassen, «frisst» das Baby viel Liebesenergie der Frau in der Mutter auf, so dass gar keine erwachsene sexuelle Lust auf Sexualität mit dem Mann wachsen kann?

Für die gesunde bio-psycho-soziale Entwicklung des Kindes braucht die Mutter die Unterstützung durch das Umfeld, am besten durch einen Vater, der bewusst aus seinem eigenen generativen Bedürfnis heraus das Kind mit entstehen liess, also der nicht nur «mitgemacht» hat, weil er seiner Frau den Gefallen tun wollte, oder noch schlimmer, weil er Angst hatte, sie zu verlieren wenn er nicht mitmacht.

Sehen wir nach bei **Daniel Stern**, was er uns sagt über die Rolle des Vaters in der Entwicklung der Frau zu einer Mutter, die zur sicheren Bindungsperson wird und dem Baby das berühmte Holding, das Containment, die reife Liebe schenkt, die wir Menschen in der frühen Kindheit brauchen.

Folie 7

Daniel Stern in «Mutterschaftskonstellation»:

Siehe Sterns Gedanken «Implikationen für die Väter und für die Kernfamilie»
auf Seite 230 f. in Stern 1998

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

Daniel Sterns Forderungen an den Vater als den «Beschützer» der Beziehung zwischen Mutter-Baby füge ich noch ein paar mir wesentlich erscheinende Gedanken von **Ursula Henzinger** bei, die als Leiterin eines Vereins in Tirol sich für die Ausbildung von Fachleuten und Begleitung von Eltern rund um die Geburt engagiert. Sie war eine der ersten Vertreterin der La Leche Liga in Österreich.

Folie 8

In ihrem im Psychosozial-Verlag 2020 erschienenen Buch
«**Stillen- Kulturgeschichtliche Überlegungen zur frühen Eltern-Kind-
Beziehung**» stellt sie fest:

Die sich für den Aufbau einer Beziehung engagierenden Mutter braucht folgendes:

Siehe Seite 23 in Henzinger:

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

«Die ursprüngliche Bedeutung von «allein» ist einfach und schön:

All- ein-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.»

Folie 9

Ertragen der intensiven Dyade zwischen Mutter und Baby?

Ist es «Liebesentzug»?

Kann der Mann das veränderte Sexualleben verstehen – tolerieren- integrieren?

Kann der Vater gewordene Mann diese besondere, intensive Dyade zwischen seiner Frau und dem Baby ertragen?

Ist es ein «Liebesentzug»?

Kann er diesen «Liebesentzug» verkraften, mit seiner männlichen Identität vereinbaren?

Oder fühlt er sich von diesem «**Ganz- eins-Sein**», wie es Frau Henzinger als Ziel für die Mutter-Kind-Beziehung wünscht, so stark ausgeschlossen, so dass er nicht ihr die Unterstützung geben kann?

Wie wird er die veränderte Sexualität verkraften?

Kann er vorübergehend auf das Ausleben von genitalen Wünschen verzichten?

All-ein-sein bedeutet nicht einsam sein! Der Vater soll dieser Entwicklung von natürlicher Kompetenz in der Mutter vertrauen. Aber wird er das können?
Wer beeinflusst ihn?

Seine Geburts – und Still erfahrung, die unbewusst gespeichert ist in seiner Körperseele?

Ich denke ja.

Folie 10: Fallbeispiel des «Traurigen Clowns»

An dieser Stelle möchte ich Ihnen meine Erfahrung mit dem jungen Mann Michael erzählen. Ausführlicher ist sie im Buch «Junge Väter in seelischen Krisen» im Kapitel «Der traurige Clown» nachzulesen.

Hier ein Auszug:

Bei der Kontaktaufnahme war sein kleiner Sohn Daniel drei Wochen alt.

Der Hebamme, die seine Frau Ronja in ihrem Wochenbett betreut hatte, war die depressive Stimmung des Vaters während eines Hausbesuches aufgefallen.

In der Familie gab es neben dem kleinen Baby noch die zweijährige Tochter Anna. Als ich im Telefongespräch genauer mit diesem Vater herauszufinden versuchte, in welcher Konstellation die Familie oder die Eltern am besten zum ersten Gespräch kommen sollten, bestand der Vater höflich, aber bestimmt darauf, dass er allein kommen wollte.

Ich erfahre schon bald, warum der Vater allein kommen wollte. Sein depressiver Eindruck, der von der Hebamme wahrgenommen worden ist, habe

mit seinen ihm stark verunsichernden aggressiven Gefühlen gegenüber dem kleinen Sohn zu tun. Er habe so was nicht bei der kleinen Tochter erlebt und getraue sich fast nicht, darüber zu reden. Seiner Frau Ronja sei alles so klar und sie wüsste so genau, was sie wolle, nämlich mit ihm diese zwei Kinder. Michael schäme sich für seine Phantasien, die soweit gehen würden, dass er sich ein Verschwinden vom kleinen Sohn vorstelle, seinen Tod. Er schaut mich an, mit Tränen in den Augen und wirkt ängstlich, angeschlagen, verletzt, wie ein Clown in der Manege, auf der Bühne, der vernichtende Kritik erwartet. Vor diesem Moment habe ich noch von Michael erfahren, dass er mit seiner künstlerischen Karriere als Musiker nicht zufrieden und auf andere Jobs angewiesen sei, damit genug Geld für die Familie zur Verfügung stünde. Die Existenz des Bubens raube ihm die nötige Zeit, um sich für eine erfolgreiche künstlerische Karriere engagieren zu können. Ich spüre Einsamkeit, Traurigkeit und frage mich in diesem Moment, von was wird der junge Vater mit seinem tragisch wirkenden Ausdruck „überfallen“. Welche affektiven Erfahrungen stören, erschüttern seine Beziehung mit seinem Sohn? Zuerst einmal versuche ich den verletzten jungen Vater emotional zu halten, betone seine mutige Leistung, diese Phantasien und Gefühle hier zu erzählen. Ich kläre vorsichtig auf, dass Babys und Kleinkinder mit ihrer absoluten Hilflosigkeit und Abhängigkeit Teile in uns aktivieren könnten, die vorher sehr „verpackt“ und weit weg gespeichert wären, und uns dann in dieser Lebensphase des Vaterwerdens regelrecht überfallen könnten. Wir erlebten Dinge, an die wir im Traum nicht gedacht hätten.

- Ich betone bewusst das „wir“ in solchen Phasen einer Therapie, damit mein Gegenüber hört, er erlebt ein menschenmögliches Geschehen, das nicht ihn allein nun trifft und er nicht ein ganz speziell unverständlich gestörter Mensch ist-.

Ich versuche uns beide neugierig zu machen für seine frühe Geschichte und ermutige ihn, doch mal seine Eltern zu fragen, wie es ihnen mit ihm als Baby ergangen sei. Ich verspüre das Bedürfnis, ihn, den tragischen Clown vor einem ungerechten Publikum, vor einer unsensiblen Aussenwelt zu schützen. Da öffnet Michael mutig den Vorhang und erzählt,

„... ich brauche meine Eltern nicht zu fragen, ich weiss es, was mir passiert ist. Ich bin mit einem Herzfehler zur Welt gekommen, haben mir meine Eltern erzählt.“

Ein paar Wochen nach seiner Geburt habe er eine komplizierte Operation überstehen müssen. Die Eltern seien jeweils nur für kurze Zeit zu Besuch gekommen, weil der Wohnort der Familie über zwei Stunden Bahnfahrt vom grossen, auf solche Operationen spezialisierten Spital, entfernt gelegen wäre. Die Eltern, so meint Michael, hätten nur begrenzt ihn sehen können.-

Für mich hat der junge Vater in diesem Moment zuviel Verständnis für die Eltern in der damaligen Situation und für das medizinische Pflegepersonal vom kleinen Säugling, die scheinbar nicht anders gekonnt hätten, als den kleinen Michael zu lange allein zu lassen in solch einer dramatischen Lebensphase. Ich spüre Wut und Trauer und versuche Michaels Wahrnehmung auf die Bedürftigkeit des kleinen Michaels zu lenken, indem ich ihn frage, was er heute darüber denke.“ Was glauben Sie, was braucht wohl so ein kleines Baby in solch einer Situation?“

Michael weint und er realisiert seine damalige Verlassenheit. Neben seiner Enttäuschung über die schwachen Eltern lassen wir beide in uns Ärger über die inhumanen Bedingungen des Spitals aufkommen, in dem er behandelt worden ist, und ich kläre auf, dass ein gut ausgebildetes Team heute mit seinen Eltern zusammen eine bessere Betreuung zu organisieren versucht hätte. Er wirkt sehr offen und ich sage, „ ... Sie können nun für Ihren Sohn ein besserer Vater sein als Ihre Eltern Ihnen gegenüber gewesen sind. Ich glaube, Sie können ein Stück weit so auch dem kleinen Michael in Ihnen etwas gutes tun...“

Das war nun ein Beispiel dafür, wie ein Vater durch die Geburt seines Kindes wieder in Kontakt mit einer selber erlebten Traumatisierung kommen und diese sich dann so negativ auswirken kann, wenn nicht eine adäquate, rasche, fokussierte therapeutische Hilfe möglich ist.

Auf den ersten Blick weniger dramatisch wirkend, gibt es folgende Störungen der Beziehungsentwicklung zwischen der Mutter und ihrem Baby: es sind die Ängste und Kontrollwünsche von Verwandten, Grosseltern und Geschwistern.

Folie 11:

Hierzu ein weiterer Gedanke aus der Arbeit von Frau Henzinger:

Siehe Folientext Zitat von Frau Henzinger

Die Störung durch eine Unreife des Vaters, die darin besteht, dass er noch wenig abgelöst von seiner Mutter ist.

Auch Männer können dann von unbewussten Ängsten dazu getrieben werden, ihren Frauen zu misstrauen.

Es kommt zum Rückgriff des unabgegrenzten Vatersohnes auf die eigene Mutter! Es können störende Ratschläge von den Eltern des Vaters kommen,

denen er mehr Gewicht verleiht als dem Empfinden seiner Frau, wenn er nicht genügend reif abgelöst von seiner Herkunftsfamilie ist.

Ablesen!:

Hier ein Beispiel aus der Elternschaftstherapie bei der Arche für Familien, vor kurzem erlebt:

Peter und Eva kommen zu mir und wollen ihre Beziehung verbessern, ein paar Sachen besprechen, die in der ersten Zeit nach der Geburt nicht gut gelaufen seien.

Was erfahre ich: die Geburt liegt ein Jahr zurück und die junge Mutter möchte etwas los werden, was sie sich fast nicht getraut, ihrem jungen Mann zu erzählen.

Er ist sehr verbunden mit seiner Herkunftsfamilie, beide schätzen auch sehr die Unterstützung durch seine Mutter, aber da war eine grosse Verletzung, kurz nach der Geburt.

Eva befürchtet, Peter zu sehr zu verletzen, aber sie schildert es dann doch:

Peter habe sie zu sehr den beiden Grossmüttern «ausgeliefert».

Die warteten schon am Tag der Geburt im Spital darauf, gleich das «Baby in Empfang nehmen zu können.»

Sie hätte sich da mehr Schutz von Peter gewünscht.

Dieses kurze Fallbeispiel steht stellvertretend für einige, immer wieder auftretende Störungen im sensiblen Entwicklungsprozess der Mutter-Baby-Beziehung nach der Geburt.

Solche Väter sind auf eine ungute Art noch sehr stark mit ihrer Herkunftsfamilie verbunden, möchten alle rasch Anteil nehmen lassen, laden zum raschen Besuch im Wochenbett, ev. gleich nach der Geburt ein.

Für eine reife Vaterschaft und für die konstruktive Unterstützung seiner zur Mutter gewordenen Frau braucht er die

psychisch vollzogene Abnabelung von seiner Mutter.

Folie 12 aus Vesnas Präsentation

Hat er wirklich im Laufe seiner Persönlichkeitsentwicklung seinen Körper in Besitz nehmen können, oder blieb er ein sog. Selbstobjekt seiner Eltern.

Ev. noch den humorvollen Reifungstest erklären

Folie 13 aus Vesnas Präsentation

Kurzer Exkurs zum Thema Selbstobjekt, einem Begriff, den wir aus der Psa Selbstpsychologie kennen:

Das Kind braucht dieses starke Geliebtwerden für den Aufbau eines starken Selbstwertgefühles, aber es kann auch zu sehr zum «Projekt» seiner Eltern werden. Es soll zuviel liefern, der Existenz seiner Eltern einen Sinn verleihen, ihre unerfüllten Wünsche ans Leben erfüllen, für sie quasi stellvertretend die nicht erreichten Ziele aber doch schaffen.

Hierzu gibt es das Fallbeispiel Jack, den verwirrten adoleszenten Sohnvater im Buch «Junge Väter in seelischen Krisen».

Die Herkunftsfamilie des Vaters kann der wichtige Störfaktor sein, aber auch das medizinische System, das schnell mal die Schwangere zur «Kranken» macht.

Folie 14 aus Vesnas Präsentation

Frau Henzinger hierzu:

« 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.»(S.38 in Henzinger).

Die Gebärende brauche, um sich sicher und geborgen fühlen zu können, die Gegenwart und zärtliche Fürsorge nahestehender Frauen.(vgl. Henzinger S.38).

Was bleibt da für uns Männer übrig?

Die Antwort gibt uns ein Vater aus einem Geburtsvorbereitungskurs, in dessen Verlauf ich nach Absprache mit Hebammen mit den Männern vor und nach der Geburt eine Gesprächsrunde durchführte. Der Vater sagte: « Du musst unbedingt in weiteren Gesprächsgruppen das weitergeben, das Du uns vermittelt hast: bitte Männer, «seid aktiv passiv!» Vertraut Eurer Frau und der Hebamme. Versucht nicht die besseren Geburtshelfer zu werden. Begleitet, atmet ruhig. Hört gut zu, was Eure Frau will, ob sie wie gehalten werden will,

berührt werden will , oder auch nicht? Macht Euch nicht zu einem Beobachter, ausgestattet mit einer tollen Kamera, des biologischen Vorganges.

Folie 15 aus Vesnas Präsentation «Es gibt sie also....»

Ich ziehe eine Zwischenbilanz:

bisher haben wir uns Irritationen des Mannes angeschaut, die sich, wenn sie nicht aufgefangen und geklärt werden, negativ auf die Mutter-Baby- Beziehung ,inklusive auf das Stillen, auswirken.

Die Frage, ob die Geburt und die Beziehung der Mutter zum Baby die Gesundheit des Vaters belasten, ist nach meinen bisherigen Ausführungen so gar nicht mehr zu stellen.

Folie 16

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»!

Aber was kann dem Mann, der frisch Vater geworden ist, sonst noch in die Quere kommen, ihn in Schiefelage bringen, **nicht** der liebevolle, weiche und feste Stein sein lassen in der Brandung, der Halt und Schutz gibt für Mutter und Baby.

Folie 17 aus Vesnas Präsentation

Die Biochemie-

ja auch der Mann erlebt eine hormonelle Veränderung.

Das haben wir lange geahnt, dass auch engagierte Väter empfindlicher sind, aber seit 2018 kann ich es in einer wissenschaftlichen Arbeit von dem Berliner Psychoanalytiker Tilo Held nachlesen. Im Heft PSYCHE Febr. 2018.

Tilo Held(2018)beschreibt die biochemischen Veränderungen und deren Auswirkungen auf die Psyche, denen auch Männer in den Entwicklungsphasen Schwangerschaft, Geburt und frühe Kindheit ausgesetzt sein können

Männer können in heftigere Irritationen , in eine stärkere Selbstwertkrise, geraten, wenn sie sich auf intensive väterliche Zuwendung einlassen und aktiv an der Babypflege beteiligen.

Der sich mit dem Baby liebevoll beschäftigende Vater erlebt einen Anstieg von Oxytocin, dem auch „Bindungshormon“ genannten Hormon. Dieser Prozess kann schon während der Schwangerschaft beginnen.

Seine Empathie fürs Baby und für die schwangere Frau wächst an.

Als Mann aber erlebt er einen Abfall im Testosteronspiegel und wird in seinem sexuellen Erleben irritiert. Da brauchen immer mal wieder verunsicherte Männer väterliche Aufklärung und Beruhigung. Aber auch Frauen, wie Tilo Held in seinem Artikel beschreibt. Bei ihm kann man lesen, dass es für Frauen sehr stark irritierend sein kann, wenn ihr Mann zwar ein liebevoller Vater ist, aber sie in ihm nicht mehr den Mann sieht, von dem sie sich mal begehrt erlebte.

Tilo Held fasst Forschungsergebnisse aus England* und Italien* zum Thema der Paarzufriedenheit zusammen:

„ Das Engagement junger Väter entspricht einem tiefen Wunsch der Mütter, und doch betreten wir hier einen Bereich der Paradoxien. Es gibt wenige Erkenntnisse, die empirisch so gut abgesichert sind wie diese: die Zufriedenheit mit der Paarbeziehung sinkt ab. Nach der Hochzeit oder dem Zusammenschluss tut sie dies zwar auch in Paarbeziehungen ohne Kinder. Aber das Absinken der Paarzufriedenheit ist deutlicher und steiler nach dem ersten Kind.“(T.Held S. 158 in Psyche 2 Februar 2018).

Richtig gemein kann das sein, dass das Sich Einlassen auf die Beziehung zum Baby solche Folgen haben kann, so dass man sich nicht mehr *richtig männlich* fühlt und seine Frau auch noch irritieren kann.

Wie wir beim Fallbeispiel vom «Traurigen Clown» gesehen haben, kann die Geburt eines Kindes den Mann in Kontakt mit der eigenen frühen Kindheit bringen.

Es ist nur für die ganze junge Familie zu hoffen, dass sich der Mann schon vorher im Leben mit den anstrengenden Erinnerungen positiv in guten, haltenden, privaten und professionellen Beziehungen auseinandersetzen konnte.

Die spezifische Verletztheit kann den Vater nach der Geburt zu regressiv werden lassen. Das Stillen des Babys kann eigene starke orale Bedürfnisse auslösen.

In meiner Norddeutschen Heimat war es auf dem Lande nicht selten üblich, dass man dem frisch gebackenen Vater nach der Geburt seines Kindes das

Recht zugestand, «sich im Kreise von Männern kräftig einen zur Brust zu nehmen!»

Was braucht nun der Mann, wenn er durchs Vaterwerden herausgefordert wird?

Folie 18 in Vesnas Präsentation

Nach Möglichkeit eine einigermaßen gut kontrollierbare adoleszente Seite in seinem Erleben und Tun. Eine ganz abgeschlossene adoleszente Entwicklung wollen wir ja gar nicht verlangen, ansonsten wird es ja ev. auch langweilig. Aber er sollte nicht mehr unter diesem zu starkem Druck stehen, seiner Herkunftsfamilie noch etwas beweisen zu müssen, wie Sie es beim Fallbeispiel Jack geschildert bekamen.

Ganz wichtig ist für den werdenden Vater, dass er auf ein **verinnerlichtes Modell , auf ein gutes Identifikationsobjekt**, wie es oft in der Psychoanalyse ausgedrückt wird, zurückgreifen kann.

Auf ein männliches, väterliches Vorbild.

Der heranwachsende Mann ist von einem guten Modell im eigenen Vater oder in anderen zur Verfügung stehenden väterlichen Bezugspersonen abhängig, wenn er sich zur generativen Rollenübernahme hin entwickeln können soll. Es braucht das Vorbild, die Identifizierungsmöglichkeit mit männlichen Objekten, die in Zeiten der Verunsicherung abgerufen werden können.

Folie 19 aus Vesnas Präsentation

Gedanken zum Thema Männliche Identität und Vaterschaft

Es gibt und braucht die Möglichkeit einer **positiven männlichen Entwicklungslinie** vom spezifisch vulnerablen männlichen Kleinkind hin zum jungen Mann, der sich z.Bsp. nicht latent abwehrend gegenüber Weiblichkeit verhält und sich nicht mit einer zu machohaften Seite identifiziert!

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.

Ja, es braucht die psychische Reife beim Mann, die grundsätzliche Abhängigkeit des Menschen, vor allen Dingen in der pränatalen und frühen Kindheit, von einer reifen Mutterschaft angstfrei zu akzeptieren.

Folie 19 aus Vesnas Präsentation

Zum Schluss wage ich einen **positiven Ausblick auf die Zukunft einer emanzipierten Beziehung zwischen Mann und Frau, die sich für das Elternsein entscheiden.**

Wenn ich mich als Mann in der Liebesbeziehung mit einer Frau mich zum Vater ihrer Kinder machen lasse, mich auch auf diese Art begehren lasse, dann kann ich als Mann eine durch und durch sinnlich-sexuelle befriedigende Beziehung mit der Frau erleben, die ein Kind von mir will. Sie wird mir dankbar dafür sein, wenn ich ihr helfe, die Veränderungen im psychosexuellen Erleben während der Schwangerschaft und nach der Geburt zu verstehen und lernen, damit konstruktiv umzugehen. Sie will ja auch auf verschiedenen Ebenen sich wohlfühlen, Frau und Mutter, Geliebte und sichere Bindungsperson für das gemeinsame Kind sein. Sie wird mein reifes Begehren geniessen und mich als Vater, Mann und Liebhaber, der seinerseits auch mit den möglichen Veränderungen im Liebesleben phantasievoll und kreativ klar kommt, ganzheitlich lieben.

Wir können als reife, fürsorgliche, vital sinnlich-sexuell begehrende Männer wesentlich dazu beitragen, dass es dem Kind in uns selber und den real gezeugten Kindern in den Beziehungen mit den Müttern gut geht. Wenn wir den Töchtern und Söhnen durch unsere triadische Vermittlungskompetenz helfen, ihre liebevollen und ärgerlichen Gefühle gegenüber der Mutter in Einklang zu bringen, die Angst vor Liebesentzug zu integrieren, dann können wir uns stark männlich, beschützend erleben. Wenn ich mich als Mann auf die väterliche Rolle wirklich einlasse, dann habe ich die Möglichkeit, im bewussten Zusammenleben mit meinen Kindern, das Leben auf eine spannende, sicher auch immer wieder herausfordernde Art und Weise, besser zu verstehen. Zum Beispiel Dinge in der Natur wieder durch die Augen und die Wahrnehmung der eigenen Kinder zu erfassen, ist eine im hohen Masse lustvolle Angelegenheit. Auch komme ich durch das mich Einlassen auf den kindlichen Spielraum zu spannenden und berührenden Erweiterungen in meiner Selbstwahrnehmung, die mir helfen, das Zusammenleben mit Anderen besser zu verstehen und mehr Toleranz gegenüber den Anderen und mir selbst zu entwickeln. Es befriedigt einen Vater, wenn er erleben darf, wie Begleitung und Unterstützung seinen Kindern hilft, ihren Weg zu finden und wie sie seine väterliche Haltung dann später in der Adoleszenz und im jungen Erwachsenenalter anerkennend spiegeln.

Sie verfolgen aufmerksam, wie man mit den Grosseltern umgeht, sich respektvoll abgrenzen und einlassen kann, zwischen ihnen und den Alten, die ja auch einen mal ungeduldig werden lassen können.

Ich fasse nochmals als nun auch mittlerweile Grossvater (Sommer 2012) gewordener Mann zusammen: im bewussten Zulassen und Annehmen der Vaterschaft liegt die Chance auf eine *geile*, sinnlich-sexuelle männliche Identitätsgeschichte, einen spannenden Lebenslauf, eine erfüllende Kohärenzerfahrung, die mir helfen kann, meine konstruktive Trauerarbeit über meine persönliche Begrenztheit und Vergänglichkeit anzunehmen. Diese konstruktive Trauerarbeit ist meiner Meinung nach ein wesentliches Kriterium für psychische Gesundheit und Reife. Hierzu gehören das Annehmen der Erzeugerrolle, die Leben zulässt, der Ernährer und Beschützerrolle, die Leben gedeihen, wachsen und sich entwickeln lässt, und schliesslich auch die Akzeptanz, dass man von gezeugten und gross gezogenen Söhnen und Töchtern überrundet und abgelöst wird. Sich selber in den drei verschiedenen Generationen zu erleben und bewusst an den verschiedenen Übergängen die Veränderungen zu begreifen, all das kann neben berechtigter Trauer zu einem Gefühl von Erfülltsein führen, das uns hilft, die eigene Vergänglichkeit zu ertragen.

Lust und Frust nach der Geburt



