

Geburt und psychische Gesundheit der Väter

Egon Garstick

Vortrag am 7.2.2024

EISL-FACHTAGUNG TUTTLINGEN

arche Für Familien



Arche Biohof | Arche Brockenhaus & Bistro
Arche Fachstelle für Integration | Arche Wohnen
Arche Kind & Familie | Arche Therapie Bülach
Arche Kinderbegleitung

archezürich
Soziales unternehmen

1

Geburt und psychische Gesundheit der Väter

- Was braucht die Familie vom Vater?
- Was braucht der Mann für die Entwicklung einer reifen Vaterschaft?
- Was braucht der Mann als Bub, als Jugendlicher und junger Mann?
- Wie kann wer der Familie zur Seite stehen?
- Was für eine Gesellschaft braucht die Familie?

arche Für Familien



Arche Biohof | Arche Brockenhaus & Bistro
Arche Fachstelle für Integration | Arche Wohnen
Arche Kind & Familie | Arche Therapie Bülach
Arche Kinderbegleitung

archezürich
Soziales unternehmen

2

Was braucht die Familie vom Vater?

- Was brauchen Mutter und Baby vom Vater?
- Welche männliche Probleme könnten die Entwicklung der Mutter-Baby-Beziehung stören und belasten?

arche Für Familien



Arche Biohof | Arche Brockenhaus & Bistro
Arche Fachstelle für Integration | Arche Wohnen
Arche Kind & Familie | Arche Therapie Bülach
Arche Kinderbegleitung

archezürich
Soziales unternehmen

3

Was braucht die Familie vom Vater?

- Was brauchen Mutter und Baby vom Vater?
- Idealer Vater- was sollte er mitbringen?
- Eigene Lust und Vorfreude
- Gemeinsames Zulassen des «Imaginären Kindes»*
- Holding für schwangere Partnerin- Ambivalenztoleranz
- Geburtsvorbereitung im betreuten Männerkreis
- «Aussenminister» für die Dyade

*«Imaginäre Kind» in Garstick, E. (2013). *Junge Väter in seelischen Krisen*. Klett Cotta Verlag, und Garstick, E. (2019). *Väter in der psychodynamischen Psychotherapie mit Kindern und Jugendlichen*. Kohlhammer.

arche Für Familien



Arche Biohof | Arche Brockenhaus & Bistro
Arche Fachstelle für Integration | Arche Wohnen
Arche Kind & Familie | Arche Therapie Bülach
Arche Kinderbegleitung

archezürich
Soziales unternehmen

4

Vom Bub zum reifen Vater

- Ungenügende Triangulierungserfahrungen in der Kleinkindzeit
- Eigene «Vaterlosigkeit»
- Die spezifische Herausforderung für den kleinen Jungen

Vgl.: Gedanken v. Diamond, M.D. in Garstick, E. (2019). *Väter in der psychodynamischen Psychotherapie mit Kindern und Jugendlichen: Die Triangulierung und das väterliche Prinzip*. Kohlhammer.

arche Für Familien



Arche Biohof | Arche Brockenhaus & Bistro
Arche Fachstelle für Integration | Arche Wohnen
Arche Kind & Familie | Arche Therapie Bülach
Arche Kinderbegleitung

archezürich
Soziales unternehmen

5

Was braucht die Familie vom Vater?

- Männliche Probleme als Belastung für die Mutter-Baby-Beziehung
- Ungenügende Triangulierungserfahrungen in der Kleinkindzeit
- Eigene «Vaterlosigkeit»
- Einsamkeit beim Erleben der Dyade von Mutter und Kind
- Keine genügend gute Aufklärung über veränderte Sexualität

arche Für Familien



Arche Biohof | Arche Brockenhaus & Bistro
Arche Fachstelle für Integration | Arche Wohnen
Arche Kind & Familie | Arche Therapie Bülach
Arche Kinderbegleitung

archezürich
Soziales unternehmen

6

Was braucht die Familie vom Vater?

- Unreife Beziehung zu den eigenen Eltern
- Mehr Sohnvater als Vatersohn
- Unerledigte Aufgaben- «Selbstobjekt»* seiner Eltern
- Idealisierung der eigenen Mutter- Fallbeispiel Peter und Eva

* Fallbeispiel dazu in Garstick. E. (2013). *Junge Väter in seelischen Krisen*.

arche Für Familien



Arche Biohof | Arche Brockenhaus & Bistro
Arche Fachstelle für Integration | Arche Wohnen
Arche Kind & Familie | Arche Therapie Bülach
Arche Kinderbegleitung

archezürich
Soziales unternehmen

7

„Unabgelöste Söhne“ als Belastung für die Kernfamilie

- Ursula Henzinger
- Besondere Atmosphäre zu Beginn des Stillens:
«...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). *Stillen*. Psychosozial - Verlag, S.36.

arche Für Familien



Arche Biohof | Arche Brockenhaus & Bistro
Arche Fachstelle für Integration | Arche Wohnen
Arche Kind & Familie | Arche Therapie Bülach
Arche Kinderbegleitung

archezürich
Soziales unternehmen

8

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 U. (2020). *Stillen*. Psychosozial - Verlag, S. 38)

- Was bleibt den Vätern zu tun?
 - Aktiv-passiv zu sein!
 - Der Frau und der Hebamme zu vertrauen

arche Für Familien



Arche Biohof | Arche Brockenhaus & Bistro
Arche Fachstelle für Integration | Arche Wohnen
Arche Kind & Familie | Arche Therapie Bülach
Arche Kinderbegleitung

archezürich
Soziales unternehmen

9

«Junge Väter in seelischen Krisen»



Egon Garstick (2013)
Klett Cotta Verlag

- Fallbeispiel von «Jack», dem verwirrten adoleszenten «Sohnvater»
- Fallbeispiele aus dem Buch

arche Für Familien



Arche Biohof | Arche Brockenhaus & Bistro
Arche Fachstelle für Integration | Arche Wohnen
Arche Kind & Familie | Arche Therapie Bülach
Arche Kinderbegleitung

archezürich
Soziales unternehmen

10

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

- Gefahr der Idealisierung
- Kann sich eine *reife* Liebesbeziehung entwickeln?
- Ambivalenztoleranz-Triangulierung



arche Für Familien



Arche Biohof | Arche Brockenhaus & Bistro
Arche Fachstelle für Integration | Arche Wohnen
Arche Kind & Familie | Arche Therapie Bülach
Arche Kinderbegleitung

archezürich
Soziales unternehmen

11

Probleme im ersten Drittel der Schwangerschaft

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

arche Für Familien



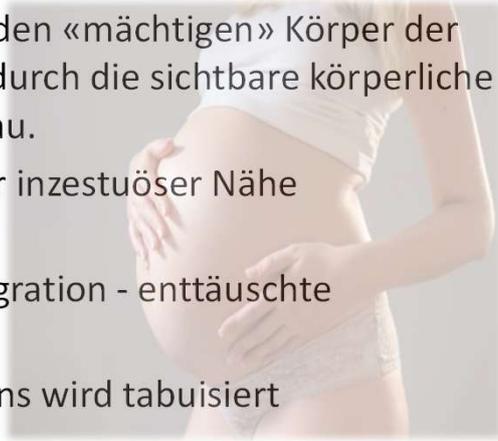
Arche Biohof | Arche Brockenhaus & Bistro
Arche Fachstelle für Integration | Arche Wohnen
Arche Kind & Familie | Arche Therapie Bülach
Arche Kinderbegleitung

archezürich
Soziales unternehmen

12

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



arche Für Familien



Arche Biohof | Arche Brockenhaus & Bistro
Arche Fachstelle für Integration | Arche Wohnen
Arche Kind & Familie | Arche Therapie Bülow
Arche Kinderbegleitung

archezürich
Soziales unternehmen

13

Ist es „Liebeszug“?

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



Bild: Adi Holzer

arche Für Familien



Arche Biohof | Arche Brockenhaus & Bistro
Arche Fachstelle für Integration | Arche Wohnen
Arche Kind & Familie | Arche Therapie Bülow
Arche Kinderbegleitung

archezürich
Soziales unternehmen

14

Wie kann wer der Familie zur Seite stehen?

- Mütter- und Väterberaterin
- Frauenärztin
- Hebamme
- Stillberaterin
- Verwendung des Wissens aus der Väterarbeit?

arche Für Familien



Arche Biohof | Arche Brockenhaus & Bistro
Arche Fachstelle für Integration | Arche Wohnen
Arche Kind & Familie | Arche Therapie Bülach
Arche Kinderbegleitung

archezürich
Soziales unternehmen

15

Biochemische Veränderungen beim Mann

Anstieg des Oxytocin-Levels
(Bindungshormon)

Abfall des Testosterons

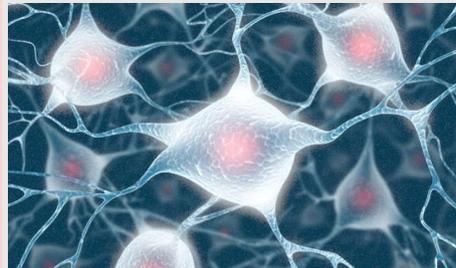
→ mehr Empathie

→ Irritation im sexuellen Erleben

→ Selbstwertkrise

Irritation der Frau

Held, T. (2018). Das väterliche Gehirn. *PSYCHE. Zeitschrift für Psychoanalyse und ihre Anwendungen*, Februar 2018.



arche Für Familien



Arche Biohof | Arche Brockenhaus & Bistro
Arche Fachstelle für Integration | Arche Wohnen
Arche Kind & Familie | Arche Therapie Bülach
Arche Kinderbegleitung

archezürich
Soziales unternehmen

16

Biochemische Veränderungen beim Mann

- Untersuchungsergebnisse – Nicole Strüber
- Kreatives Oszillieren
- Testosteron und Oxytocin
- Primäre Bezugsperson
- Sekundäre Bezugsperson
- Ideal der Gleichheit
- Stress für alle Drei in der Triade

Strüber, N. (2023). *Die erste Bindung: Wie Eltern die Entwicklung des kindlichen Gehirns prägen* (8. Druckaufl.). Klett-Cotta.

arche Für Familien



Arche Biohof | Arche Brockenhaus & Bistro
Arche Fachstelle für Integration | Arche Wohnen
Arche Kind & Familie | Arche Therapie Bülach
Arche Kinderbegleitung

archezürich
Soziales unternehmen

17

Was braucht die Familie in der Gesellschaft?

- Reife männliche Identitätsentwicklung
- Männer ohne Angst vor der Macht der Mutterschaft
- Männer mit guten Nehmerqualitäten
- Konstruktiver Umgang mit Kränkungen
- Männer mit Lust auf Care-Giving

arche Für Familien



Arche Biohof | Arche Brockenhaus & Bistro
Arche Fachstelle für Integration | Arche Wohnen
Arche Kind & Familie | Arche Therapie Bülach
Arche Kinderbegleitung

archezürich
Soziales unternehmen

18

Was braucht die Familie in der Gesellschaft?

- Fürsorge für Eltern und Babys in den ersten Lebensjahren
- Gute sichere Bindungsbeziehungen
- Tief verankertes Urvertrauen schafft bessere Arbeitskräfte
- Belastbarere und kreativere Kräfte
- Sinnvolle Investition auch aus ökonomischer Sicht

arche Für Familien



Arche Biohof | Arche Brockenhaus & Bistro
Arche Fachstelle für Integration | Arche Wohnen
Arche Kind & Familie | Arche Therapie Bülach
Arche Kinderbegleitung

archezürich
Soziales unternehmen

19

Literatur zur Elternschaftstherapie

Garstick, E. (2011): *Vom Elternwerden zur Elternschaft: Über Identitätskrisen bei Eltern...* In: K. Brisch (Hrsg.), Bindungen – Paare Sexualität und Kinder. Klett-Cotta.



arche Für Familien



Arche Biohof | Arche Brockenhaus & Bistro
Arche Fachstelle für Integration | Arche Wohnen
Arche Kind & Familie | Arche Therapie Bülach
Arche Kinderbegleitung

archezürich
Soziales unternehmen

20

Vielen Dank für die Aufmerksamkeit



arce Für Familien   Arche Biohof | Arche Brockenhaus & Bistro
Arche Fachstelle für Integration | Arche Wohnen
Arche Kind & Familie | Arche Therapie Bülach
Arche Kinderbegleitung  archezürich
Soziales Unternehmen.