

Mann und Gesundheit
Klinik Schützen Rheinfelden 13.11.2009

**„Vater werden ist nicht schwer -
Vater sein dagegen sehr.“**

**Ärztlich-psychotherapeutischer Umgang mit
Konflikten von Vätern im Spannungsfeld von Beruf,
Partnerschaft und eigener Identität**

Dr. med. Hanspeter Flury
Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie FMH
Chefarzt Klinik und Ärztlicher Klinikleiter Schützen Rheinfelden

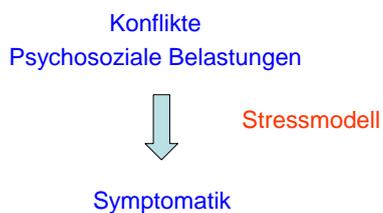
Inhalt.

- **Belastungszeichen.**
- Belastungen und Ressourcen von Paaren und speziell Männern in Paaren
- Belastungen und Ressourcen von Paaren und speziell Männern bei Eltern-/Vaterschaft
- Behandlung

Mögliche Hinweise und Belastungszeichen.

- Aussenbeziehungen, Paarkrisen, Entfremdung
- Depressionen, psychische Probleme der Ehefrau
- Depressionen, Verhaltensauffälligkeiten, psychische Probleme der Kinder
- Alkoholkonsum
- Arbeitsexzess
- Psychosomatische Krankheiten
- Psychische Probleme von Männern:
 - Burnout, Depression

Entstehungsmodell.



Inhalt.

- Belastungszeichen.
- **Belastungen und Ressourcen von Paaren und speziell Männern**
- Belastungen und Ressourcen von Paaren und speziell Männern bei Eltern-/Vaterschaft
- Behandlung

Die Grundsituation: Elternschaft.

- Übernahme einer Aufgabe und von Verantwortung:
 - gegenüber Kind, Partner/in, Gesellschaft
 - Für Kind, Partnerin, Finanzen, Lebensgestaltung
- Anpassungen/Veränderungen
 - Im eigener Lebensgestaltung
 - In Partnerschaft
 - In sonstigen Beziehungen: Herkunftsfamilie, Freunde, Freizeit
 - In eigener Identität
- Bereicherung und/oder Challenge?
- „Es passt nie...“

Paare unter Druck – eigenem und äusserem.

- Äusserer Druck:
 - Idealisierung und Romantisierung von Beziehungen; Beziehung als Feld der Selbst-Verwirklichung
 - Fehlende Konfliktlösungs-, Entwicklungsmodelle
 - Vielfalt der Rollenmodelle
 - Multioptionalität von Beziehungen
- Eigener Druck:
 - Idealisierung und Romantisierung
 - Fehlender Stellenwert von Unterschieden und Grenzen
 - Einengung durch Emanzipationsdiskurs
 - Einengung durch Gender-Diskurs

Paare unter Druck – „Fallen“.

- Belastungen aus der Paardynamik:
 - Geringschätzung des Beitrags zur materiellen und finanziellen Basis; Emotionalisierung
 - Höhere Erwartungen von Frauen ans Leben und an Partner, auch mit Ambivalenzen
- Paar-Fallen (dysfunktionale Strategien):
 - Gemeinsamkeits-Falle
 - Romantik-Falle
 - Aussenzentriertheit: „richtige“ Lösung statt „eigene“ Lösung
 - Konkurrenz im Paar
 - High Performance ohne Lebensqualität
 - (Vorschnelle) Aussenbeziehungen

Klinik Schützen Rheinfelden. 061 836 26 26

Der Mann als Partner unter Druck – eigenem und äusserem.

- Äusserer Druck:
 - Mehrfach-load Beruf – Elternschaft – Partnerschaft – persönliche Entwicklung
 - Höherer Leistungsdruck im Beruf
- Eigener Druck von Männern:
 - Höhere eigene Ansprüche ans Leben und an sich selber
 - Lösungsorientiertheit: „keine Probleme, sondern Lösungen“
 - Ritterliche Zuständigkeit für Partnerin
 - Geringschätzung eigener Bedürfnisse, fehlende Selbstsorge
 - Legitimation über Leistung
 - Delegation an Frauen

Klinik Schützen Rheinfelden. 061 836 26 26

Inhalt.

- Belastungszeichen.
- Belastungen und Ressourcen von Paaren und speziell Männern in Paaren
- **Belastungen und Ressourcen von Paaren und speziell Männern bei Eltern-/Vaterschaft**
- Behandlung

Klinik Schützen Rheinfelden. 061 836 26 26

Eltern-Paare unter Druck – äusserem und eigenem.

- Äussere Druckfaktoren:
 - Romantisierung von Elternschaft
 - Überhöhte Erwartungen an Elternschaft
 - Materielle Ansprüche
 - Fehlende Unterstützung durch Eltern
 - Fehlende gesellschaftliche Unterstützung
- Innere Druckfaktoren:
 - Überhöhte Ansprüche an Elternschaft
 - Kind als Gemeinsames gesehen, statt als etwas Drittes
 - Fehlende Trennung von Paar- und Eltern-Ebene

Klinik Schützen Rheinfelden. 061 836 26 26

Eltern-Paare unter Druck – „Fallen“.

- Fallen:
 - Konkurrenz um das Kind
 - Einheitsbrei: Unterschiede negieren statt zu nutzen
 - Selbst-Definition als Eltern-Paar.
 - Verlust von gemeinsamer Intimität und Sexualität.

Klinik Schützen Rheinfelden. 061 836 26 26

Der Mann als Vater unter Druck.

- Äussere Druck-Faktoren:
 - Nach Dämonisierung nun zunehmend Idealisierung der Vater-Rolle, Vater-Kult
 - Höhere Erwartungen von Frauen an Partner bezüglich Vaterrolle – oder Ambivalenz?
- Endogen:
 - eigene Idealisierung bzw. Abwertung der Vater-Rolle
 - Gefangensein in der eigenen Geschichte; Erfahrungen mit eigenem Vater nicht verarbeitet
 - Fehlendes Konzept für Unterschiede in der Beziehung Vater-Kind und Mutter-Kind; keine echte triangulierte Position
 - Aktivierung eigener regressiver Bedürfnisse

Klinik Schützen Rheinfelden. 061 836 26 26

Der Mann als Vater unter Druck – „Fallen“.

- **Fallen:**
 - Wettbewerb mit Frau: Wer ist die bessere Mutter?
 - Delegation der Familienaufgaben an die Frau
 - Geringschätzung der Vater-Rolle, „Verdünnen“
 - Aussenbeziehung

Klinik Schützen Rheinfelden. 061 836 26 26

Inhalt.

- Belastungszeichen.
- Belastungen und Ressourcen von Paaren und speziell Männern in Paaren
- Belastungen und Ressourcen von Paaren und speziell Männern bei Eltern-/Vaterschaft
- **Behandlung**

Klinik Schützen Rheinfelden. 061 836 26 26

Behandlung

1. „The medical way“
2. Gespräch, Psychotherapie (Einzel- und/oder Paar-)

Klinik Schützen Rheinfelden. 061 836 26 26

Psychotherapie

- Ist Psychotherapie „weiblich“?
- Vorurteile (von Männern) über Psychotherapie
 - „Reden ist Jammern“.
 - „Reden statt zu handeln“
 - „Problembeschreibung ist an sich eine Kränkung.“
 - „Frauen verbalisieren, Männer handeln.“
 - „emotionszentriert statt lösungsorientiert“
 - „Psychotherapie-Bewegung vermittelt männerfeindliche Inhalte.“
- Sind PsychotherapeutInnen frauenfreundlicher?

Klinik Schützen Rheinfelden. 061 836 26 26

Psychotherapeutische Behandlung.

- **Kommunikation für Verstehen**
 - Selbst-Verständnis
 - Verständnis des/der anderen
 - Verständnis der gemeinsamen Situation und des Umfelds
- **Interventionsstrategie:**
 - Kommunikation BEWIRKT Verständnis und Veränderung
 - Durcharbeiten von Belastungen und Verletzungen
 - Gezielte Veränderung:
 - der eigenen Einstellung, des eigenen Verhaltens
 - des gemeinsamen Verhaltens
 - Überprüfung
- **Bild: gemeinsamer Weg**
- **Therapeut als Wegbegleiter, NICHT Wegplaner**

Klinik Schützen Rheinfelden. 061 836 26 26