

# Schwerpunkt Gespräch mit Hansjörg Frick und Remo Ryser

## «Vatercrashkurs ist auch Scheidungsprävention»

**Interview** Um Vätern eine Plattform für ihre Fragen rund um Geburt, Partnerschaft, Familie und Beruf zu bieten, wurde der «Vatercrashkurs» ins Leben gerufen. Das «Volksblatt» sprach mit den Organisatoren über die Herausforderungen und Stolpersteine moderner Vaterschaft.

VON SEBASTIAN ALBRICH

«Volksblatt»: «Vater werden ist nicht schwer, Vater sein dagegen sehr», das hat schon Wilhelm Busch gesagt. Der «Vatercrashkurs» soll genau da ansetzen: Beim Vatersein, für bestehende und werdende Väter. Was ist der Grundgedanke hinter diesem Kurs?

**Remo Ryser:** Rund um Schwangerschaft und Geburt dreht sich vieles in erster Linie um die Mutter und das Baby. Der Vatercrashkurs ist aus dem Bedürfnis von Männern entstanden, die auf der Suche nach einem Raum für ihre Fragen an uns herantraten. Der Kurs dient als Insel für Väter, um sich mit ihren eigenen Fragen auseinanderzusetzen und sich auch Antworten zu holen. Er soll Raum für eine eigene Standortbestimmung bieten: Was habe ich schon und was brauche ich noch, um in die Rolle als Vater hineinzuwachsen und diese für mich entsprechend zu gestalten. Und basiert auch auf der einfachen Feststellung und Erfahrung: Vaterwerden und -sein kann man nicht von Müttern lernen.

**Hansjörg Frick:** Ich habe kürzlich gerade noch mit einem Vater gesprochen, der meinte, er wäre froh gewesen, hätte er einen solchen Kurs besuchen können. Denn was da auf ihn zukam, habe er sich so nie vorstellen können. Ein Teilnehmer des Vatercrashkurses bekommt einfach auch eine Vorstellung davon, was ihn alles erwartet. Wo er gefordert und wo er unterstützt wird.

Herr Ryser, was sind die gängigsten Fragen, mit denen Sie als Kursleiter bei den Kursen konfrontiert werden?

**Ryser:** Die Fragen decken ein breites Spektrum ab und reichen von: «Was kommt da auf mich zu?», «Was braucht das Baby von mir?», «Was sind meine Möglichkeiten als Vater?»

«Welche Bedeutung habe ich als Vater und wie kann ich diese Rolle auf eine gute Art und Weise füllen, die auch meinem Kind dient?» Über: «Was braucht meine Partnerin und wie kann ich sie gut unterstützen?» und «Wie verändert das unsere Beziehung als Paar und wie gestalten wir diese?». Die Schlüsselfrage für die meisten Väter ist aber jene des Kräfte-managements: «Wie bringe ich das alles unter einen Hut?», «Wie kann ich meine Rolle als Vater voll einnehmen und gleichzeitig beruflich erfüllt tätig sein?» Die zentrale Frage ist somit jene nach der passenden Balance zwischen den einzelnen Bereichen meines Lebens. Das Modell des reinen Familienernährers, der sich nicht um die Kindererziehung kümmert, ist ein Auslaufmodell. Väter haben beinahe durchweg den Anspruch, auch präsent und engagierte Väter zu sein. Anspruch und Wirklichkeit gehen jedoch vielfach auseinander. Der Vatercrashkurs will Männer darin unterstützen, ihre Vorstellungen von Väterlichkeit auch zu leben.

Die richtige Balance zwischen notwendigem Arbeitsleben und der Familie ist nicht immer leicht. Wo or-

ten Sie hier Probleme und wie lassen sich diese umgehen?

**Frick:** Das Finden einer Balance ist eine sehr individuelle Sache und von Mann zu Mann und Familie zu Familie unterschiedlich. So kommt es darauf an, ob jemand Handwerker oder Manager ist. Im Management verdient man mehr, hat gleichzeitig aber wenig Möglichkeiten zur Teilzeitarbeit. Als Handwerker ist man wiederum in einer so niedrigen Lohnklasse, dass es aus finanziellen Gründen schwer ist, nur Teilzeit zu arbeiten, wenn die Frau nicht dazu verdient. Die Balance ist eine der grössten Herausforderungen für einen Vater, da Politik und Arbeitgeber noch viel zu wenig bereit sind, darauf einzugehen und Lösungen zu bieten.

**Ryser:** Es ist schon ein Hochseilakt mit Absturzgefahr, denn sowohl Vater als auch Brotverdiener sind zeitintensive Aufgaben. Hier ist eine bewusste Auseinandersetzung und Planung wichtig - so früh wie möglich, am besten vor der Geburt. Wir laden die Väter beim Kurs ein, für sich eine persönliche Bilanz zu ziehen, wie die Zeit für Arbeit, Partnerschaft und sich selbst vor der Geburt verteilt waren. Und zu überlegen, wie sich diese mit der Ankunft des Kindes verändert und wo hier persönlich die Herausforderungen liegen könnten. Auf welche

Bereiche muss ich besonders schauen und wo kann ich mir Raum verschaffen und muss Absprachen treffen. Mit diesem Aktionsplan im Blick, kann der Mann dann mit der Partnerin und dem Arbeitgeber in Dialog treten, um gute Rahmenbedingungen zu schaffen und seine Energie bestmöglich zu verteilen. Schlussendlich ist Balance nichts

Statisches, sondern etwas Fließendes. Es gilt, immer wieder genauer hinzusehen, das Gespräch zu suchen und neu zu justieren.

**Zwischen Arbeit, Haushalt und Kind kann die aufgebrachte Zeit für den jeweiligen Partner leiden. Muss die Partnerschaft mit der Ankunft eines Kindes zurückstecken?**

**Frick:** In einer Beziehung ohne Kinder ist der Fokus immer auf dem Partner. In dem Moment, in dem ein Kind hinzukommt, verlagert sich der Fokus auf das Kind. Es kommt eine dritte Dimension hinzu. Wenn ich den Blick zum Kind wende, rückt der Partner automatisch an den Rand des Blickfelds. Ich muss mich ihm also immer wieder bewusst zuwenden, gleichzeitig gerät dann jedoch das Kind aus dem Fokus und ist nicht mehr betreut. Eine Mutter tut sich hier viel schwerer. Es ist für junge Paare aber wichtig, dass sie auch die Partnerschaft weiter pflegen, sich Auszeiten schaffen und jemanden haben, der sich um das Kind kümmert, damit sie sich auch einander zuwenden können. Beim Verein für Männerfragen erleben wir oft jene Männer, die sich schon in Scheidung befinden - also

jene Paare die sich bereits verloren haben. Viele sagen, dass sie ihre Beziehung damals mehr hätten pflegen müssen.

**Ryser:** Die Zeit der Familienwerdung ist eine grosse Herausforderung und Veränderung für eine Partnerschaft. Ein Kursteilnehmer meinte dazu letztthin: «Der Vatercrashkurs ist auch Scheidungsprävention. Wir schauen frühzeitig darauf, wie wir das organisieren wollen und wie wir miteinander in Dialog bleiben. Auch in Bezug auf unsere Themen als Paar.» Die Partnerschaft braucht mit einem Kind gerade zu Beginn vielleicht eine andere und etwas pragmatischere Zuwendung - nämlich, dass man sich bewusst Termine setzt und Zeiträume schafft, um sich einander ganz bewusst zuzuwenden.

**Konstante Kommunikation also?**

**Ryser:** Ja, konstante Kommunikation ist wichtig, genauso aber auch eine grundlegende Weichenstellung rund um die Geburt: Dabei geht es beispielsweise darum, wer welche Arbeiten übernimmt und wer wie viel Einkommen generiert. Hier gilt es, die jeweiligen Haltungen zu klären und miteinander Vereinbarungen zu treffen. Männer geraten immer noch sehr häufig in die Ernährerfalle, wenn sie Vater werden, übernehmen sie ganz selbstverständlich und stillschweigend die gesamte Verantwortung, das Geld nach Hause zu bringen. Ein solches Arrangement hat Vor- und Nachteile und auch darüber sprechen wir.

**Kommunikation ist nicht immer leicht. Männern wird ja oft von klein auf beigebracht, nicht über ihre Gefühle und Sorgen zu reden oder Hilfe zu suchen. Wie schwer fällt es den Männern, zu Beginn des Kurses sich zu öffnen und anzusprechen, was sie beschäftigt?**

**Ryser:** Dieser erlernte Glaubenssatz «Männlich und stark sein heisst, keine Unsicherheiten zu zeigen», ist tatsächlich immer noch spürbar. Männer sagen auch selbst, dass gerade rund um die Geburt von ihnen erwartet werde, dass sie der Fels in der Brandung sind. Viele erzählen, sie hätten vieles mit sich selbst ausgemacht, und sich bewusst und unbewusst zurückgenommen, da sie hier keine Priorität hätten und nicht im Zentrum stehen würden. Hier braucht es konkrete Einladungen, über diese Bedürfnisse zu reden, in einem sicheren, vertraulichen Rahmen. Der Vatercrashkurs ist eine solche Einladung und sobald diese ausgesprochen ist, öffnen sich die Männer meiner Erfahrung nach. Das startet im Kurs mit den Fragen zu den Sonnenseiten der Vaterschaft bis hin zu dem, was die werdenden Väter verunsichert. Viele wollen und sollen in der Gruppe erst einmal zuhören können und jeder Mann entscheidet selbst, wie weit er sich einbringt und öffnet. Im Zweiergespräch dauert es aber meist keine zwei Sekunden und die beiden Väter, die sich austauschen, sind im Dialog. Es kommt oft einem Damm-

bruch gleich und nicht selten heisst es schlussendlich: «Jetzt endlich konnte ich darüber reden, wieso habe ich das nicht schon früher gemacht?»

Aber mir ist schon auch bewusst: Wir reden hier natürlich von Männern, die schon mit dem Wunsch zu uns kommen, ein aktiver, präsenter und engagierter Vater zu sein. Diese generelle Neugier ist spürbar.

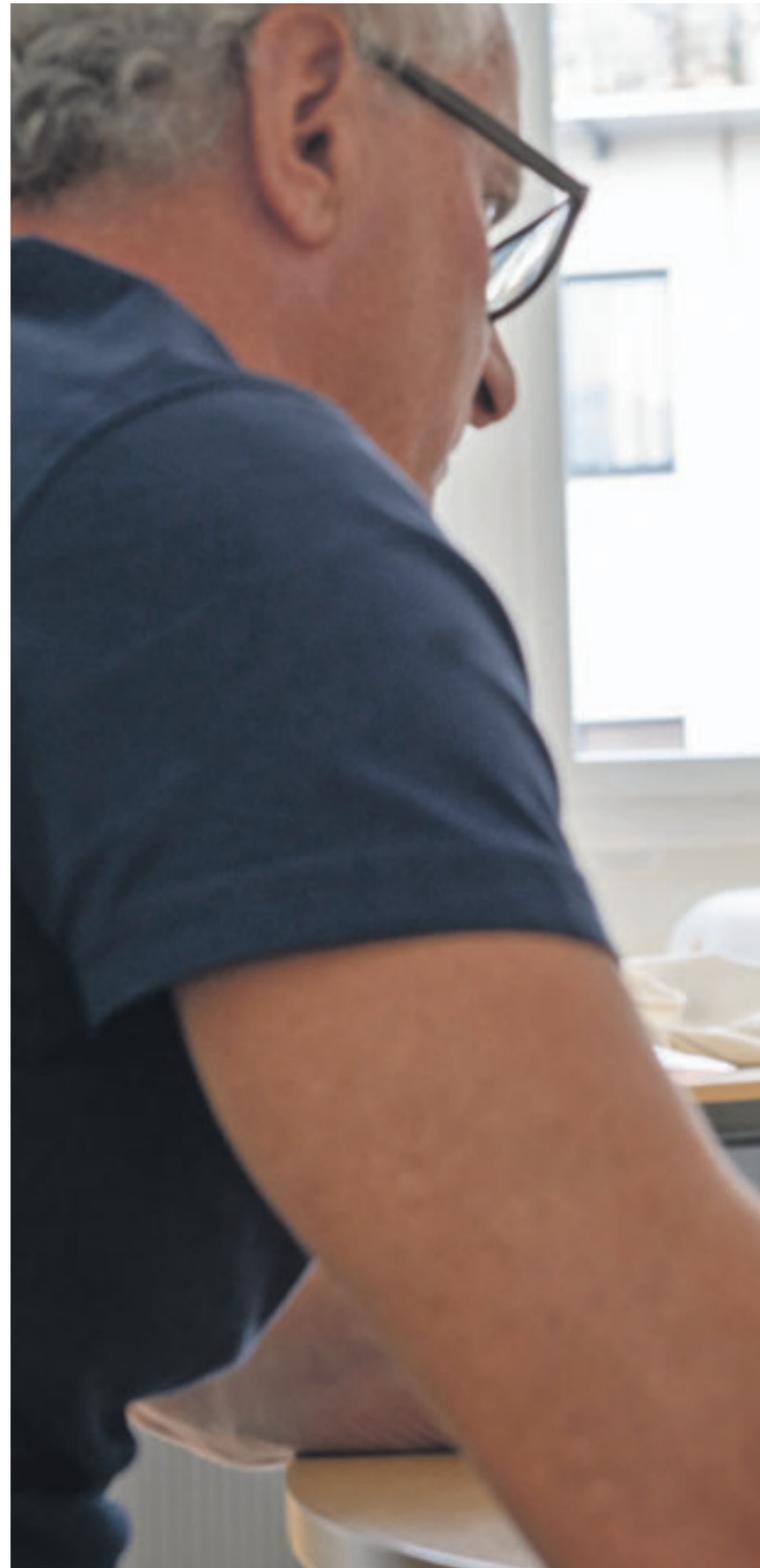
**Frick:** Männer bewegen sich rund um die Geburt in einem anderen Zeitrahmen. Die Mutter hat ja neun Monate Vorsprung und ist mir als Vater somit in vielem weit voraus. Klar kann ich die Hand auf den Bauch legen und das Kind spüren, aber ich glaube, dass ist eine andere Intensität, als wenn ich das Kind austrage. Die symbiotische Beziehung, die die Mutter mit dem Kind hat, kann beim Vater erst mit der Geburt entstehen. Ein Mann setzt sich dadurch wesentlich später mit dem Thema auseinander. Mädchen spielen eher mit Puppen - das mag stereotyp sein - aber der Mutterinstinkt ist in ihnen drin. Doch auch der Vaterinstinkt ist bei Männern vorhanden, doch kommt dieser wesentlich später zum Vorschein. Erst wenn ich weiss, dass

ich Vater werde, bin ich sensibilisiert darauf. Ich glaube, dass sich die Männer nie so öffnen würden, wenn in der Gruppe Männer sitzen würden, die nicht gerade dieselben Erfahrungen machen.

**Es wurden schon mehrfach die aktiven und präsenten Väter angesprochen. Merkt man bei diesem Wunsch auch einen Unterschied zwischen den Generationen?**

**Frick:** Mir fallen vor allem auch die Grossväter auf, die mit den Kinderwagen voller Stolz durch die Strassen laufen. Etwas, dass sie als Vater nie gemacht hätten, weil sie damals vermutlich belächelt worden wären. Bei mir ist es jetzt 21 Jahre her und ich bin gerne mit meinem Kind spazieren gegangen, aber viele Kollegen hätten das nie getan. Es findet also schon ein Umdenken statt - gerade auch in den jüngeren Generationen. Dem gegenüber steht aber immer noch das Denken und Handeln der älteren Generationen, die im unternehmerischen und politischen Bereich das Sagen haben und die Ansicht vertreten: Ein Mann ist kein Mann, wenn er Probleme hat und sich Hilfe sucht. Ein Mann löst seine Probleme selbst.

**Somit herrschen in den Führungsstrukturen noch Rollenbilder vor, die nicht mit der Lebensrealität werdender Väter zusammenpassen. Wie kann dem entgegengewirkt werden?**



**Gewinnspiel:** Das «Volksblatt» verlost gemeinsam mit dem Verein für Männerfragen für alle interessierten Väter zwei Gutscheine für die Teilnahme am Crashkurs. Schreib uns einfach eine E-Mail an [wettbewerb@volksblatt.li](mailto:wettbewerb@volksblatt.li). Die Gewinner werden schriftlich verständigt. (red)