



Fachvortrag im Rahmen des Beratungsstellentages am 16.02.2006

Vater werden... Vater sein dagegen schwer

Sehr geehrte Damen und Herren,
liebe Väter,

in der Vorbereitung auf meinen Vortrag hatte ich ständig das Gefühl, dass wir Männer und Väter in der Literatur eigentlich schlecht wegkommen. Dies zeigte sich schon in den einschlägigen Titeln der Literatur: Mit dem Beruf verheiratet, sind Väter Helden oder Muttersöhne, Gewinner im Beruf oder Verlierer in der Liebe, und wie kann der Mann sein privates Glück und Erfolg im Beruf miteinander in Einklang bringen?. Im Kapitel „Vater sein und Väterlichkeit“ kommt es noch schlimmer: „Ja, ich bin in der Familie ein Einsamer geworden. In unserer Familie entwickelte sich so etwas wie ein Zwei-Parteien-System. Michael und Elke auf der einen Seite, Monika und ich auf der anderen Seite“.

Dieses Zwei-Parteien-System entwickelt sich in Familien, in denen Väter trinken auf eine ganz andere Weise. Der Alkohol wird immer mehr zum Beziehungspartner, Vertrauten und scheinbaren Problemlöser. Die zunehmende Vereinsamung des Vaters innerhalb der Familie wird zu einem Rückzug zum Alkohol. Im Alkohol hat Vater einen Verbündeten gegen das Gefühl ausgegrenzt und isoliert zu sein. Er fühlt sich warm, sicherer und kann gelegentlich sogar ein Gefühl der Rache mit einer kleinen Genugtuung feststellen. Doch Eifersucht über die Entwicklungen der anderen Partei lassen immer wieder aufbegehren, so dass seine Unberechenbarkeit und die gleichzeitig erlebte Überlegenheit der anderen Seite zu einer Eskalation aber auch zu einer Verhärtung der Fronten führt.

Dies ist eine nicht seltene Vorgeschichte von Männern und Vätern in unserer Klinik. Es geht sogar noch weiter: Väter ziehen dann sogar im Groll oder auf Drängen der Ehefrau aus und intensivieren die Freundschaft zum Alkohol weiter bis es dann in dem Bereich, wo sie häufig den meisten Selbstwert beziehen, ebenso zu einer kritischen Zuspitzung kommt: der Arbeitswelt. Ich werde auf die Zusammenhänge dieser Entwicklung später noch einmal eingehen.

Lassen Sie mich zunächst zurück zu meiner Literaturrecherche gehen: „Sagt uns wo die Väter sind. Von der Arbeitssucht und Familienflucht des zweiten Elternteils“. Benard und Schlaffer (1991) lassen ebenfalls kein gutes Haar an uns: „Bei der Zeugung sind sie alle noch anwesend, später beim lästigen Elternabend in der Schule sind sie schon umjubelte Raritäten und im Wartezimmer der Kinderärztin fehlen sie gänzlich.“ Und es geht weiter:

„Dabei hatte doch alles so schön angefangen. War nicht auch er es, der unbedingt ein Kind wollte, der mit ihr die Kurse für die Geburtsvorbereitung besuchte, der mit ihr atmete und den Beckenboden entspannte, der im Kreissaal tapfer ihre Hand hielt und

der auch später noch, zumindest im ersten Jahr und am Wochenende, mit dem Tragetuch und dem Kinderwagen zu sehen war?

Hart ist die Rückkehr in die Wirklichkeit für viele Mütter. Sehr bald lernen sie eine der soziologischen Grundwahrheiten unseres Zeitalters kennen: Dass jede Mutter eine Alleinerziehende ist.

Aber vielleicht ist das – wenn auch ärgerlich – letzten Endes egal? Was ist ein Vater überhaupt? Nicht mehr als ein Ernährer der Familie – das können (und müssen) die meisten Frauen auch sein, nicht mehr als die strenge strafende Instanz, mit deren Heimkehr entnervte Mütter ihren bösen Kindern drohen?“.

Wo ist also der konstruktive, sympathische Beitrag zur Väter- und Männerwelt? Einer Welt die deutlich macht, wie schwer wir es oft haben, dass Frauen uns häufig viel zu wenig verstehen mit dem, was wir von uns erwarten und wie schwer es uns häufig fällt, darüber zu kommunizieren.

Dann fiel mir das Buch von Steve Biddulph „Männer auf der Suche. Sieben Schritte zur Befreiung“ in die Hand. Endlich das Richtige, dachte ich. Zum Leben eines Mannes gehört mehr als Geld verdienen und Geld ausgeben, Männer sind mehr als Rädchen einer Maschine, mit der sie im Grunde nicht das Geringste verbindet. Es gibt ein Leben voller Freiheit, Freude, sexueller Erfüllung, Kreativität, Liebe und Geliebtwerdens, das „Mann“ für sich finden kann. Es erfordert Ehrlichkeit, Freigiebigkeit, Risikobereitschaft und die Bereitschaft, ein neues Verhalten zu praktizieren.

Und ich hatte am Ende wirklich begriffen, dass wir in der Therapie unseren Patienten Hilfestellungen bei den Schritten zu dieser „Befreiung“ anbieten.

Was passiert in Familien mit einem trinkenden Elternteil – Vater?

Auch wenn wir alle von der multifaktoriellen Entstehung einer Abhängigkeitserkrankung wissen, scheint es dennoch ähnlich wie in der Live-event-Forschung Situationen zu geben, die wesentlich Einfluss auf die interpersonellen Formen des Zusammenlebens haben und Situationen, die eine Diskussion und Klärung der Beziehungen und Positionen innerhalb eines Systems erfordern. Im Folgenden werden wir erleben was geschehen kann, wenn diese Kommunikation nicht angemessen stattfindet.

Kinder erleben den trinkenden Vater als extrem gegensätzlich und häufig unberechenbar. Im nüchternen Zustand ist er fürsorglich-liebevoll, aber unter Alkohol kann er jede Beherrschung verlieren, ein Kind auch grundlos verurteilen und schlagen. So wechseln Fürsorge und Versprechen auf der einen Seite mit Desinteresse und Ablehnung. Kinder haben dann häufig den Eindruck, es mit zwei Vätern zu tun zu haben und die Kommunikation des trinkenden Vaters ist entsprechend widersprüchlich im Wechsel zwischen „ich liebe dich“ und „lass mich jetzt in Ruhe“. Aus Loyalität versuchen alle, sich den widersprüchlichen Erwartungen des Abhängigen anzupassen und verleugnen dabei ihre eigenen Gefühle. Der Alkohol ist in den Familien meistens sogar ein Tabu-Thema und Scham hält sie davon ab, sich Außenstehenden zu öffnen. So entsteht unter den Eheleuten dann häufig eine anhaltende Atmosphäre von Anspannung und Ärger, in der vieles unausgesprochen bleibt. Wegscheider hat bereits früh die Regeln, die den Familienalltag in solchen Familien bestimmen dargelegt:

- Das Wichtigste im Familienleben ist der Alkohol
- Der Alkohol ist nicht die Ursache von Problemen
- Der abhängige Elternteil ist nicht für seine Abhängigkeit verantwortlich, Schuld sind andere oder die Umstände
- Der Status Quo muss unbedingt erhalten werden, koste es, was es wolle
- Jeder in der Familie ist ein Enabler (Zuhelfer)
- Niemand darf darüber reden was „wirklich“ los ist
- Niemand darf sagen wie er sich wirklich fühlt. Und ich füge hinzu: Niemand darf gehen, es sei denn er ist bereit Schuld auf sich zu laden.

Um ein wenig über die Therapie, Interventionen und Maßnahmen in der Klinik mit Ihnen ins Gespräch zu kommen, will ich versuchen, Ihnen einige Behandlungsausschnitte darzustellen.

Der sprachlose Vater

Natürlich kommen sprachlose Väter aus allen Regionen unserer Republik, aber bei den Migranten, insbesondere Russlanddeutschen, Kirgisen oder suchtkranken Patienten aus Kasachstan ist die Sprachlosigkeit sehr früh eingeübt. In diesen Familien, in denen häufig Armut herrscht und alle Familienmitglieder nach einer strengen Hierarchie und Altersregel am Familieneinkommen mitarbeiten müssen, gilt es zu funktionieren, sich für das Familienwohl einzusetzen und alle persönlichen, individuellen Bedürfnisse zurückzustellen. Die Sprache gehorcht eher einer an sehr starren Ordnungsprinzipien festgemachten Beziehungsgestaltung, in der vorrangig Informationen ausgetauscht, Aufträge verteilt werden, und die Einhaltung der Familienstruktur eindeutig über das einzelne Individuum vorherrscht. Mit der Heirat und Familiengründung beginnt ein neuer Lebensabschnitt. Für diese Väter kommt es häufig bei der Geburt des ersten Kindes zu einer Infragestellung der eigenen Person. Gab es bis dato nur eine Dyade mit der unmittelbaren Wechselwirkung zwischen Mann und Frau, so ist nach der Geburt des Kindes eine Veränderung festzustellen, die den Mann beunruhigt. Ein großer Teil der Liebe und Zuneigung wird von der Ehefrau nun auf das Kind bezogen. Die Kommunikation der Mutter mit dem Kind ist sehr beziehungsintensiv, voller Neugierde, voller Offenheit und Interesse, was ihn verunsichert, ihn bloß stellt und häufig Eifersucht auslöst. Da er nicht ausreichend gelernt hat diese Gefühle zu verbalisieren, fällt es ihm schwer in dieser Situation seinen neuen Platz in der jetzt begonnenen Triade einzunehmen. Diese Männer fangen dann häufig an mehr zu arbeiten und später auf Umwegen nach Hause zu kommen. Der Alkohol beginnt sie zu trösten und ihnen zu helfen diese negativen Gefühle wenigstens scheinbar und zeitweise loszuwerden, zum Teil auch ein Stück Gleichgültigkeit aufzubauen. Aus dem heimlichen Groll wird gelegentlich auch ein aggressiver Impuls, der letztlich eher zu einer Verstärkung des Ehe- und Familienkonfliktes beiträgt. Kommt es zur Geburt des nächsten Kindes, kann sich diese bereits begonnene Entwicklung verstärken. Die Mutter steht immer mehr im Zentrum der familiären Verantwortung, während der Ehemann seine Position immer mehr in der des Ernährers und Arbeiters sieht. Wenn es nicht gelingt diese Sprachlosigkeit aufzulösen, ist der Alkohol letztlich für den Vater eine Chance einen Verbündeten zu finden der stillhält, keine unangenehmen Fragen stellt, sich jederzeit

benutzen lässt und für positive, angenehme Wirkungen sorgt. In der Eskalation kommt es zur Trennung, zum Wegschicken der Ehemänner, Anmieten einer eigenen



Wohnung und zu einer zunehmenden Selbstwert- und Versagenskrise, die dann unter Umständen in die Beratungsstelle führt, in der die Voraussetzungen für eine stationäre Therapie geschaffen werden können.

Lernen eigene Gefühle anzusprechen, mit der Ehefrau über eine Neuverteilung von Verantwortung in der Familie zu sprechen und sich selbst darüber klar werden, ob es sich überhaupt lohnt, kann unser Therapieauftrag werden. Dabei brauchen wir häufig Geduld, denn wer über Jahre und Jahrzehnte in diesem Muster gelebt hat, kann nicht spontan über sich, seine emotionale Innenwelt, seine Wünsche und Erwartungen, seine Konflikte, seine Bedürfnisse und Sorgen reden. Paargespräche, Partnerseminare und bestimmte Aufgaben die es gilt zu Hause zu bewältigen, sind dann häufig Voraussetzungen für einen guten Weg. Die Unterstützung von männlichen Gruppenkollegen ist dabei sehr wichtig, wenn sie im Feedback erfahren, dass gerade unter Männern Wertschätzung, Achtung und Respekt im Rahmen dieser Veränderungen deutlich steigen.

Der arbeitenden Mann

Stellen Sie sich Männer in Männerrunden vor. Sie nennen als erstes ihren Namen, anschließend ihren Beruf. Ein seit Jahren arbeitsloser Patient stellt sich in unserer Klinik häufig mit der Verkürzungsformel „derzeit arbeitslos“ vor, damit der Eindruck entsteht, als wäre er erst seit wenigen Wochen arbeitslos. Der Stellenwert der Arbeit ist somit im Selbstbild des Mannes hoch. Arbeitslosigkeit führt nicht selten zu einer schweren Versagenskrise, Depression und, wie in vielen Untersuchungen belegt, zu psychosomatischen und somatischen Erkrankungen. Wir haben dies beim letzten Beratungsstellentag recht ausführlich dargestellt.

Für den arbeitenden Mann ist die Flucht in die Arbeit eine willkommene Ablenkung, um kritischen Familienentwicklungen aus dem Weg zu gehen. Wir behandeln Männer in unserer Einrichtung, aus deren Sicht die Ehen eigentlich, bis auf geringfügige Konflikte, weitgehend in Ordnung gewesen seien, sie regelmäßig und intensiv ihrer Arbeit nachgegangen seien und eines Tages einen Brief auf dem Küchentisch fanden, in dem die Ehefrau erklärt, dass sie es nicht mehr ausgehalten habe und gegangen sei. Im ersten Moment entsteht ein Scherbenhaufen in der Innenwelt des Mannes. Bei kritischer Reflexion gelingt es ihm wenigstens in Ansätzen wahrzunehmen, dass der übermäßige Alkoholkonsum zeitweise zu Konflikten führte, aber dass die Kommunikation in der Ehe seit Jahren eigentlich verstummt war und es häufig nur noch um organisatorische Fragen ging, wird nicht wahrgenommen. Meistens wird ein Sündenbock gesucht, ein Lover, ein Kurschatten oder eben eine Ehefrau, der man es immer Recht machen wollte, und die mit nichts zufrieden war. Erst allmählich entdecken diese Patienten in der Therapie was Einfühlungsvermögen, Kontaktbereitschaft, Spontaneität und Wertschätzung des Anderen bedeutet, dass eine Beziehung ein ständiger Prozess der Erneuerung und Weiterentwicklung bedeutet, und dass Stillstand eher Rückschritt ist. Für viele ein ganz neues Feld, in dem dann aber auch Traurigkeit, Emotionalität und Betroffenheit entstehen. Wenn es gelingt einen Brief an die Ehefrau zu schreiben, der völlig frei von Erwartungen diese

emotionale Entwicklung darzustellen vermag, und indem es unserem Patienten gelingt sich und die Ehe aus einer Beobachtersituation darzustellen und seine Wahrnehmung und Einschätzung mitzuteilen, aber auch in Demut die vielen Jahre der Unterstützung

der Ehefrau anzuerkennen, kann häufig ein erster kleiner Schritt in die richtige Richtung vollzogen werden. Bei uns in der Therapie ist es im weiteren Verlauf dann ganz wesentlich, das Klärungs- und Versöhnungstempo zu drosseln, da viele Männer zu einer ungeheuren Ungeduld neigen, bis es zu einer ersten Kontaktbereitschaft durch die Ehefrau kommt. Um die Empathiefähigkeit weiter zu entwickeln ist es dann unsere Aufgabe mit hypothetischen Fragen darauf zu achten, dass die Männer lernen, sich ihren Frauen auf eine andere, neue Weise anzunähern, in der Zärtlichkeit und Intimität lange vor der direkten sprachlosen Sexualität steht.

Alles ist wieder gut, meine Frau kehrt zu mir zurück, es soll alles wieder wie früher werden. Wir hören das gar nicht so selten. Die Frauen zu stärken, den Männern zu vermitteln, dass Vertrauen wachsen muss und dass Annäherung Zeit braucht ist dann noch eine wichtige Frage in der weiteren Therapie, bis es dann auch zur Klärung von Alltagsfragen kommt. Wer kümmert sich um das Geld, wie soll die Erziehung der Kinder aufgeteilt werden, wer kauft ein, wer kocht, wie soll die Freizeitgestaltung aussehen, was kann jeder für sich alleine beanspruchen und viele Fragen mehr. Ich werden nie vergessen, wie eine resolute Ehefrau im Partnerseminar der Klinik den Vorwurf machte, „mein Mann will überall mitmischen zuhause und stellen Sie sich vor, was letzten Sonntag passierte: er kam um 11.00 Uhr in die Küche, hob alle Deckel von den Töpfen hoch und kritisierte mein Sonntagsessen. Er habe jetzt einen Kochkurs in der Klinik gemacht und könne das mindestens genauso gut“.

Der vaterlose Mann / Vater

Bereits in der Aufnahmephase erheben wir eine Familienanamnese, lassen uns von den Eltern erzählen, versuchen ein Genogramm gemeinsam mit dem Patienten zu entwickeln, interessieren uns für die Funktionalität des Suchtmittels. Spontan erfahren wir häufig viel über die Mütter und umso mehr wir über die Mütter erfahren, umso häufiger passiert es, dass die Väter verleugnet werden. Ich kenne meinen Vater nicht, mein Vater ist allenfalls mein Erzeuger, ich hasse meinen Vater, mit meinem Vater habe ich seit 15 Jahren keinerlei Kontakt, mein Vater ist ein Schwein. Viele Patienten, insbesondere die jüngeren drogenabhängigen Patienten haben ein Vaterbild, das geprägt ist von massiver Ablehnung, Wut, Hass und Groll. Sie haben sich solidarisiert mit der Mutter und anderen Familienmitgliedern, in der Regeln den Geschwistern, um so gemeinsam gegen den Vater ins Feld zu ziehen. Auf die Frage nach Hintergründen werden Väter dargestellt, die als streng, selbst alkoholkrank, unberechenbar, überfordert und unbekannt dargestellt werden. Wenn eigene Erinnerungen nicht vorliegen gilt es, die wenigen, oft sehr einseitigen Hinweise der Mutter unkritisch zu übernehmen. Kein Wunder, in der Loyalität galt es die Mutter zu trösten, zu unterstützen, Vaterersatz zu sein und nach der Formel: „Ich möchte nie so werden wie Vater“ auf keinen Fall selbst Alkohol- oder Drogenprobleme bekommen. Was bedeutet es, bezogen auf die Abhängigkeit, in Vaters Fußstapfen getreten zu sein, ihm unbewusst durch die Suchtentwicklung näher zu sein als es einem lieb ist. Mit dem Vater Frieden schließen, auf ihn zugehen lernen, auf seine Liebe und Wertschätzung zu hoffen, ist dann häufig ein wesentlicher Schritt in der Therapie. Briefe, die anfangs nicht abgeschickt werden, helfen dem Patienten eigene Verbitterung und Traumatisierung darzustellen aber auch die Bedürfnisse, die nicht gelebt und vermittelt

werden konnten zu verbalisieren und damit auch emotional zu empfinden. Es gibt gelegentlich dann in der Therapie tatsächlich Besuche beim Vater, in denen es zu Annäherung, gelegentlich zu Versöhnung kommen kann. Die Veränderung im



Selbstbild, der Selbstwahrnehmung und der Offenheit des Patienten durch diesen mutigen Schritt bestätigt unser Vorgehen als Therapeuten immer wieder von Neuem. Auch Vater-Sohn Wochenenden in der Klinik können manchmal kleine Wunder bewirken. Die Patienten ziehen dann aus der Therapiegemeinschaft aus und beziehen mit ihrem Vater ein Appartement im unteren Gelände. Sie können Gespräche erhalten aber auch ohne therapeutischen Anspruch „vieles gemeinsam ohne uns entdecken und erleben“.

Die neuen Väter

Ein Teil unserer drogenabhängigen Patienten hat sich im jungen Alter bereits in feste Beziehungen begeben, geheiratet, Kinder wurden geboren. Die eigene Geschichte ist gelegentlich die eines vaterlosen Vaters oder eines Vaters, der selbst sprachlos war. Dann gilt häufig die Prämisse: wenn ich schon selbst suchtmittelkrank bin, was ich ja nie werden wollte, dann will ich mir wenigstens beweisen, dass ich als Vater der beste Vater für mein Kind bin. Verwöhnung, überprotektive Struktur, vorbehaltlose Liebe und das Fehlen von Grenzen sind dann für uns in der Therapie häufig eine Art Erziehungsauftrag, um dem Kind eine Chance auf bezogene Individuation und Persönlichkeitsentwicklung zu gewähren.

Meine sehr geehrten Damen und Herren, im Jahre 2003 lautete unser Beratungsstellenthema „Bilder von Männlichkeit, Männer in der Therapie“. Sie merken, dass wir uns immer wieder auf Männerthemen beziehen und auch glauben, dass die Therapie für Männer in einer Männerklinik Zukunft hat. Manche Männer müssen erst aus einer kritischen Selbstreflexion und Überprüfung ihres Rollenverständnisses die Voraussetzung für das Gelingen von Beziehungsfähigkeit wieder erwerben oder gestalten lernen. In einer Männergemeinschaft mit Männergruppen ist somit eine Art Schutzraum möglich, in der diese Männerthemen entwickelt, dargestellt und umgesetzt werden können. Männerfreundschaften die über sportlichen Aktionismus oder Feierabendkontakte hinaus gehen, sind dabei eine wesentliche Ressource, wenn Männer untereinander erleben, dass Offenheit, Vertrauen, Wertschätzung, Kontaktinteresse und Nähe einen Beitrag zu einer Persönlichkeitsentwicklung darstellt, in dem die Fähigkeit sich anzuvertrauen, sich darzustellen und Gefühle mitzuteilen, letztlich der Weg zu Lebensfreude, Zufriedenheit und emotionaler Abstinenzfähigkeit darstellt. François Lelord hat in seinem Buch „Hektors Reise oder die Suche nach dem Glück“ seinen Protagonisten Hector auf eine Weltreise geschickt, auf der er den unterschiedlichsten Menschen die selbe Frage stellt: „Bist du glücklich?“. Bei Männern löst dies meist Belustigung aus, da es sie eigentlich verunsichert, bei Frauen ruft es eher Rührung und Trauer hervor. Wo liegt nun eigentlich das Glück? Die Quintessenz dieses schönen Buches lautet etwa: „Wer bereit ist das Glück zu teilen, bei dem wird es verweilen“.

Quellen:

Benard, Cheryl/Schlaffer, Edit

Sagt mir wo die Väter sind. Von der Arbeitssucht und Fahnenflucht des zweiten Elternteils.



Rowohlt, 1991

Biddulph, Steve
Männer auf der Suche. Sieben Schritte zur Befreiung.
Wilhelm Heyne Verlag, 2003

Jellouschek, Hans
Mit dem Beruf verheiratet. Von der Kunst ein erfolgreicher Mann, Familienvater und
Liebhaber zu sein.
Kreuz, 1996

Lelord, François
Hectors Reise oder die Suche nach dem Glück
Piper Verlag, 2005

Zobel, Martin
Wenn Eltern zu viel trinken. Risiken und Chancen für die Kinder.
Psychiatrie Verlag, 2001

Dr. med. C. Schmid

18.01.2006