

Wie kommen Männer, Väter ins Gespräch? Wo können sie abgeholt, wie eingebunden werden? Warum sollen Väter miteinander ins Gespräch kommen? Der «Vaterabend» und der «Väterdialog» in Basel sind zwei Formate, welche funktionieren.

Mit Vätern ins Gespräch kommen

«Der offene und ehrliche Austausch mit anderen Männern ist hilfreich.»

Dies ist eine Rückmeldung eines Teilnehmers des «Vaterabends» im Geburtsvorbereitungskurs. Anders als meist kolportiert, können Männer durchaus auch untereinander über emotionale Themen sprechen und in einen offenen und ehrlichen Austausch kommen. Jede Gruppe besteht aus unterschiedlichen Teilnehmern. Alle bringen ihre Fragen, Sorgen und Ängste mit. Als Eisbrecher dient nicht ein Input, sondern eine Themensammlung. Die möglichen Themen, welche besprochen werden, liegen im Raum verteilt auf Kärtchen, einige Kärtchen sind leer und können um weitere Anliegen ergänzt werden. Die Teilnehmer verschaffen sich einen Überblick und melden ihr Interesse an dem einen oder anderen Thema an. Unser Berater sammelt und priorisiert nach Interesse. So kann das aus der Sicht der Teilnehmer wichtigste Anliegen als erstes an- und besprochen werden. Weitere Themen folgen nach Interesse und meist fliessend von selbst.

«Konkrete Informationen zur Kommunikation in der Partnerschaft haben mir sehr gefallen, auch die Sexualität nach der Geburt war ein Thema.»

Fragen zur Sexualität während der Schwangerschaft, zur Vereinbarkeit von Familie und Beruf oder zur Rollenverteilung innerhalb der Familie sind Dauerbrenner, ebenso die Beziehung zum eigenen Vater. Was kann ein Vater, was kann er nicht? Wie lässt sich die eigene Partnerschaft im neuen Familiensetting neu gestalten? Der Clou an den Kärtchen: Die Auswahl erleichtert den Zugang. Der Dialog entsteht schneller, aber auch ungezwungener. Die Themen sind gesetzt, sie regen an und machen Mut, sich dazu zu äussern. Die Teilnehmer sind inhaltlich intensiv engagiert, neugierig und erstaunlich offen. Oft sind die zwei Stunden viel zu schnell vorbei.

«Ängste und Sorgen kamen zur Sprache.»

Und plötzlich werden Dinge benannt, die nicht einfach zu äussern sind: Gefühle und Emotionen, aber auch Sorgen und Ängste werden angesprochen. Sind die Themen auf dem Tisch, fällt das Reden leichter. Das in der Gruppe entstehende Bewusstsein, dass «Mann» nicht alleine mit diesen Inhalten ist, kommt eigentlich immer zum Tragen und lässt einen offenen und ehrlichen Umgang zu. So schaffen wir nicht nur die Möglichkeit, dass die Teilnehmer die Sensibilität für das Erkennen von partnerschaftlichen Problemfeldern in den noch jungen Familien entwickeln können, sondern verkleinern auch die

Hemmschwelle, diese anzusprechen. Damit sollen die Männer ermutigt werden, auch mit ihrer Partnerin «darüber zu sprechen».

«Habe noch nie mit Männern über diese Themen gesprochen.»

So lautet die sehr berührende Rückmeldung eines 70-jährigen Teilnehmers des Väterdialogs. Der «Väterdialog» findet bei uns im Männerbüro einmal pro Monat statt. Er entstand als Folgeveranstaltung des «Vaterabends» im Geburtsvorbereitungskurs – ist doch die Zeit dort schnell vorbei und der Bedarf an Austausch oft noch nicht gestillt. Daher haben wir für die Väter dieses Modul geschaffen: Hier können die Themen, Fragen und Sorgen, welche in den jungen Familien auftauchen, angesprochen werden. Es geht nicht um Fragen an einen «Experten», die Experten sind die Teilnehmer selbst. Best Practice – ein Erfolgsrezept: Die Männer kommen mit ihren eigenen, innerhalb der Familie entstandenen Themen, fragen die anderen Teilnehmer, wie sie mit diesen Situationen umgehen oder wie sie diese lösen würden. Somit entsteht eine Peer-to-Peer-Situation, welche eine intensive und lösungsorientierte Kommunikation entstehen lässt. Der «Väterdialog» steht aber nicht nur jenen zur Verfügung, welche am Geburtsvorbereitungskurs teilgenommen haben, er ist für alle Väter zugänglich. So kommt es, dass sich Männer unterschiedlicher Generationen bei uns austauschen.

Beide Angebote sind ein grosser Erfolg und widerlegen das gängige Klischee, dass Männer nicht über Eingemachtes reden können, wie dies ein weiterer Teilnehmer in seiner Rückmeldung formuliert. Allein im vergangenen Jahr konnten wir in 20 «Vaterabenden» und 9 «Väterdialogen» über 160 Männer erreichen. Das sind schöne Zahlen, die uns die Zuversicht geben, dass kleine erste Schritte wertvoll sind. Es braucht keine grossen Konzepte und gross angelegte Studien, damit Männer ins Gespräch kommen. Manchmal braucht es nur eine Plattform, wo sie ihre Sorgen, Fragen und Ängste ohne Scham ansprechen können. Und der Zugang muss hergestellt werden, zum Beispiel über den Geburtsvorbereitungskurs, über eine Beratung im Männerbüro oder via eine Beratungsstelle wie der Mütter- und Väterberatung.

Gaudenz Löhnert (51) arbeitet Mittwoch bis Freitag im Männerbüro an der Davidsbodenstr. 25 in Basel und hat dessen Geschäftsleitung inne. gaudenz.loehnert@mbrb.ch