

# Psychische Erkrankungen

## FOKUS VATER

### LEIDEN AUCH MÄNNER UNTER POSTPARTALEN PSYCHISCHEN ERKRANKUNGEN?

**Ja!** Auch Männer können nach der Geburt eines Kindes unter psychischen Störungen, insbesondere unter Depressionen oder Angststörungen, leiden. Eine Reihe von Studien belegen, dass Väter nach der Geburt eines Kindes Symptome einer Depression, einer Angst- oder einer Zwangsstörung zeigen, selbst wenn die Klassifikationskriterien für eine psychiatrische Diagnose nicht erfüllt sind.

Statistische Berechnungen haben gezeigt, dass 8,4 % bzw. 10,4 % der Väter in der Postpartalzeit eine klinisch relevante depressive Symptomatik aufweisen, mit höchsten Prävalenzen zwischen dem 3. und dem 6. Monat nach der Geburt.

Väter haben oft hohe Ansprüche an ihre neue Rolle als moderner Familienvater und leiden unter der Sorge, diesen Ansprüchen nicht gerecht werden zu können. Versagensängste, Insuffizienzgefühle, Sorge um die große finanzielle Verantwortung als Hauptverdiener sind die Folge. Daraus kann eine psychische Erkrankung entstehen.

**Wichtig! Genauso wie Frauen, können auch Männer in der Peripartalzeit unter allen psychischen Erkrankungen leiden. Leider sind sie noch stärker stigmatisiert als Frauen und das Wissen darüber ist geringer.**

Dass Väter während der Schwangerschaft und nach der Geburt erkranken können wird sehr selten thematisiert. Fachkräfte, die Familien in der Peripartalzeit begleiten, haben die Väter nicht im Fokus ihrer Aufmerksamkeit. Unkenntnis und der Eindruck, dass ihre Emotionen „nicht richtig“ sind führen dazu, dass betroffene Väter sich oft erst dann Hilfe holen, wenn die Situation einen kritischen Punkt erreicht hat.

Reizbarkeit, Aggressivität oder Gleichgültigkeit gegenüber dem Kind oder der Partnerin, Flucht in ablenkende Aktivitäten (längere Arbeitszeiten, Hobbys, Freunde), exzessiver Alkoholkonsum, aber auch Ängstlichkeit, Hoffnungslosigkeit, Gefühle der Überforderung und starke Erschöpfung sind **typische Symptome**, die Väter in der Peripartalzeit zeigen. Häufig sind körperliche Symptome ein Ausdruck von Stress und psychischer Belastung.

### WAS SAGEN DIE VÄTER?

- Obwohl meine Frau zu Hause ist und bei der Versorgung unseres Sohnes den größten Anteil übernimmt, fühle ich mich dem Ganzen nicht gewachsen
- Die Furcht ist erdrückend, das neue, aufregende Leben mit Kind plus Beruf nicht unter einen Hut zu bekommen
- Ich kann das nicht ... Ich werde diesem Kind nicht gerecht werden
- Ich sehne mich doch so sehr danach, ein guter Vater zu sein. Ich weiß nur nicht, wie. Es ist ein Gefühl vollkommener Überforderung
- Was bin ich als Mann und Vater in dieser Familie überhaupt wert?

### MUTTER KRANK, VATER KRANK?

Auch wenn die Risikokonstellationen für eine postpartale psychische Erkrankung bei Männern nicht so gut bekannt sind wie bei Frauen, spricht die Datenlage dafür, dass die Prävalenz solcher Erkrankungen bei neuen Vätern höher ist, **deren Frauen an einer psychischen Erkrankung** leiden.

Der Rollenübergang in die Elternschaft und das Hineinwachsen in die vielfältigen Beziehungsaspekte der Vaterschaft sind für den Partner durch die Erkrankung der Mutter oft abrupt: Entweder werden die Partner hochintensiv mit Versorgungsaufgaben für das Baby konfrontiert, die die Mütter nicht mehr übernehmen können, oder die Mütter versuchen wenigstens mit aller noch verbliebenen Kraft, sich um die Versorgung ihres Kindes zu bemühen, während für den Partner in ihrer Überforderung oft nur Gereiztheit, Kritik und Rückzug übrig bleiben.

**Sind die Väter psychisch stark belastet oder sogar erkrankt, werden wiederum Verlauf, Genesung und Prognose des psychischen Befindens der Mutter beeinträchtigt.**

Psychisch stabile und gut informierte Väter sind auch deswegen wichtig, weil sie dem Kind kompensatorische Beziehungserfahrungen vermitteln können, zu denen die erkrankten Mütter möglicherweise nur vermindert in der Lage sind. Eine auf die besondere Situation der Familie abgestimmte Unterstützung der Väter kann damit als Schutzfaktor für das Kindeswohl im Allgemeinen und für die kindliche Entwicklung im Besonderen wirken.