

Markus Theunert | Matthias Luterbach

Mann sein ...!?

Geschlechterreflektiert mit Jungen,
Männern und Vätern arbeiten

Ein Orientierungsrahmen für Fachleute

2. Auflage

BELTZ JUVENTA

Markus Theunert | Matthias Luterbach

Mann sein ...!?

Geschlechterreflektiert mit Jungen,
Männern und Vätern arbeiten.
Ein Orientierungsrahmen für Fachleute

2., aktualisierte und erweiterte Auflage

BELTZ JUVENTA

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronische Systeme. Die Verlagsgruppe Beltz behält sich die Nutzung ihrer Inhalte für Text und Data Mining im Sinne von § 44b UrhG ausdrücklich vor.



Dieses Buch ist erhältlich als:
ISBN 978-3-7799-8640-9 Print
ISBN 978-3-7799-8641-6 E-Book (PDF)

2., aktualisierte und erweiterte Auflage 2025

© 2025 Beltz Juventa
in der Verlagsgruppe Beltz · Weinheim Basel
Werderstraße 10, 69469 Weinheim
Alle Rechte vorbehalten

Herstellung: Myriam Frericks
Satz: text plus form, Dresden
Druck und Bindung: Beltz Grafische Betriebe, Bad Langensalza
Beltz Grafische Betriebe ist ein Unternehmen mit finanziellem Klimabeitrag
(ID 15985-2104-100)
Printed in Germany

Weitere Informationen zu unseren Autor:innen und Titeln finden Sie unter: www.beltz.de



Teil III
Anwendungen

9. Geschlechterreflektiert mit Vätern arbeiten: Ein Orientierungsrahmen für die Praxis

von Markus Theunert und Remo Rysler

Väterarbeit ist Arbeit mit Männern, die Väter sind. Wenn Väterarbeit sich nicht dem Vorwurf aussetzen will, Ungleichheiten zwischen den Geschlechtern – insbesondere die ungleiche Verteilung der unbezahlten Familien- und Hausarbeit – unkritisch zu reproduzieren, muss sie geschlechterreflektiert agieren. Dafür ist grundlegend anzuerkennen: Die von Gesellschaft, Wirtschaft und den Vätern/Paaren selbst gewünschte Bewegung hin zu stärker involvierter Vaterschaft steht noch immer im Widerspruch zu strukturellen Normalitätserwartungen und historischen Rollenbildern. Individuelle Fairnessappelle greifen deshalb zu kurz. Der Beitrag stellt eine Anwendung des fachlichen Orientierungsrahmens für die Väterarbeit vor, welche diese konzeptuell als Teilgebiet der geschlechterreflektierten Männerarbeit versteht. Er öffnet dadurch einen Denk- und Handlungsraum, der es erlaubt, diese Spannungsfelder zwischen Wandel und Persistenz zu bearbeiten und involvierte Vaterschaft als notwendige Perspektive zeitgemäßer, nachhaltiger Gleichstellungs- und Gesundheitspolitik zu begreifen. Bezüge zu den fachlichen Erfahrungen in der Arbeit mit Vätern in der Schweiz (Schwerpunkt Familiengründung und frühe Kindheit) veranschaulichen die Ausführungen.

9.1 Einstieg

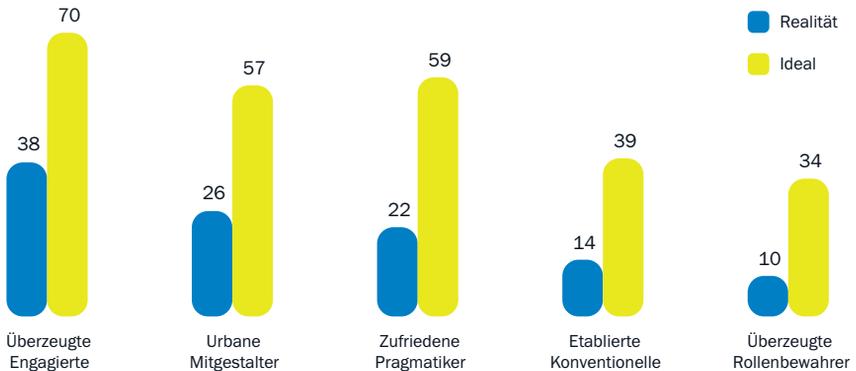
Väterarbeit ist Arbeit mit Männern, die Väter sind. Das ist sowohl eine unerlässliche Differenzierung wie auch eine wichtige Setzung: Väter sind Subjekte mit einem Geschlecht (im Sinn von *gender*). Die Arbeit mit ihnen hat deshalb auch der Dimension Geschlecht Rechnung zu tragen. Versäumt sie dies, sieht sie sich zurecht dem Vorwurf ausgesetzt, an der Zementierung einer Geschlechterordnung mitzuwirken, die stereotype Verhaltensweisen übersieht, duldet, einfordert und/oder verstärkt – und damit (unbewusst) reproduziert.

Wenn Väterarbeit als geschlechterreflektierte Arbeit mit Männern verstanden wird, die Väter sind, ist sie unweigerlich in einem (geschlechter-)politischen Kontext angesiedelt. Diese Rahmung gibt den Blick frei auf die Spannungsfelder, in denen Männer heute Väter werden und sind.

Väter heute wollen sich in großer Mehrheit stärker in der Erziehung und Betreuung ihrer Kinder engagieren und ein engeres emotionales Band zu ihren Kindern knüpfen als ihre eigenen Väter dies getan haben (BMFSFJ 2023; IfD Allens-

bach 2015, 2019, 2020, 2022). Für 53 % ist die Familie wichtiger als der Beruf (bei den Müttern sind es 78 %). 81 % der Väter geben an, dass sie für ihre Familie oft eigene Wünsche und Interessen zurückstellen (IfD Allensbach 2022). »Für das heutige Leitbild vom Vatersein ist wesentlich, dass die Figur des ›abwesenden Ernährers‹ abgelehnt wird. [...] Wunsch ist der engagierte und in der Familie involvierte Vater«, resümieren Diana Baumgarten und Andreas Bortler die Forschungslage (2016, 30). Gleichzeitig begrenzen sich Väter in ihrem tatsächlich gelebten Vatersein, insofern sie weiterhin dem ebenso wirkmächtigen Leitbild des leistungsstarken Ernährers gerecht zu werden trachten. Sie erleben sich als hin- und hergerissen zwischen diesen konkurrierenden Leitbildern. Dieses Muster zeigt sich in allen Bevölkerungsschichten resp. unter allen »Vätertypen«. Pointiert lässt sich sagen: Was Väter verbindet ist die Differenz zwischen Wunsch und Wirklichkeit. Abbildung 1 illustriert diese Aussage mit Bezug auf die fünf »Vätertypen«, welche der Väterreport 2023 des deutschen Bundesministeriums für Familien, Senioren, Frauen und Jugend empirisch hergeleitet hat (BMFSFJ 2023).

Abbildung 1 Gegenüberstellung von Wunsch und Wirklichkeit väterlichen Engagements (BMFSFJ 2023, 20)*



* Gelb ist der Anteil jener Väter, die sich egalitär an der Kinderbetreuung beteiligen möchten. Ihr Anteil schwankt je nach »Vätertypus«. Durchgängiges Muster ist, dass der blaue Balken – der Anteil der Männer pro »Vätertypus«, die sich tatsächlich egalitär für die Kinderbetreuung engagieren – deutlich geringer ist.

Dass Wunsch und Wirklichkeit nicht zueinanderfinden, wird schnell geschlechterstereotyp zu Ungunsten der Väter gedeutet. Das seien bloß Lippenbekenntnisse, heißt es dann. Selbst der Väterreport 2023 des BMFSFJ ist sich nicht zu schade, die Abweichungen in Abbildung 1 unter Rückgriff auf das arg in die Jahre gekommene Bonmot des Soziologen Ulrich Beck (1968) zu erklären, wonach die Väter heute bloß eine »verbale Aufgeschlossenheit bei weitgehender Verhaltens-

starre« an den Tag legen würden (BMFSFJ 2023, 20). Das ist aus Perspektive einer geschlechterreflektierten Väterarbeit deutlich unterkomplex. Denn dadurch wird das Spannungsfeld zwischen individuellen Bedürfnissen und strukturellen Begrenzungen völlig einseitig aufgelöst. Subtext: ›Schuld‹ sind die Väter – an den Strukturen und (Betriebs-)Kulturen kann es ja nicht liegen ... Genau wegen dieser leider immer noch gängigen diskursiven Rahmung können viele Väter selbst ihre Ambivalenzen und Zerrissenheiten kaum einordnen. Weil eine geschlechterreflektierte Kontextualisierung fehlt, setzen sich in dieser Situation viele zusätzlich unter Druck, indem sie ihr strukturell unvermeidbares Ausgespanntsein zwischen konkurrierenden Leitbildern bloß als persönliches Versagen wahrnehmen.

Tatsächlich fordern starke Kräfte – insbesondere Mütter, Politik und Arbeitsmarkt – von Vätern ein verstärktes Engagement in der unbezahlten Haus- und Familienarbeit. So erwarten 84 % der Bevölkerung, dass Väter so viel Zeit wie möglich mit ihren Kindern verbringen (IfD Allensbach 2019). 80 % äußern die Erwartung, dass Väter die beruflichen Pläne der Partnerin unterstützen (ebd.). Das ist natürlich auch völlig berechtigt und gleichstellungspolitisch alternativlos. Kritisch zu prüfen ist aber die Frage, ob die beiden zentralen Begründungsmuster – es müssen Verteilungsgerechtigkeit zwischen den Geschlechtern verwirklicht und dem Arbeitsmarkt brachliegende Fachkräftepotenziale zugeführt werden – zielgruppengerecht und motivierend sind. Denn welche Wünsche und Sehnsüchte Väter antreiben, wird kaum reflektiert. Im Vordergrund steht die verpflichtende Erwartung häuslicher Mehrbeteiligung. Diese trägt aber der von Vätern traditionell wahrgenommenen Mehrbeteiligung in der Erwerbsarbeit kaum Rechnung. 59 % der Väter empfinden Druck infolge gestiegener Ansprüche, die an sie gestellt werden (IfD Allensbach 2020).

In der Forschung und der Gesundheitsversorgung wurde die Bedeutung der Väter lange vernachlässigt. Das hat sich verändert. Väter rücken sowohl als – bislang unterschätzte – Ressource für die gesunde Entwicklung der Kinder (und der ganzen Familie) immer mehr ins Zentrum der Aufmerksamkeit wie auch als Schutzfaktor gegen psychische oder physische Gewalt. Gut belegt ist: Kinder profitieren von präsenten Vätern in ihrer kognitiven und sozialen Entwicklung ebenso wie mit Blick auf ihre mentale und somatische Gesundheit. Mütter profitieren gesundheitlich und mit Blick auf ihr berufliches Fortkommen. Auch die Gesundheit der Väter selbst wird durch die gelingende Bewältigung des Übergangs in die Elternschaft gestärkt (Allen & Daly 2007).

So wächst der Beteiligungsdruck auf die Väter kontinuierlich. Gleichzeitig zeigen sowohl die Väterforschung wie auch die Praxis der Väterarbeit eindrücklich, dass Vaterschaft für Männer eine anspruchsvolle Entwicklungsaufgabe ist. Sie stellt in der männlichen – noch immer stark auf Erwerb ausgerichteten – Biografie einen massiven Einschnitt dar. Jungen, Männer und werdende Väter werden aber kaum darauf vorbereitet: weder in der Schule, in der Familie, in der Ausbildung noch durch die perinatale Gesundheitsversorgung.

Diese Einleitung soll aufzeigen: Väterarbeit vollzieht sich in Spannungsfeldern, sobald sie sich geschlechterreflektiert positioniert und damit gleichstellungspolitisch kontextualisiert. Einerseits soll sie Väter bei der Klärung ihrer ganz individuellen Wunschkonzepte unterstützen und ihnen Instrumente zur Verfügung stellen, um diese zu verwirklichen. Das ist ein qualitatives Gleichstellungsziel. Andererseits soll sie Väter im Auftrag Dritter dazu bringen, zuhause mehr zu leisten, emotionaler präsenter zu sein, ein stärkeres Band zu ihren Kindern zu knüpfen und größere Anteile der Betreuungsaufgaben wahrzunehmen. Das ist ein quantitatives Gleichstellungsziel (es betrifft vor allem heterosexuelle Paarkonstellationen, die in diesem Artikel im Zentrum stehen).

Diese beiden Gleichstellungsziele resp. -achsen (vgl. BMFSFJ 2020, 92) stellen ein potenzielles Spannungsfeld dar. Deshalb brauchen Fachleute Klarheit, wie sie damit umgehen, wenn das quantitative Umverteilungsziel nicht mit den Bedürfnissen, Neigungen oder Möglichkeiten des ratsuchenden Vaters bzw. der ratsuchenden Familie übereinstimmt. Wie verhalten wir uns als Fachleute gegenüber den gleichermaßen legitimen, aber potenziell widersprüchlichen Forderungen nach individueller Wahlfreiheit und gesellschaftlicher Verteilungsgerechtigkeit?

Geschlechterreflektierte Väterarbeit hat sich diesem Spannungsfeld zu stellen und Wege zu erschließen, verantwortungsvoll mit diesem umzugehen. Halten wir am Anspruch fest, geschlechterreflektiert zu arbeiten, lässt sich der Zielkonflikt nicht einseitig auflösen. Der vorliegende Beitrag lotet aus, wie ein fachlich angemessener Umgang konkret gelingen kann. Er stützt sich dabei einerseits auf die praktischen Erfahrungen der Väterarbeit im Rahmen des nationalen Programms MenCare Schweiz und andererseits auf den fachlichen Orientierungsrahmen, den Markus Theunert und Matthias Luterbach unter dem Titel ›Mann sein ...!‹ veröffentlicht haben (Theunert & Luterbach 2021).

Der Artikel versucht, auf drei Ebenen Orientierung zu schaffen:

- in der Herleitung einer fachlichen Antwort auf die Frage, was Vaterschaft heute auszeichnet – und zwar in bewusster Abgrenzung zu Konzepten von Mutterschaft und ›geschlechtsneutraler‹ Elternschaft;
- in der Darstellung eines allgemeinen Orientierungsrahmens für die geschlechterreflektierte Arbeit mit Männern;
- in der Übertragung des Orientierungsrahmens für die Anwendung in der Väterarbeit.

9.2 Weshalb überhaupt (geschlechterreflektierte) Väterarbeit?

Väterarbeit zwischen Druck und Drang

52,3 Stunden unbezahlte Haus- und Familienarbeit leisten Mütter in der Schweiz pro Woche, 31,7 Stunden die Väter (s. Tabelle 1). Das ergibt eine prozentuale Verteilung von 62 % zu 38 %.

Tabelle 1 Familiäre Aufgabenteilung bei Eltern von Kindern im Alter von 0 bis 14 Jahren im Zeitvergleich 1997/2020 (eigene Darstellung mit Zahlen des Bundesamts für Statistik)*

		Haus- und Familienarbeit	Freiwilligenarbeit	Erwerbsarbeit	Total
Mütter	2020	52,3 h	1,3 h	16,1 h	69,7 h
	1997	51,6 h	2,0 h	10,8 h	64,4 h
	Verlauf	+0,7 h	-0,7 h	+5,3 h	+5,3 h
Väter	2020	31,7 h	1,0 h	35,4 h	68,1 h
	1997	21,8 h	1,8 h	40,7 h	64,3 h
	Verlauf	+9,9 h	-0,8 h	-5,3 h	+3,8 h

* Angaben für das Jahr 2021 für Familien mit Kindern im Alter von 0–17 Jahren gemäß <https://www.bfs.admin.ch/bfs/de/home/statistiken/bevoelkerung/familien/erwerbs-haus-familienarbeit.assetdetail.25605562.html> (Zugriff 23.07.2024).

Diese Zahl ist aussagekräftig: Denn einerseits bringt sie glasklar zum Ausdruck, wie weit entfernt der Sollzustand einer hälftigen Aufgabenverteilung noch ist. Dass dies der Sollzustand ist, ist politisch unbestritten. Das deutsche Bundesfamilienministerium formuliert etwa: »Was das Grundgesetz (Art. 3 Abs. 2) und der Vertrag von Lissabon (Art. 3 Bst. 3 Abs. 2) fordern, lässt sich auch ganz einfach fassen: als Auftrag, alle Ressourcen und Belastungen, alle bezahlten und unbezahlten Arbeiten fair, also hälftig, zwischen den Geschlechtern zu verteilen« (BMFSFJ 2020, 9). Auch die Schweizer Gleichstellungsstrategie 2030 fordert die »ausgeglichene Aufteilung von bezahlter Arbeit und unbezahlter Haus- und Familienarbeit« (Bundesrat 2021, 8.) Andererseits belegt sie eine doch auch erstaunlich hohe Beteiligung von Vätern an der Haus- und Familienarbeit.

Die Analyse im Zeitvergleich offenbart drei weitere zentrale Einsichten:

1. Eltern stehen unter Druck: Die zeitliche Gesamtarbeitsbelastung von Müttern und Vätern ist vergleichbar hoch – und insgesamt steigend.
2. Väter erbringen den Tatbeweis: Ihr Engagement in Haus und Familie hat zwischen 1997 und 2020 um 9,9 Stunden pro Woche zugenommen, das Erwerbspensum um 5,3 Stunden pro Woche abgenommen.
3. Mütter finden keine Entlastung: Die Mütter übernehmen zwar die Erwerbsarbeitsstunden, welche die Väter weniger leisten. Gleichzeitig finden sie in der Haus- und Familienarbeit aber keine Entlastung, obwohl sich die Väter mehr engagieren (die Gründe können nur kurz angetippt werden: Vermutlich erhalten die Kinder dank des väterlichen Efforts einerseits insgesamt mehr Zuwendung, andererseits übernehmen Väter zwar mehr direkt-betreuerische Tätigkeiten, aber nicht im gleichen Maß die damit verbundene Hausarbeit und Familienmanagementverantwortung – Stichwort: *Mental Load*).

In unseren Weiterbildungen für Fachleute¹ erweist sich diese Statistik als erhellend. Denn sie veranschaulicht treffend das Grundgefühl vieler Eltern: Die Mütter stehen unter Druck und fühlen sich von ihren Partnern vielfach allein gelassen mit den häuslich-familiären Pflichten. Die Väter stehen unter Druck und fühlen sich in ihrem häuslich-familiären Engagement oftmals nicht ausreichend wahrgenommen – weder von ihren Partnerinnen noch von den Arbeitgebenden und der Politik. Denn Letztere halten trotz aller Veränderungen an ihren Appellen fest und fordern mehr familiäres Engagement von Vätern ein, ohne ihnen gleichzeitig ein attraktives Entlastungsangebot zu machen. Was diffus als verbesserte *Work-Life-Balance* in Aussicht gestellt wird, erweist sich bei genauer Betrachtung als faules Versprechen: nämlich als Versuch, den Vätern neben ihrer Erwerbsarbeit mehr Familienarbeit zu übertragen, um das weibliche Fachkräftepotenzial für den Arbeitsmarkt freizuspielen. Der Widerstand der Väter gegenüber einer verstärkten (Job-)Work-(Family-)Work-Belastung ist in dieser Perspektive durchaus rational und begründet.

Statt an Fairness und Gemeinsinn von Vätern zu appellieren, tut Väterarbeit gut daran, an den Wünschen und Sehnsüchten von Vätern anzuknüpfen. Diese sind vorhanden, konkurrieren aber mit dem traditionellen Ernährerauftrag. Diese Widersprüche müssen benannt und bearbeitet statt unter den Teppich gekehrt werden, wenn Väter zu eigenmotivierten Akteuren des Wandels werden

1 Zwischen 2021 und 2023 hat männer.ch im Rahmen des Projekts ›Präsenze Väter – Starke Familien‹ mit Unterstützung durch die Stiftung Gesundheitsförderung Schweiz in insgesamt 60 Institutionen der perinatalen Gesundheitsversorgung und der frühen Kindheit eintägige Weiterbildung zur Frage gegeben, wie Väter früher und besser erreicht und einbezogen werden können. Daraus ist ein Leitfaden für Fachleute entstanden (Theunert & Crettenand 2023), der kostenlos zur Verfügung steht unter https://www.maenner.ch/wp-content/uploads/2024/01/LeitfadenVaetereinbeziehen_DE_Digital.pdf.

sollen. Das ist ganz zentral auch eine Frage des Timings. Aus einer gleichstellungspolitischen Perspektive setzt Väterarbeit heute viel zu spät an – nämlich erst nach Schwangerschaft, Geburt und den ersten Lebensmonaten, in denen die heutigen Elternzeitregelungen Müttern einen unaufholbaren Erfahrungsvorsprung verschaffen. Das Ziel müsste demgegenüber sein, dass sich die Schere bei der Familiengründung gar nicht erst öffnet und so mütterliche und väterliche Kompetenzentwicklung Schritt halten können. Das bedingt nicht nur geeignete politische Rahmenbedingungen, sondern auch (möglichst flächendeckend implementierte) Angebote und Impulse für die Zielgruppe Väter bereits vor und in den Wochen und Monaten nach der Geburt.

Die Plattform Niudad

Seit Februar 2023 ist die Plattform www.niudad.ch online, die sich ausdrücklich an werdende Väter richtet. Ein Test »Welcher Vater willst du sein?« lädt zur Auseinandersetzung mit den eigenen Bildern von Vaterschaft und Väterlichkeit ein. Zahlreiche Wissensbeiträge versuchen fachlich fundiert, aber journalistisch vermittelt Antworten auf jene Fragen zu geben, die werdende Väter umtreiben. Diese Elemente schaffen den Rahmen für den eigentlichen Zweck der Niudad-Plattform: die Vermittlung von spezifischen Väterrunden im Rahmen der ordentlichen Geburtsvorbereitungskurse. Diese Paarkurse werden in der Schweiz von Spitälern, Geburtskliniken und größeren Hebammenpraxen angeboten und durch die Krankenkassen bezuschusst. Sie umfassen mehrere Kursabende oder ein kompaktes Kurswochenende. Inhaltlich sind sie aus historischen Gründen stark auf die Geburt selbst fokussiert und behandeln Fragen der künftigen Arbeitsorganisation oder Veränderungen in der Paardynamik nur am Rand.

Während einer zweistündigen Sequenz werden die Männer im Rahmen der Väterrunden von einem ausgebildeten Kursleiter aus dem Paarkurs »entführt«. Sie sollen dabei Impulse erhalten, um ein Bild von sich als Vater zu entwickeln und die Gestaltung des »Abenteuers Vaterschaft und Elternschaft aktiv an die Hand zu nehmen« (Auszug aus dem Curriculum).

Als Wissensziele sind definiert:

- Die Bedeutung des Vaters für die (früh-)kindliche Entwicklung grob kennen. Eine evidenzbasierte Antwort auf die Frage haben: Wozu brauchen Kinder Väter? Und weshalb von Anfang an?
- Aufgaben und Möglichkeiten von Vaterschaft erfassen können: Welche Formen der Fürsorge gibt es? Was braucht ein Kind im Minimum? Was muss ich tun, um als Vater gut genug zu sein?
- Die anstehenden Herausforderungen realistisch einschätzen können. Auf die ganze Spannweite möglicher Erfahrungen und Erlebensweisen vorbe-

reitet sein (heiße Themen: Stillen, Sexualität, Autonomieverlust; heikle Gefühle: Neid, Ausgeschlossen-Fühlen, Decke-fällt-auf-den-Kopf, Enge).

Als Prozessziele sind definiert:

- Bewusst werden: Familiengründung verändert mich mit/in meinen verschiedenen Beziehungen und Rollen.
- Einen bejahenden Schritt in die Vaterrolle ermöglichen.
- Zuversicht gewinnen: »Ich schaff das« bzw. »Wir schaffen das«.
- Vielfalt: Väter erleben Geburt/Familiengründung sehr unterschiedlich. Es gibt kein richtig/falsch. Und es lässt sich nicht zuverlässig prognostizieren, was Vaterschaft mit euch machen wird. Offenheit hilft.
- Community Building: Teil der Gemeinschaft der Väter werden.
- Klärung: Was brauche ich von wem, um gut in der Vaterrolle anzukommen?

Warum Väter (und nicht Eltern) stärken?

Wenn sich familiäre Formen immer mehr flexibilisieren und der – legitime – Ruf erklingt, alle Familienformen als gleichwertig anzuerkennen: Braucht es dann überhaupt noch Väter und Väterlichkeit? Sollte stattdessen nicht vielmehr Elternschaft denaturalisiert und damit geöffnet werden?

Aus der Perspektive der praktischen Väterarbeit fällt die Einschätzung leicht: Das wäre eine Übersprungshandlung. Denn Elternschaft ist bis heute noch so sehr ein Synonym für Mutterschaft, dass dies kaum eine geeignete Maßnahme wäre, um Väter stärker in die Familien zu integrieren. Solange sich Eltern als Väter *oder* Mütter erleben (und dies gilt immer noch für eine große Mehrheit der Menschen), kann es keine ›geschlechtsneutrale Elterlichkeit‹ geben, wenn wir bestehende Schräglagen nicht unbesehen reproduzieren wollen. Denn das Beharren auf ›Geschlechtsneutralität‹ würde in dieser Situation bloß zur Kaschierung bestehender Ungleichheiten führen, die dadurch ungesehen und unbesehen weiterbestehen könnten.

Es gilt deshalb, zumindest als unerlässlichen Zwischenschritt, die Betroffenen und die (überwiegend weiblichen) Fachleute – insbesondere die in den Institutionen der perinatalen Gesundheitsversorgung und der frühen Kindheit – für die Anliegen von Vätern zu sensibilisieren und ihnen zu vermitteln, wie sie Väter erfolgreich erreichen, beraten und begleiten können. Die Praxis zeigt, dass diese Impulse der Väterarbeit auf einen großen institutionellen Bedarf des weiblich geprägten Hilfesystems stoßen.

Die Mütter- und Väterberatung des Kantons Bern hat sich vor fünf Jahren dazu entschieden, den schweizweit ersten Väterberater anzustellen. Diese Auf-

gabe nimmt Remo Ryser, Co-Autor des vorliegenden Beitrags, wahr. Er hat als Grundlage für die Entwicklung seines Angebotsportfolios auch die Beratungskolleginnen befragt, in welchen Situationen sie selbst froh wären, Väter an einen männlichen Berater triagieren zu können. Genannt wurden (Auflistung nach Häufigkeit der Nennungen):

- bei Fragen väterlicher Identität und Praxis;
- für die Auseinandersetzung mit Rollenbildern und bei Spannungen rund um die Rollenaufteilung;
- beim Umgang mit schwer erreichbaren (oft bildungsfernen und/oder sehr traditionell eingestellten) Vätern;
- bei Erziehungskonflikten und Herausforderungen rund um die Familien- und Paardynamik;
- bei intimen, schambehaftete Männer-/Väterthemen (emotionale Krisen, Überforderung, Sexualität, Kräfte-Management etc.);
- bei jungenspezifischen Fragestellungen;
- zur Förderung einer supportiven Haltung gegenüber der Mutter.

Vom Bedürfnis nach dem väterlichen Alleinstellungsmerkmal

Innerhalb weniger Jahrzehnte hat sich das gesellschaftliche Bild ›des Vaters‹ fundamental geändert. In Deutschland hatte der Ehemann bis 1958 – dann trat das »Gesetz über die Gleichberechtigung von Mann und Frau auf dem Gebiet des bürgerlichen Rechts« in Kraft – das alleinige Bestimmungsrecht über Frau und Kinder. Zuvor verfügte Paragraf 1354 des Bürgerlichen Gesetzbuchs von 1896 unmissverständlich: »Dem Manne steht die Entscheidung in allen das gemeinschaftliche eheliche Leben betreffenden Angelegenheiten zu; er bestimmt insbesondere Wohnort und Wohnung«. Die Schweiz etablierte sogar erst 1988 ein modernes Eherecht. Bis dahin war die Rollenteilung von Gesetzes wegen festgeschrieben: Er ist ›das Haupt der Gemeinschaft‹, ›sie führt den Haushalt‹.

Diese wenigen Zeilen zeigen, wie grundlegend sich das gesellschaftliche Verständnis der elterlichen Rollen verändert hat. Das Problem: Die frühere Klarheit ist weggefallen, ohne dass ein neues Leitbild Orientierung geben würde. Das mag langfristig sinnvoll sein, führt kurzfristig aber erst mal zu einer Reproduktion traditioneller Aufgabenteilungen (vgl. Teil I, Kap. 2.1) und zu viel Orientierungslosigkeit bei einem beträchtlichen Anteil der Väter. Oder positiv gesagt: Die gesellschaftlichen Veränderungen öffnen herausfordernde Explorations- und Gestaltungsräume für die heutige Vätergeneration.

Weshalb braucht es Väter überhaupt? Gerade die werdenden Väter, denen wir in unseren Geburtsvorbereitungskursen begegnen, sehnen sich nach positiven

Rollenmodellen, die den Weg weisen, um eine innigere, eigenständigere und stärker im Alltag verwurzelte Beziehung zum eigenen Kind aufzubauen – anders vielfach, als sie das in der Beziehung zu ihrem eigenen Vater erlebt haben. Doch ist dieser Vater dann nicht einfach eine ›männliche Mutter‹? Wie lässt sich die Sehnsucht der Väter nach einem eigenständigen Profil oder einer Art ›Alleinstellungsmerkmal‹ stillen? Welche Zielperspektive, welches Leitbild können wir den Vätern und auch den (meist weiblichen) Fachleuten der perinatalen Gesundheitsversorgung und der frühen Kindheit an die Hand geben?

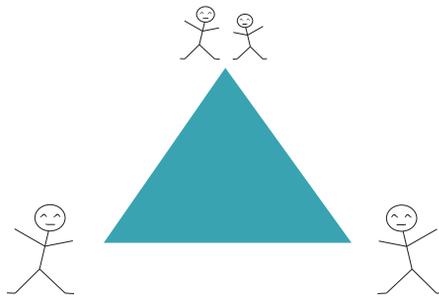
In unseren Weiterbildungen bieten wir den involvierten »good enough«-Dad (vgl. Walter 2008) als Referenz an. Das Attribut »involviert« verweist auf das Konzept des *paternal involvement* (Dermott 2003), das zwei Faktoren väterlichen Engagements umfasst:

- *being engaged* = zeitliches Engagement (physische Präsenz);
- *being concerned* = emotionales und mentales Engagement (emotionale Präsenz und *Mental Load*).

Mit dem Bild des »good enough«-Dads versuchen wir, Väter vor der Leistungs- und Perfektionsfalle zu schützen. Diese droht, wenn sich traditionell männliches Wettbewerbsverhalten auf das Gebiet der Vaterschaft ausdehnt. Wir erleben in der Väterarbeit zwar wenig Konkurrenzverhalten unter Vätern, beobachten aber eine Tendenz zur Idealisierung und Stilisierung von Väterlichkeit. Hebammen berichten, dass sie vermehrt Vätern begegnen, die sich ihrer Bedeutung versichern, indem sie enormen Eifer bei der Beschaffung von High-Tech-Kinderwagen & Co. an den Tag legen. Verbreitet ist auch eine Alles-geht-wenn-Mann-nur-will-Mentalität bei gleichzeitiger Ausblendung des Umstands, dass Zeit und Energie erschöpflich sind. Der ›hinreichend gute‹ Vater ist in dieser Perspektive das lebensstaugliche Gegenmodell zum ›Superdaddy‹ als zeitgeistig modernisierter Version des immer leistungsstarken Alles-im-Griff-Mannes traditioneller Prägung. Damit verbunden sind durchaus normative Ansagen an die Adresse (werdender) Väter: Es braucht dein *involvement* – zeitlich und emotional-mental. Aber niemand erwartet von dir, dass du perfekt bist. Es reicht, wenn du so gut Vater bist, wie du sein kannst.

Dieser involvierte »good enough«-Dad hat zumindest eine Aufgabe, die exklusiv an seine Rolle als nicht gebärender Elternteil gebunden ist. Sie besteht darin, das Kind in seiner natürlichen Autonomiebewegung aus der Mutter-Kind-Symbiose hinaus zu unterstützen und in seinem Pendeln zwischen Bindung und Schutz einerseits, zwischen Autonomie und Weltentdeckung andererseits zu begleiten. Diese Funktion als ›Dritter im Bunde‹ ist für Väter ein wertvoller Anker. Denn sie knüpft am zentralen biologischen Unterschied zwischen Mutter und Vater – der Fähigkeit, ein Kind auszutragen und zu gebären – an, ohne daraus weitere biologische Zuschreibungen abzuleiten.

Abbildung 2 Schematisierte Darstellung der Familien-Triade



Es hat sich in der praktischen Arbeit mit Vätern (und Familien) bewährt, diese Dynamik innerhalb der Familien-Triade aufzuzeichnen oder – noch wirkungsvoller – mit Holz-, Playmobil- oder anderen Figuren räumlich darzustellen und bewusst damit zu arbeiten. Das unterstützt Väter enorm, ganz wörtlich ›ihren Platz‹ zu finden. Gleichzeitig unterstützt das Familien-Triade-Schema auch perinatale Fachpersonen dabei, der sich häufig (unbewusst) einschleichenden Tendenz der einseitigen Fokussierung auf die Mutter-Kind-Dyade entgegenzuwirken.

Die provokative Frage »Weshalb braucht es Väter überhaupt?« öffnet dabei vielfach Tür und Tor für Auseinandersetzungen zur Frage, welchen Unterschied ›präsen­te‹ Väter gegenüber ›abwesenden‹ Vätern im triadischen Gefüge machen können.

Dazu gehört auch der Hinweis, dass die dargestellte bürgerliche Kernfamilie und die Vorstellung einer alleinigen Versorgung der Kinder durch die Mutter eine evolutionäre Sonderstellung einnehmen. Vor der industriellen Revolution vor ca. 250 Jahren dürften in der Regel – so zumindest vertreten es verschiedene Forschende aus Soziologie und Anthropologie (u. a. Maihofer et al. 2001; Blaffer Hrdy 2016; van Schaik & Michel 2020) – mehr als eine bzw. zwei Personen an der Fürsorgearbeit beteiligt gewesen sein. Dieser These folgend werden Menschen auch den »cooperative breed­ers« zugeordnet und das erweiterte Sorge-Netz als »alloparenting« oder »shared care« bezeichnet. Van Schaik und Michel bezeichnen das gemeinsame Aufziehen von Kindern im Verbund gar als das zentrale Erfolgsrezept unserer Spezies (2020, 94).

In der praktischen Arbeit verknüpfen wir diese Einordnungen mit zwei Botschaften an und für Väter:

1. Du bist wichtig. Deine Beteiligung macht einen wesentlichen Unterschied und ist menscheitsgeschichtlich nichts Außergewöhnliches. Oder anders gesagt: Dass die Mutter alles oder die Mehrheit der Aufgaben leisten soll, ist eine relativ neue und vor allem eine völlig unrealistische Vorstellung.

2. Von dir als Vater hängt nicht alles ab. Hol dir bzw. holt euch Unterstützung seitens Großeltern, Pat_innen, Nachbar_innen, Freund_innen, aber auch durch Fachleute und die Institutionen familienergänzender Kinderbetreuung etc. Oder anders gesagt: Baut euch euer eigenes Familiendorf (im Sinne des vielzitierten afrikanischen Sprichwortes: »Es braucht ein ganzes Dorf, um ein Kind aufzuziehen«). Denn Familie im kleinbürgerlichen Modell ist eine Zustimmung – und Überforderung fast schon vorprogrammiert.

Exkurs: Der fachliche Orientierungsrahmen für die geschlechterreflektierte Männerarbeit

»Geschlechterreflektierte Männerarbeit bezeichnet die fachliche Begleitung von Jungen, Männern, Vätern, älteren Männern und Großvätern zur Stärkung ihrer Beziehungs- und Lebenskompetenzen mit dem indirekten Ziel, ihre konstruktive Beteiligung bei der Schaffung gerechter Geschlechterverhältnisse zu ermöglichen«, lautet die Definition von Theunert und Luterbach (s. Teil I, Kap. 3.2). Geschlechterreflektierte Männerarbeit unterscheidet sich demnach von einer (vermeintlich) »geschlechtsneutralen« Arbeit mit Männern durch das Erfordernis, als Fachperson auch Verantwortung für den Auftrag zu übernehmen, Männern eine Brücke in den Gleichstellungsprozess zu bauen (zum Spannungsfeld zwischen Haltung und Manipulation: s. Teil II, Kap. 5.6). Um diesen Anspruch einlösen zu können, braucht die Fachperson ein grundlegendes geschlechtertheoretisches Wissen:

Erste Erkenntnis: Auch Männer werden nicht als Männer geboren, sondern werden zu Männern (gemacht), weil sie sich an kulturell vermittelten Männlichkeitsanforderungen orientieren, um sich ihrer Zugehörigkeit zur Gruppe »anerkannter« Männer zu versichern. Sie stellen dafür ein männliches Selbstverhältnis her: Ihr individuelles Mannsein bezieht sich auf kulturelle Vorstellungen von Männlichkeit. Dabei gibt es zwar etliche Spielräume, sofern sie bereit sind, bei Abweichungen Sanktionen in Kauf zu nehmen. Nur die Freiheit, als männlich gelesene Person *kein* männliches Selbstverhältnis zu entwickeln, besteht nicht.

Zweite Erkenntnis: Wenn Männlichkeit kulturell geprägt ist, dann ist sie nicht nur wandelbar, sondern muss auch veränderbar sein. Insofern die herrschenden Männlichkeitsanforderungen in mannigfaltiger Weise (mit-)verantwortlich sind für gesellschaftliche Probleme und individuelles Leiden, lautet die Anschlussfrage: Was wären denn wünschbare Entwicklungsalternativen? Wie könnten und sollten Männlichkeit(en) reflektiert und verändert werden?

Der fachliche Orientierungsrahmen verzichtet auf eine nähere inhaltliche Bestimmung »funktionaler Männlichkeiten«. Er versteht sich nicht als Landkarte, welche das Erreichen eines definierten Ziels, sondern als Kompass, der das Suchen des eigenen Wegs erleichtert. Im Zentrum steht die Empfehlung, Männerarbeit als Beitrag zur »Entselbstverständlichung« vermeintlich naturgegebener Männlichkeitskonzepte zu verstehen (und dabei als Fachperson auch eigene Männlichkeitsvor-

stellungen immer wieder kritisch zu überprüfen). Dies wird als Teil der Kompetenz verstanden, Vorstellungen von Geschlecht in ihrer historischen und gesellschaftlichen Bedingtheit zu verstehen, in ihrer Relativität einzuordnen und damit auch ihre Veränderbarkeit zu erfassen.

Der eigentliche Kompass besteht aus dem sogenannten *triple development*-Konzept.

Abbildung 3 Konzept der dreifachen Entwicklung (s. Teil II, Kap. 5)



Seine Kernaussage: Geschlechterreflektierte Männerarbeit muss gleichwertig und gleichzeitig unterstützend, begrenzend und öffnend wirken. Sie gelingt in der Balance dieser drei unterschiedlichen Haltungen und Ansätze.

Der Aspekt des *Unterstützens* fokussiert Männer als Individuen im Spannungsfeld widersprüchlicher Männlichkeitsanforderungen. Die fachliche Aufgabe besteht darin, das männliche Selbst- und Weltverhältnis des Klienten empathisch-akzeptierend zu erschließen. Dafür braucht sie ein Grundverständnis männlicher Sozialisation und deren Folgen (z. B. in Bezug auf Gefühls-/Schmerzwahrnehmung).

Der Aspekt des *Begrenzens* fokussiert Männer und ihre Positionierung in einer Gesellschaft, die sich entlang einer binären, heteronormativen Geschlechterordnung strukturiert. Die fachliche Aufgabe besteht darin, den Mann in der Auseinandersetzung mit seiner strukturell privilegierten gesellschaftlichen Position zu begleiten (was nicht weniger wichtig, aber durchaus schwieriger wird, wenn die individuelle Position und Ressourcenlage weniger privilegiert sind). Die Fachperson muss sich dafür zuerst selbst bewusst machen, wie in unserem patriarchal geprägten System die männliche Perspektive als gesellschaftlich-kulturelle Norm und Nullpunkt konstruiert wird. Das ist deshalb besonders anspruchsvoll, weil ein zentrales Privileg von Männern darin besteht, voller Überzeugung an der Illusion festhalten zu können, keine strukturellen Privilegien zu genießen.

Der Aspekt des *Öffnens* weitet den Horizont. Hier geht es darum, zusammen mit dem männlichen Klienten die Welt jenseits binär-heteronormativer Geschlechter-

ordnungen zu erkunden. Dafür muss die Fachperson verstehen, wie Männer in ihrem Selbstverhältnis Macht und Kontrolle über sich und andere ausüben, Entfaltungsräume begrenzen und (fragile) Männlichkeit über das Unterlassen ›unmännlicher‹ Handlungen herstellen. Es geht darum, die Veränderbarkeit von Männlichkeit zu verstehen und eine Pluralität männlicher Lebensweisen denken und annehmen können. Fachpersonen sollten über Positivperspektiven »gelingenden Mannseins« verfügen (s. a. Theunert 2023).

Die fachliche Haltung entwickelt sich so weg von einem festen Standpunkt hin zu einer fortlaufenden Balancebewegung, um das Dreieck im Gleichgewicht zu halten. Das Dreieck ist also kein statisches Modell. Es braucht eine dynamische Positionierung der Fachperson. Sie soll keine festen Gewissheiten haben, sondern selbst in Bewegung sein. Teil der fachlichen Auseinandersetzung mit dem Instrument ist die Frage: Wo zieht es mich hin? Wo stößt es mich ab? Denn ›Geschlechterreflexion‹ ist kein Zustand, sondern ein Prozess. Das Dreieck ist in diesem Sinn ein Instrument zur kontinuierlichen kritischen Selbstüberprüfung und Reflexion des eigenen fachlichen Handelns.

9.3 Anwendung des Orientierungsrahmen in der Väterarbeit

Wie lässt sich der fachliche Orientierungsrahmen für die geschlechterreflektierte Arbeit im konkreten Setting Väterarbeit nutzbar machen?

Unterstützen

Vaterschaft ist für Männer eine Herausforderung: In einer historischen Perspektive betreten sie als alltagsnah involvierte Väter – nach einer Epoche, in der die kulturelle Vorstellung dominant war, Kinderbetreuung sei eine mütterliche bzw. weibliche Domäne – unbekanntes Terrain. Aufgrund ihrer männlichen Sozialisation fehlen ihnen zugleich Werkzeuge, um sich selbst in diesem anspruchsvollen Übergang ›gut‹ zur Seite zu stehen. Denn gesellschaftliche Männlichkeitsanforderungen verlangen von Jungen und Männern bis heute, dem Bild des souveränen Machers zu genügen. Gefühle im Allgemeinen und Gefühle der Schwäche im Besonderen bedrohen die verlangte Inszenierung von Souveränität. Eine bei vielen Männern wenig geschulte emotionale Selbstwahrnehmung und -führung ist die logische Folge.

Das ist eine schwierige Ausgangslage, wenn die Entwicklungsaufgabe darin besteht, sich als Vater mit seinen Bedürfnissen und Begrenzungen wahr und ernst zu nehmen. Im Aspekt des ›Unterstützens‹ sind deshalb Fachleute der Väterarbeit zuerst einmal auf der motivationalen Ebene gefordert, den (werdenden) Vater dabei zu unterstützen, sich überhaupt aktiv um seine vaterschaftsbezoge-

nen Fragen kümmern zu wollen und die Entwicklung jenes liebevoll-sorgsamem Selbstbezugs zu begleiten, der dieses Kümmern erlaubt. Auf einer inhaltlichen Ebene geht es darum, väterlichen Anliegen und Verletzlichkeiten Raum zu geben und diesen Gehör zu verschaffen. Dies ist eine anwaltschaftliche Funktion: Fachleute sollten Väter ermutigen und ermächtigen, die eigenen Gefühle und Bedürfnisse als Mann und Vater wahrzunehmen und für sie einzustehen. Das ist nicht zuletzt ein wichtiger Schutzfaktor, um Traumatisierungen rund um Geburt und Familiengründung vorzubeugen (Meyer et al. 2022).

Eine besondere Bedeutung hat die Arbeit an der Selbstwirksamkeitserwartung des (werdenden) Vaters. Weil Männer genealogisch kaum auf Vaterschaft vorbereitet werden (und beispielsweise die wenigsten Männer von sich aus auf die Idee kommen, mit ihrem eigenen Vater darüber zu sprechen, wie er sein Vatersein erlebt hat), ist eine realistische Selbstwahrnehmung und ein gesundes Vorschussvertrauen in die eigenen Potenziale und Kompetenzen als Vater keineswegs selbstverständlich. Die fachliche Aufgabe besteht darin, Vaterschaft als Doppeltes zu rahmen: als selbstverständliches Talent, das in jedem Mann angelegt ist *und* als Herausforderung, für deren erfolgreiche Bewältigung jeder Mann sich die entsprechenden Kompetenzen Schritt für Schritt durch Sich-Einlassen und Übung erwerben muss.

Gleichzeitig gilt es – trotz Fokus auf den Vater und seine Väterlichkeit – die ›klassische‹ Unterstützungsfunktion (als zentrales Support- und Entlastungselement für die Mutter, durchaus im assistierenden Sinn) weder auszublenden noch abzuwerten.

Tabelle 2 zeigt fünf aus unserer Sicht zentrale Entwicklungsaufgaben von Vätern im Aspekt des ›(sich) Unterstützens‹. Dazu formulieren wir korrespondierende Aufgaben der Fachleute, die Väter begleiten.

Tabelle 2 Aspekt des Unterstützens in der Arbeit mit Vätern – Fortsetzung nächste Seite

Väterliche Entwicklungsaufgaben	Aufgaben der Institutionen/perinatale Gesundheitsversorgung und frühe Kindheit
Sich mit seinen Bedürfnissen wahr- und ernst nehmen. Sich selbst (liebevoll) führen wollen und können.	Väter ansprechen und auch ganz konkret anschauen.
Verstehen, welche Erfahrungen und Entbehrungen das eigene Vaterbild geprägt haben.	Den Vater mit seinen widersprüchlichen, zum Teil offensichtlich (auf den ersten Blick) unvereinbaren Positionen und Aussagen an- und ernst nehmen.
Sich mit biografischen und gesellschaftlichen Vaterbildern auseinandersetzen.	Informieren: Väter haben vergleichbare neurobiologische bzw. hormonelle Bindungsvoraussetzungen wie Mütter. Ihr biologisches Potenzial muss aber durch direkte Interaktionen mit dem Neugeborenen aktiviert werden.

Väterliche Entwicklungsaufgaben	Aufgaben der Institutionen/perinatale Gesundheitsversorgung und frühe Kindheit
<p>Sich seinen Platz in der Familie aktiv schaffen (wollen).</p> <p>Sich über seine Vereinbarkeitsperspektiven frühzeitig Rechenschaft ablegen.</p>	<p>Die Auseinandersetzung mit Vereinbarkeitsfragen anregen und ein Stück weit auch einfordern. Dies umfasst auch Gespräche in der Paarbeziehung und mit dem_der Arbeitgeber_in.</p>
<p>Vaterschaft als Prozess und <i>Learning by Doing</i> verstehen.</p> <p>Betreuungskompetenzen und eigenen Stil des ›Bevaterns‹ entwickeln (wollen).</p>	<p>Wissen und Wissensimpulse (Bücher, Podcasts, Websites etc.) vermitteln.</p> <p>Väterspezifische Bildungsangebote für Geburtsvorbereitung und Familiengründungsphase (z. B. niudad.ch) bereitstellen.</p> <p>Väter über die Auswirkungen involvierter Vaterschaft auf die Gesundheit und Entwicklung ihrer Kinder, auf die berufliche Entwicklung der Frau, auf die eigene Gesundheit und auf die Beziehungsqualität aufklären (ohne zu missionieren).</p>
<p>Vernetzung mit anderen (werdenden) Vätern suchen.</p> <p>Den Austausch mit dem eigenen Vater, biografisch wichtigen Vaterfiguren und/oder einer inneren väterlichen Instanz wagen.</p>	<p>Vernetzung anregen.</p> <p>Mann-zu-Mann- bzw. Vater-zu-Vater-Beratungs- und Vernetzungsangebote entwickeln.</p> <p>Nach biografischen Vater-Erfahrungen und -Erinnerungen fragen.</p>
<p>Gefühle möglichst wertungsfrei annehmen (vgl. Meyer et al. 2022)</p>	<p>Fragen zum Befinden mit Fingerspitzengefühl und Sinn fürs Timing stellen (die Frage »Wie geht es Ihnen so als Vater?« ist für einen Einstieg sehr steil!)</p> <p>Verdeutlichen, dass Familiengründung und Vaterschaft viel auslösen und auch ›schwierige‹ Gefühle hervorrufen können.</p> <p>Basisinformationen über postpartale Depression bei Vätern vermitteln.</p> <p>Das emotionale Sich-Mitteilen als ›Durchbruch‹ zu rahmen bzw. Vätern die Möglichkeit geben, selbst zu formulieren, wie erleichternd und hilfreich es ist, in einer bewertungsfreien Atmosphäre einfach mal zu erzählen.</p>

Begrenzen

Elternschaft ist untrennbar mit der Erfahrung von Entgrenzung verbunden. Auf einen Schlag stehen nach der Geburt nicht mehr die eigenen Bedürfnisse im Zentrum, sondern die Bedürfnisse des kleinen Menschenkinds, das mit Begriffen

wie ›Impulskontrolle‹ oder ›Geduld‹ überhaupt nichts anfangen kann. Aber es weiß, wie es die Erfüllung seiner Bedürfnisse mit notwendigem Nachdruck einfordert; sie aufzuschieben, ist ihm (noch) nicht möglich. Diese Erfahrung des Fremdbestimmtheits ist vor allem für jene Männer einschneidend, die traditionell sozialisiert sind und dabei gelernt haben, mit großer Selbstverständlichkeit den Platz im Mittelpunkt der Aufmerksamkeit einzunehmen.

Wenn auch in den frühkindlichen ersten Wochen und Monaten das feinfühligste und möglichst zeitnahe Erfüllen der physischen und emotionalen Bedürfnisse des Babys dessen Gedeihen sicherstellt: Über längere Sicht ist die Grenzenlosigkeit der kindlichen Bedürfnisse und Ansprüche ohne Kompetenz zur Begrenzung nicht zu bewältigen. ›Begrenzen‹ ist dabei in unserem Verständnis keineswegs ein harsches Dazwischen-Grätschen. Viel eher geht es darum, Ansprüchen empathisch, respektvoll und bestimmt entgegenzutreten. Das bedingt die Fähigkeit zur liebevollen Konfrontation² und zur bezogenen Aggression (vgl. Theunert 2023, 108 ff.). Diese »wächst aus der Verbindung mit sich selbst und sie hält in ihrem Ausdruck die Verbindung zum Gegenüber«.

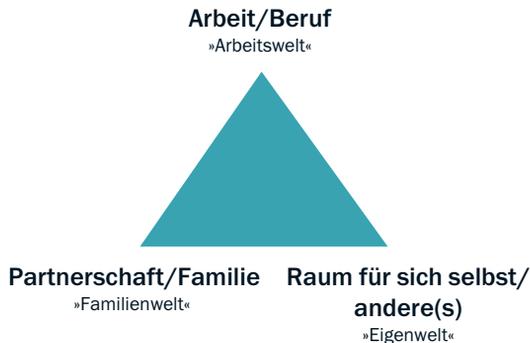
Diese Kompetenz hat verschiedene Zielrichtungen und umfasst:

- Die Kompetenz, sich selbst Grenzen zu setzen: Männliche Sozialisation und kapitalistische Systemlogik fördern ein Denken, das es normal erscheinen lässt, mehr Ressourcen zu verbrauchen als nachwachsen. Das gilt auch für den Umgang mit eigenen Ressourcen (Kraft, Energie, Zeit etc.). Wenn Männer Väter werden, besteht deshalb eine große Gefahr, dass sie ihre eigenen Grenzen überschreiten und sich letztlich selbst ausbeuten. Diese Gefahr wird durch die gleichstellungspolitische Entwicklung noch verstärkt. Denn an Vätern heute wird der klare Appell gerichtet, präsent zu sein, ohne dass sie sich gleichzeitig von der historischen Verantwortung des Familienernährers gelöst hätten (vgl. Einleitung). Diesem Widerspruch wird aber in der Debatte zur Vereinbarkeit von Familie und Beruf kaum Rechnung getragen. Deshalb ist es in der Männer- und Väterarbeit so entscheidend, Vereinbarkeit nicht nur als Vereinbarkeit von Berufs- und Familienleben zu denken, sondern den Aspekt Eigenwelt/Eigenzeit als gleichwertiges drittes Element einzubeziehen.

Die Kompetenz, sich selbst Grenzen zu setzen, erfordert auf einer psychologischen Ebene die Kompetenz, sich selbst zu führen. Die Grundlage dafür ist die Fähigkeit, Empfindungen und Bedürfnisse wahrzunehmen, ernst zu nehmen und in einen verständnisvollen Dialog mit der realitätsverpflichteten Ich-Funktion einzubringen. Erst dann gelingt das Aufschieben eigener Bedürfnisse einvernehmlich und ohne dass unterschwellig Wut gegenüber dem Kind wächst.

2 Diese Begriffskombination hat der Männerberater Björn Süfke geprägt und in einer Vielzahl von Publikationen erläutert (vgl. z. B. Süfke 2016, s. a. Teil I, Kap. 5.5).

Abbildung 4 Dreieck männlicher Lebenswelten (Walser 2015)



- Die Kompetenz, dem Kind liebevoll Grenzen zu setzen. Maßlosigkeit ist ein kindliches Privileg. Ihr Grenzen zu setzen ist letztlich ein bedeutender Aspekt von Erziehung. Väter neigen – vielleicht für einige überraschend – stärker als Mütter zu permissiv-nachgiebigem Erziehungsverhalten, insbesondere unter Stress und in prekären Lebenslagen, was zu emotionalen und sozialen Anpassungsschwierigkeiten der Kinder führen kann (Liel et al. 2022). Aus unserer Erfahrung haben jedoch viele Väter in Stress- und Belastungsmomenten aber auch den Drang, die Situation resp. das kindliche Verhalten erst recht zu kontrollieren und zu regulieren – und rutschen dadurch in einen autoritären Erziehungsstil ab. Die Grundlage, um Kindern Grenzen setzen zu können, ist das väterliche Vertrauen in die Unverbrüchlichkeit ihrer Beziehung zum Kind und eine gewisse Ich-Stärke, damit der Selbstwert des Vaters nicht auf den kindlichen Zuspruch angewiesen ist. Väter brauchen ein Verständnis dafür, dass ihr Kind ihnen seine Liebe schenkt, von ihnen abhängig ist – und auf die Lernerfahrung angewiesen ist, wie es mit Begrenzungen umgehen kann. Andernfalls laufen sie Gefahr, sich die kindliche Zuneigung ›verdienen‹ zu wollen, womit sie das Machtgefälle zwischen Eltern und Kind unterlaufen und dem Kind eine Macht geben, die es überfordert. Das Vertrauen in die Unverbrüchlichkeit ist dabei verständlicherweise vor allem für jene Väter eine Herausforderung, deren Beziehung zum Kind schwach, wenig stabil oder effektiv gefährdet ist (z. B. bei Trennungskonflikten und/oder mütterlichem Gatekeeping).

Zuletzt ist auch auf die Kompetenz hinzuweisen, Ansprüchen von Dritten (Partnerin, Arbeitgeber_in, Verwandte, insbesondere der Eltern und Schwiegereltern) Grenzen zu setzen. An dieser Stelle können wir nur kurz auf den Aspekt des Begrenzens von mütterlichen Ansprüchen eingehen. Ausgangspunkt ist ein Erfahrungswert aus der Praxis: Väter brauchen vielfach viel und wiederholt Er-

mutigung und Ermächtigung, um sich in Belangen der Kinderbetreuung gegenüber der Kindsmutter als Dialogpartner auf Augenhöhe zu behaupten. Zu schwer scheint die Bürde der historischen Aufgabenteilung nachzuwirken, zu präsent die Vorstellung, als Vater eher ›Logistikassistent‹ denn Mitverantwortungsträger zu sein. Es ist in der Väterarbeit hoch anspruchsvoll, mit diesen Ungleichzeitigkeiten angemessen umzugehen. Denn einerseits haben die Mütter im statistischen Schnitt einen substanziellen Kompetenzvorsprung, den sie sich mit großem Einsatz erarbeitet haben. Dies gilt es zu würdigen. Andererseits müssen wir in einer klaren fachlichen Haltung – oder eben: in bezogener Aggression – der Tendenz begegnen, diese Kompetenzunterschiede zu essenzialisieren und durch ihre vermeintliche Naturgegebenheit zu legitimieren, festzuschreiben und damit immer wieder aufs Neue zu reproduzieren. In unseren Weiterbildungen erleben wir bei Fachpersonen der frühen Kindheit einen großen Empowerment-Bedarf, um mütterlichen Perfektionsdrang zu problematisieren. Gleichzeitig spiegeln uns Fachfrauen, wie wohltuend unsere Aufforderung ist, Mütter in ihrer Aufopferungsbereitschaft dort zu begrenzen, wo sie Vätern damit den Raum für ihr eigenes Engagement versperren.

Die Tabelle 3 zeigt fünf aus unserer Sicht zentrale Entwicklungsaufgaben von Vätern im Aspekt des ›(sich) Begrenzens‹. Dazu formulieren wir wiederum korrespondierende Aufgaben der Fachleute, die Väter begleiten.

Tabelle 3 Aspekt des Begrenzens in der Arbeit mit Vätern – Fortsetzung nächste Seiten

Väterliche Entwicklungsaufgaben	Aufgaben der Institutionen/perinatale Gesundheitsversorgung und frühe Kindheit
Erwerbsarbeit/-orientierung und Ernährungsverantwortung begrenzen.	<p>Auf Widersprüchlichkeit und letztlich Un-erreichbarkeit des Wunschs hinweisen, ›Superdaddy‹ sein <i>und</i> gleichzeitig die materielle Vollversorgung gewährleisten zu müssen resp. zu wollen.</p> <p>Klar machen: Vatersein und Familienarbeit lassen sich nicht einfach zu den bisherigen Lebensinhalten und -aufgaben obendrauf packen. ›Das lässt sich alles unter einen Hut bringen bzw. alles geht (dann irgendwann schon), wenn wir uns einfach noch etwas besser organisieren und ich noch etwas effizienter bin‹, ist ein Mythos (Beispiel: Es ist eine Illusion, ein Kleinkind betreuen und gleichzeitig im Homeoffice produktiv sein zu können).</p>

Väterliche Entwicklungsaufgaben

Eigene Bedürfnisse begrenzen bzw. auf-schieben lernen (z. B. im Mittelpunkt zu stehen).

Umgang mit Erwartungen und Frustrationen einüben.

Sich in die Bedürfnislagen der Mutter und des Kindes hineinversetzen können.

Kritische Distanz gegenüber der Wichtigkeit/Dringlichkeit eigener Bedürfnisse einnehmen können.

Aufgaben der Institutionen/perinatale Gesundheitsversorgung und frühe Kindheit

Vermitteln: Vaterschaft verlangt einen Umgang mit Autonomieverlust und die Fähigkeit zum Perspektivenwechsel.

Aushandlungsprozesse im ›Chor der inneren Stimmen‹ (Vater, Berufsmann, Partner) begleiten.

Mit Blick auf das Kind: Perspektivenwechsel zu den Motivationslagen/Bedürfnissen und Kompetenzen/Fähigkeiten des Kindes unterstützen oder selbst einbringen.

Mit Blick auf außerfamiliäre Lebensziele: Prioritätensetzung und lebensphasen/etappenbezogene Schwerpunktsetzungen anregen.

Mit Blick auf das elterliche Teamwork: Unausgesprochene ›naturalistische‹ Grundannahmen in Bezug auf Rollenteilung und biologistische Zuschreibungen von Kompetenzen gegenüber der Mutter richtigstellen, Gleichwertigkeit als Grundprinzip im partnerschaftlichen Aushandlungsprozess zur Verteilung von unbezahlter Familien- und Hausarbeit einfordern.

Mit Blick auf die Paarbeziehung: Klärung von Bedürfnissen und Erwartungen rund um das Paarleben nebst dem Elternsein anregen, z. B. zum Thema Intimität und Sexualität. Begrenzen der Erwartungen, es müsste so sein bzw. wieder werden wie vor der Geburt. Dranbleiben und gemeinsame Wege suchen unterstützen

Gefühle modulieren und kanalisieren.

Beziehungsgefährdendes, verletzendes Ausagieren von Gefühlen (nach innen und außen) begrenzen (z. B. Ohnmacht, Hilflosigkeit, aber auch Wut und Trauer, wenn beispielsweise die väterliche ›Autorität‹ durch die Kinder infrage gestellt wird).

Gefühlswahrnehmung und -regulation fördern.

Alternativen zu Machtausübung und Dominanz aufzeigen (Beziehungsgestaltung über Präsenz und liebevollen Widerstand).

Realitätsüberprüfung fördern, Spiegel vorhalten, liebevoll Konfrontieren mit Widersprüchen und realitätsfremden Vorstellungen.

Mütterliche Definitionsmacht wertschätzend, aber bestimmt begrenzen.

Eigene Herangehensweisen entwickeln und verteidigen (sofern Hygiene- und Sicherheitsstandards eingehalten sind).

Mütter anregen:

- der Vater-Kind-Beziehung Raum zu geben und Betreuungszeit durch den Vater allein zu ermöglichen;
- kritische Distanz zu den eigenen Ansprüchen zu wahren und eigenständige Herangehensweisen des Vaters akzeptieren;
- Wertschätzung zum Ausdruck zu bringen, aber qualifizierende Urteile unterlassen;
- bereit zu sein/werden, die väterliche Kompetenzentwicklung mit der eigenen Schritt halten lassen.

Unrealistische Selbstbilder begrenzen.

Die befreiende Einsicht zulassen: Als Vater an Grenzen zu stoßen, ist völlig normal. Sich Unterstützung zu holen, ist kein Zeichen von Unfähigkeit, sondern Ausdruck der eigenen Bewältigungskompetenz!

Deutlich machen: Eine gleichwertige Beziehung zum Kind ‚haben‘ wollen (z. B. gleich häufig aufgesucht werden in emotionalen Krisen wie die Mutter) bei gleichzeitig deutlich geringerer Präsenz ist nicht realistisch. Kinder binden sich in erster Linie an jene Menschen, die verfügbar sind im Alltag.

Psychoedukation zu Vater-Kind-Bindungsprozessen: zum Beispiel Bedeutung von alltäglicher Nähe und Körperkontakt, Feinfühligkeit, verlässlicher emotionaler Präsenz und dem Fakt, dass sowohl das Teilen von angenehmen Zuständen (innig-freudvolle Momente) wie auch das fürsorgliche Begleiten und Durchstehen von unangenehmen Empfindungen (Schmerz, Frust) das Vater-Kind-Band stärken.

Öffnen

In der Phase der Familiengründung funktionieren die meisten Paare im Überlebensmodus: Existenzielle Grundbedürfnisse – allen voran Schlaf und Essen – stehen im Vordergrund. Die verbleibende Energie wird für Erwerbsarbeit und materielle Existenzsicherung benötigt. In dieser Phase ist der Blick auf den Aspekt des Öffnens noch kaum frei. Doch das ändert sich. Für viele Väter ist bereits die Information und Aussicht eine große Erleichterung: Die 24/7-Beanspruchung der betreuungsintensiven Baby- und Kleinkindphase geht nach wenigen Jahren zu Ende. Wir vermitteln deshalb gegenüber Vätern:

- Vaterschaft verläuft in Phasen.
- Dein Kind braucht dich je nach Alter in ganz unterschiedlicher Weise.

- Du darfst und wirst mit ihm zusammen herausfinden, was es jetzt gerade braucht.

Diese Perspektive kann insbesondere auch wichtig sein, um möglichen Beklemmungsgefühlen zu begegnen, die manche Väter in der Enge des Nests der Kernfamilie erleben. Dies gilt umso mehr als die Phase der Familiengründung kulturell stark aufgeladen ist. Die ›Pflicht zum Glücklichein‹ ist für all jene Väter eine Herausforderung, welche den Übergang mit gemischten Gefühlen durchleben (d.h. für die meisten Väter).

Eltern brauchen Ermutigung dabei, sich von fremden und eigenen Ansprüchen zu emanzipieren, welche die Inszenierung des Bilds einer ›perfekten Familie‹ nahelegen. Auch Fachleute sind gefordert, die Bereitschaft zu fördern, Unbehagen anzusprechen und neue Wege zu gehen. Für das Paar besteht die Herausforderung darin, neben der neuen Beziehungsebene als Elternpaar die vorgelagerte Ebene als Liebespaar nicht ganz aus den Augen zu verlieren. In der Praxis hören wir insbesondere häufig Sorgen, ob und wie sich die Paarintimität und -sexualität nach Schwangerschaft und Geburt entwickeln wird.

Weil die Familiengründung mit einer Retraditionalisierung der innerfamiliären Aufgabenteilung (Levy 2018) einhergeht, ist es besonders wichtig, die Arbeitsorganisationen bedürfnisgerecht zu organisieren und auch unkonventionelle Lösungen ins Auge zu fassen. In der Praxis erweist sich eine doppelte Öffnungsperspektive als hilfreich:

- Räumlich mit einem (öko-)systemischen Blick (z. B. Bronfenbrenner 1981) auf die Lebenssituation über die Kernfamilie hinaus: Wie und wo sind wir als Familie/bin ich als Mann und Vater/ist unser Kind eingebettet, verbunden, mitgetragen? Wie möchten wir uns als Familie auch noch verorten (Wohnort/Nachbar_innen, Kita, Verwandte, Freund_innen, Arbeitsstellen beider Elternteile etc.)?
- Zeitlich mit der Frage nach Bildern einer guten Zukunft (z. B. im Rahmen einer Visionsarbeit) ›für mich als Mann‹, ›für uns als Paar‹, ›für uns als Familie‹. Diese erlauben, über die frühkindlich stark bindende Zeit hinauszuschauen, auch fernere Horizonte in den Blick zu nehmen (z. B. Reisen, Weiterbildungen) und sich mit Sehnsüchten zu verbinden, die aus dem Wahrnehmungsfeld gegliedert sind. In der Folge gilt es zu prüfen, ob und wie diese Horizonte auch mit Kindern (resp. in welchem Alter und unter welchen Voraussetzungen) angepeilt werden können. Ein zentraler Aspekt betrifft die elterliche Aufgabenverteilung. Diese sollte nicht statisch, sondern dynamisch entlang verschiedener Lebensphasen entwickelt werden (›Wer steckt wann wie viel zurück?‹).

In Gesprächen mit Vätern ist es wichtig, immer wieder innezuhalten und zu fragen: Was ist jetzt wirklich wichtig? Denn natürlich sagen die meisten Väter, Familie sei für sie die Priorität in ihrem Leben. In der Umsetzung priorisieren sie dann aber häufig eben gerade nicht die Familie, sondern den Beruf. Diesen sozialisationsbedingten Reflex gilt es gemeinsam zu ›überlisten‹.

Tabelle 4 zeigt fünf aus unserer Sicht zentrale Entwicklungsaufgaben von Vätern im Aspekt des ›(sich) Öffnens‹. Dazu formulieren wir wiederum korrespondierende Aufgaben der Fachleute, die Väter begleiten.

Tabelle 4 Aspekt des Öffnens in der Arbeit mit Vätern – Fortsetzung nächste Seite

Väterliche Entwicklungsaufgaben	Aufgaben der Institutionen/perinatale Gesundheitsversorgung und frühe Kindheit
<p>Vertrauen lernen in die eigenen Kompetenzen und Potenziale.</p> <p>Sich auf Elternschaft und Familie einlassen, damit verbundene Verantwortung und Abhängigkeit bejahen.</p>	<p>Väter dabei begleiten, sich im Spannungsfeld zwischen Hingabe (den eigenen intuitiven elterlichen Kompetenzen vertrauen) und Anstrengung (in der eigenen Kompetenzentwicklung Schritt halten wollen) zu bewegen.</p>
<p>Horizonte ausloten: Was für ein Vater will ich sein? Was will ich meinem Kind mitgeben? Was möchte ich, dass mein Kind einmal über mich erzählt?</p>	<p>Anregen, Vatersein vom Ende her zu denken: Was ist mir wichtig, am Ende meines Lebens über mich und mein Vatersein sagen zu können? Was soll mein Kind über mich sagen, wenn es dereinst von mir Abschied nimmt?</p>
<p>Sich als Paar neu finden.</p> <p>Das erweiterte Gleichgewicht der Beziehungsebenen – Elternschaft, Freundschaft, Leidenschaft – neu justieren.</p> <p>Paarsexualität unter erschwerten Rahmenbedingungen (be)leben.</p>	<p>Informationen über die Entwicklung von Paarintimität und -sexualität vermitteln.</p> <p>Anregen, sich als Paar Auszeiten zu gönnen.</p> <p>Darauf hinweisen, dass häuslich-familiäres Engagement die sexuelle Anziehung nicht erstickt, sondern fördert (Harris et al. 2022).</p>
<p>An und mit der Vaterschaft reifen: Lernen, sich selbst nicht so wichtig zu nehmen, Impulse aufschieben zu können, Gefühle zu regulieren, unverbrüchliche Liebe zu schenken und zu erfahren.</p>	<p>Vermitteln: Involvierte Vaterschaft steigert Lebenszufriedenheit, Beziehungszufriedenheit, Selbstvertrauen und Selbstwirksamkeitserwartung, Zufriedenheit mit Elternschaft und Motivation für väterliches Engagement, Achtsamkeit für kindliche Bedürfnisse und kindliche Entwicklung, erhöht die langfristigen beruflichen Aussichten und wirkt als Puffer gegen arbeitsplatzbezogenen Stress (Allen & Daly 2007).</p>

Verschiebung von Lebensprioritäten zulassen, Entwicklungsperspektiven als Mann und Mensch (auch jenseits von traditionellen Männlichkeitsvorstellungen und heteronormativen Zuschreibungen) verfolgen. Horizonte über bürgerliche Familienvorstellungen hinaus ausloten und beispielsweise traditionelle Wohn- und Familienformen zu hinterfragen wagen.

Offen sein für (auch unkonventionelle oder auf den ersten Blick befremdliche) Entwicklungsimpulse und -sehnsüchte der Väter und diesen interessiert begegnen.

Sich eigene Vorstellungen, Wertungen und Engführungen rund um die Gestaltung von Familie und Väterlichkeit bewusst machen und zurückhalten.

Sich damit auseinandersetzen, wie eine heteronormativ-binäre Geschlechterordnung Entwicklungen begrenzt und korsettiert und wachsam sein, wo diese in Gesprächen – auch ganz subtil – einfließt.

9.4 Fazit und Ausblick

Der Beitrag versteht Väterarbeit als geschlechterreflektierte Arbeit mit Männern, die Väter werden/sind. Dafür postuliert er in einem ersten Schritt, dass sich nicht nur Fachleute der Väterarbeit im engeren Sinn, sondern alle Fachpersonen, die Väter beraten und begleiten, einen geschlechterreflektierten Ansatz als Standard verstehen und sich die entsprechenden Kompetenzen aneignen. Da sich die Beteiligungs- und Kompetenzschere zwischen den Eltern im Moment der Familiengründung öffnet, gilt dies ganz besonders für die Fachpersonen in Institutionen der perinatalen Gesundheitsversorgung und der frühen Kindheit.

In einem zweiten Schritt haben wir Möglichkeiten aufgezeigt, um den fachlichen Orientierungsrahmen für die spezifische Arbeit mit Vätern nutzbar zu machen (an diese Herausforderung haben wir uns in dieser Systematik zum ersten Mal gewagt; entsprechend offen sind wir für fachliche Kritik und Impulse!). Dafür haben wir Kompetenzen benannt, die aus unserer Erfahrung unerlässlich sind, damit Väter lieber, wirksamer und umfangreicher Verantwortung für die Kinderbetreuung übernehmen und Fachpersonen sie in dieser Eigenbewegung stärken und anleiten können. Die dabei hervorgehobenen Aspekte haben sich in vielen Jahren praktischer Arbeit als zentrale Schwerpunktthemen herauskristallisiert. Gleichzeitig bleibt die Darstellung erfahrungsgeleitet und damit ein Stück weit beispielhaft und willkürlich. Insbesondere ist kritisch anzumerken, dass wir mit unseren Bildungs- und Beratungsangeboten zwar Väter aus ganz unterschiedlichen Milieus erreichen, diese aber fast ausnahmslos in einigermaßen gesicherten sozioökonomischen Verhältnissen leben. Die Erreichbarkeit von Vätern in prekären Lebenslagen und/oder aus bildungsfernen Milieus (mit oder ohne Migrationshintergrund) bleibt eine Herausforderung.

Nicht zuletzt deshalb sollte aus unserer Sicht in einer politischen Perspektive der Wille zur flächendeckenden Verankerung von Väterarbeit als selbstverständlicher Baustein einer zeitgemäßen psychosozialen Grundversorgung die strategische Priorität der nächsten Jahre darstellen. Damit dies gelingt, müssen wir Väterarbeit als Profession und Disziplin stärken und insbesondere in den Nachweis ihrer fachlichen Wirksamkeit und ihres volkswirtschaftlichen Nutzens investieren. Wir würden uns freuen, wenn die vorliegende Systematisierung einen kleinen Beitrag dazu leisten könnte.

Zu den Autoren

Markus Theunert (*1973, er/ihm) hat an den Universitäten Basel und Bern Allgemeine Psychologie, Klinische Psychologie und Soziologie studiert. Er ist Gesamtleiter des Dachverbands progressiver Schweizer Männer- und Väterorganisationen, männer.ch. In dieser Funktion ist er strategischer Verantwortlicher für die Plattform Niudad (www.niudad.ch), die sich explizit an die Zielgruppe werdender Väter richtet. Um am Puls der Zielgruppe zu bleiben, ist er aber auch regelmäßig als Kursleiter und Berater von Vätern im Einsatz. Markus Theunert ist Vater einer zwölfjährigen Tochter.

Kontakt: theunert@maenner.ch

Remo Ryser (*1972, er/ihm) ist Diplompsychologe mit Zusatzausbildungen in systemischer Beratung, geschlechterreflektierter Männer- und Väterarbeit und Erwachsenenbildung. Er ist bei männer.ch Kursleiter von unterschiedlichen Bildungsformaten für Vater, die er in seiner Zeit als Projektleiter des nationalen Programms MenCare Schweiz zum Teil selbst entwickelt und lanciert hat. Zudem arbeitet er als Väterberater bei der Mütter- und Väterberatung des Kantons Bern und hatte dort eine Pionierrolle im Aufbau von spezifischen Angeboten für Väter im Frühbereich inne. Remo Ryser ist Vater eines 13-jährigen Sohnes und lebt in der Region Bern (Schweiz).

Kontakt: ryser@maenner.ch

Literatur

Allen, Sarah & Daly, Kerry (2007). The effects of father involvement: An updated research summary of the evidence inventory. Guelph, Ontario: Centre for Families, Work & Well-Being, University of Guelph

Baumgarten, Diana & Borter, Andreas (2016). Vaterland Schweiz. MenCare Schweiz-Report Vol. 1. Burgdorf, Zürich: SIMG/männer.ch

- Beck, Ulrich (1968). Risikogesellschaft. Auf dem Weg in eine andere Moderne. Berlin: Suhrkamp
- Blaffer Hrdy, Sarah (2016). Variable postpartum responsiveness among humans and other primates with »cooperative breeding«: A comparative and evolutionary perspective, in: *Hormons and Behavior* 77 (Parental Care). 272–283
- Borter, Andreas; Garstick, Egon; Lenz, Hans-Joachim; Ryser, Remo & Walter, Heinz (2017). Leitfaden für Fachkräfte für die Arbeit mit Vätern im Frühbereich. Burgdorf: SIMG
- Bronfenbrenner, Urie (1981). Die Ökologie der menschlichen Entwicklung. Stuttgart: Klett-Cotta
- Bundesamt für Statistik (2021). Durchschnittlicher Aufwand für Erwerbsarbeit, Haus- und Familienarbeit und Freiwilligenarbeit nach Geschlecht und Familiensituation. <https://www.bfs.admin.ch/bfs/de/home.assetdetail.17124513.html> (Zugriff 23.06.2023)
- Bundesministerium für Familien, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) (2018). Väterreport. Vater sein in Deutschland heute. Berlin: BMFSFJ
- Bundesministerium für Familien, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) (2020). Gleichstellungspolitik für Jungen und Männer. Ein Dossier zur partnerschaftlichen Gleichstellungspolitik. Berlin: BMFSFJ
- Bundesministerium für Familien, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) (2023). Väterreport 2023. Entwicklungen und Daten zur Vielfalt der Väter in Deutschland. Berlin: BMFSFJ
- Bundesrat (2021). Gleichstellungsstrategie 2030. Bern. <https://tinyurl.com/2fm9pkru> (Zugriff 23.06.2023)
- Dermott, Esther (2003). The »Intimate Father«: Defining Paternal Involvement, in: *Sociological Research Online*, 55 8(4)
- Harris, Emily A.; Gormezano, Aki M. & van Anders, Sari M. (2022). Gender Inequities in Household Labor Predict Lower Sexual Desire in Women Partnered with Men, in: *Archives of Sexual Behavior*, 51(8). 3847–3870
- IfD Allensbach (2015). Ergebnisse einer bevölkerungsrepräsentativen Umfrage zu Haltungen der Bevölkerung zur Elternzeit von Vätern. Allensbach am Bodensee: Institut für Demoskopie Allensbach
- IfD Allensbach (2019). Veränderungen der gesellschaftlichen Rahmenbedingungen für die Familienpolitik. Berlin: BMFSFJ
- IfD Allensbach (2020). Elternschaft heute. Eine Repräsentativbefragung von Eltern unter 18-jähriger Kinder. Allensbacher Archiv, IfD-Umfrage 8214. Allensbach am Bodensee: Institut für Demoskopie Allensbach
- IfD Allensbach (2022). Weichenstellungen für die Aufgabenteilung in Familie und Beruf. Untersuchungsbericht zu einer repräsentativen Befragung von Eltern in Paarverbindungen im Auftrag des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend. Allensbach am Bodensee: Institut für Demoskopie Allensbach
- Levy, René (2018). Der Übergang in die Elternschaft reaktiviert die Ungleichheiten zwischen den Geschlechtern: eine Analyse der Lebensläufe von Männern und Frauen in der Schweiz, in: *Social Change in Switzerland*, 14
- Liel, Christoph; Seilbeck, Carolin; Lux, Ulrike; Lorenz, Simon & Ulrich, Susanne M. (2022). Dysfunktionales Erziehungsverhalten von Müttern und Vätern mit kleinen Kindern. Ergebnisse der Folgestudie Kinder in Deutschland – KiD 0–3, in: *Zeitschrift für Erziehungswissenschaft*, 25. 1529–1552
- Maihofer, Andrea; Böhnisch, Tomke & Wolf, Anne (2001). Wandel der Familie. Zukunft der Gesellschaft: Arbeitspapier 48. Düsseldorf: Hans-Böckler-Stiftung
- Meyer, Yvonne; Crettenand, Gilles; Alvard, Agnès; Vouilloz, Laurène & Bonzon, Magali (2022). L'expérience et l'implication paternelles avant, pendant et après la naissance: quel impact

- pour la promotion de la santé? Étude qualitative auprès de pères en Suisse romande, in: *Revue Francophone Internationale de Recherche Infirmière*, 8(1)
- Portmann, Adolf (1969). *Biologische Fragmente zu einer Lehre vom Menschen*. Basel: Benno Schwabe & Co.
- Ryser, Remo (2021). *Hallo Väter: Väterberatung von Mann zu Mann. und Kinder 107*. Zürich: MMI. 51–61
- Süfke, Björn (2016). »Männer brauchen ein liebevolles Konfrontieren«, in: *Deutsches Ärzteblatt*, PP 15. 220
- Theunert, Markus & Crettenand, Gilles (2023). *Väter einbeziehen. Ein Leitfaden für Fachleute der perinatalen Gesundheitsversorgung und der frühen Kindheit*. Bern, Zürich: männer.ch
- Theunert, Markus & Luterbach, Matthias (2021). *Mannsein ...?! Ein fachlicher Orientierungsrahmen für die geschlechterreflektierte Arbeit mit Jungen, Männern und Vätern*. Weinheim, Basel: Beltz Juventa
- Theunert, Markus & Luterbach, Matthias (2025). *Mann Sein ...?! Ein fachlicher Orientierungsrahmen für die geschlechterreflektierte Arbeit mit Jungen, Männern und Vätern*. 2., aktualisierte und erweiterte Auflage. Weinheim, Basel: Beltz Juventa
- Theunert, Markus (2022). *Die Schweizer Gleichstellungspolitik fördert Privilegierte statt sozial Schwache*, in: *Caritas Sozialalmanach 2022 »Frauenarmut«*. Luzern: Caritas. 179–192
- Theunert, Markus (2023). *Jungs, wir schaffen das. Ein Kompass für Männer von heute*. Stuttgart: Kohlhammer
- van Schaik, Carel & Michel, Kai (2020). *Die Wahrheit über Eva: Die Erfindung der Ungleichheit von Frauen und Männern*. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt
- Walser, Christoph (2015). *Kraftvoll im Timeout. Erholungskompetenz für Männer. Prävention und Gesundheitsförderung im Kanton Zürich*, 37. Zürich
- Walter, Heinz (2008). *Vater, wer bist du? Auf der Suche nach dem »hinreichend guten« Vater*. Stuttgart: Klett-Cotta