

EBERHARD MÜHLAN

# Bleib cool, Papa!

Guter Rat  
für viel beschäftigte  
Väter



SCM Hänsler

Dieses Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwendung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne vorherige schriftliche Einwilligung des Verlages unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

1. Auflage 2011 (4. Gesamtauflage)  
Dieser Titel erschien zuvor bei Gerth Medien, Asslar.

© der deutschen Ausgabe 2011  
SCM Hänssler im SCM-Verlag GmbH & Co. KG · 71088 Holzgerlingen  
Internet: [www.scm-haenssler.de](http://www.scm-haenssler.de); E-Mail: [info@scm-haenssler.de](mailto:info@scm-haenssler.de)

Die Bibelverse sind, wenn nicht anders angegeben, folgender Ausgabe entnommen: Neues Leben. Die Bibel, © Copyright der deutschen Ausgabe 2002 und 2006 by SCM R.Brockhaus im SCM-Verlag GmbH & Co. KG, Witten.

Umschlaggestaltung und Titelbild: Bettina Nill  
Satz: typoscript GmbH, Walldorfhäslach  
Druck und Bindung: CPI – Ebner & Spiegel, Ulm  
Printed in Germany  
ISBN 978-3-7751-4992-1  
Bestell-Nr. 394.992

## Inhalt

Vorwort zur überarbeiteten Neuauflage .....	5
Einführung .....	6
Den eigenen Vater kann man nicht vergessen .....	8
Die »Vater-Wunde« .....	14
Aller Anfang ist ... herausfordernd! .....	19
Den »wahren« Vater erkennen und nachahmen! .....	26
Kurzes Erziehungsbrevier für viel beschäftigte Väter .....	30
Auch ein Vater muss »geboren« werden! .....	44
Die »neuen Väter« im Vormarsch .....	51
Von anderen Vätern lernen .....	55
Lasst mich einfach in Ruhe! .....	58
Warum bist du immer weg? .....	62
Papa mal für mich allein haben .....	65
Nehmen Sie sie fest in Ihre Arme .....	67
Zwischen mir und meinem Sohn lief nichts mehr! .....	71
Wortkarge Väter .....	74
Ich kann mich nicht beherrschen .....	79
Der entmachtete Vater .....	84
Wie viel Vater braucht ein Kind? .....	90
Der Vater und sein Sohn .....	93
Was brauchen Jungen? .....	97
Den Sohn beim »Mannwerden« begleiten .....	101

Check-Liste für ein Gespräch von »Mann zu Mann« .....	109
Der Vater und seine Tochter .....	115
Du wirst eine wunderbare Frau werden! .....	118
Statt eines Nachworts .....	125
Anmerkungen .....	128

## Vorwort zur überarbeiteten Neuauflage

Die Väterlandschaft hat sich in den letzten Jahren stark gewandelt. Man kann von einer »sanften Revolution in der Familie« sprechen. Väter wollen mehr für ihre Kinder tun. Sie wollen nicht nur Ernährer, sondern auch Erzieher sein. Zunehmend mehr Männer nehmen an Geburtsvorbereitungskursen für Paare und bei der Entbindung ihrer Frau teil.

Die Zahl der jungen Väter, die eine Elternzeit wahrnehmen, wächst langsam aber stetig. Es gibt eine eigene Väterforschung, die mit neuen wissenschaftlichen Ergebnissen die Unentbehrlichkeit des Vaters in der Erziehung nachweist.

All dies wird in der Neuauflage berücksichtigt. Internetverweise machen neugierig, weiterzulesen und zu forschen.

Als alter Hase freue ich mich über die eifrige junge Vätergeneration!

In diesem Sinne: Bleib cool, Papa!

*Eberhard Mühlau*

## Einführung

»Ich? Ein Buch über Väter und Erziehung lesen? Nein, danke! Ich habe schon genug zu tun und komme sowieso kaum zum Lesen. Außerdem würde mich das nur noch mehr unter Druck setzen. Ich habe ohnehin schon ein schlechtes Gewissen, wenn ich an meine Familie denke. Da muss ich nicht noch an meine Unterlassungen erinnert werden ...«

So oder ähnlich lautet der klassische Ausspruch vieler Väter, die – hin- und hergerissen zwischen Beruf und Familie – nicht wissen, wie sie der Verantwortung für ihre Familie gerecht werden sollen. Häufig haben sie noch den unausgesprochenen (oder ausgesprochenen) Vorwurf im Nacken: »Jetzt kümmer dich doch endlich einmal um deine Kinder! Kannst du nicht wenigstens ein Erziehungsbuch lesen?«

Nun, immer cool bleiben! Dieses Buch ist anders. Ich habe mich mit einigen Männern zusammengesetzt, die sich ähnlich unter Druck gesetzt fühlen, und mit ihnen beraten, wie man Männer für ein Väterbuch begeistern kann.

Das sind die Vorzüge dieses Buches:

- Es ist nicht dick!
- Kurze Kapitel (die meisten im 6-Minuten-Lese-Takt)!
- Alltagsnah (nicht nur der Spezialist, auch ganz normale Väter kommen zu Wort)!
- Viele persönliche Erfahrungen und Lernschritte!
- Extra-Kapitel für den Hausmann in Elternzeit!
- Extra-Kapitel für den geschiedenen »entmachteten Vater«!
- Viele Kästen mit extra Fakten, Internethinweisen und Anregungen zum Nachdenken!

Meine Väter-Gesprächsrunden haben sich als sehr wertvoll erwiesen. Die Diskussionen habe ich emsig auf dem Laptop mitgeschrieben.

ben und danach ausgewertet. Sie geben dem Buch eine spezielle Note, weil sie die vielen unterschiedlichen Vatersituationen und Herausforderungen widerspiegeln.

Die folgenden Seiten werden Ihnen deutlich machen, dass Erziehung nicht hauptsächlich Sache der Mütter ist, wie man über lange Zeit glaubte. Wenn der Vater fehlt, aus welchen Gründen auch immer, leiden die Kinder.

Ich glaube, wenn ein Vater begreift, wie unentbehrlich wichtig er für die gesunde Entwicklung seiner Kinder ist, und gute Tipps bekommt, wie er diese Erkenntnis umsetzen kann, wird er neue Prioritäten in Bezug auf seine Familie setzen. Denn schließlich liebt er seine Kinder genauso, wie es die Mutter tut, kann diese Liebe vielleicht nur nicht so gut zeigen.

## Wie viel Vater braucht ein Kind?

Dass der Vater von Anfang an wichtig ist und auch später nicht fehlen darf, habe ich schon ganz zu Beginn des Buches (Die »Vater-Wunde«) in dem Kapitel für die ganz jungen Väter herausgestellt. Dies betont die gegenwärtige Väterforschung, die ein relativ junger Forschungszweig ist. In der traditionellen, überwiegend psycho-

Vaterlos aufgewachsene Kinder erfahren oft Einschränkungen in ihrer Identitäts- und Selbstwertentwicklung, in ihrer Bindungs- und Beziehungsfähigkeit und in ihrer Leistungsfähigkeit.

analytisch geprägten Forschung spielte der Vater zumeist nur eine untergeordnete Rolle. In den letzten Jahrzehnten hatten wir eine starke emanzipatorische Frauenbewegung, die ohnehin nicht viel

für Männer übrig hatte. Im Zeitalter von »Gender-Mainstreaming«, in dem eine Auflösung der biologischen Unterschiede von Mann und Frau angestrebt wird, werden Forschungsansätze, die die Wichtigkeit der Vaterrolle und eine unterschiedliche Gewichtung im Umgang mit Jungen und Mädchen herausstellen, natürlich sofort ideologisch bekämpft.

Genügend wissenschaftliche Langzeitforschungen haben inzwischen jedoch unmissverständlich den Nachweis erbracht, dass vaterlos aufgewachsene Kinder oft Einschränkungen in ihrer Identitäts- und Selbstwertentwicklung, in ihrer Bindungs- und Beziehungsfähigkeit und in ihrer Leistungsfähigkeit erfahren. Diese Einschränkungen können je nach weiteren Lebensumständen unterschiedlich stark ausgeprägt sein und auch in einer »intakten Familie« auftreten, aber der Trend ist eindeutig.

### Fakten zu »Gender-Mainstreaming«

Unter dem englischen Wort »sex« wird im Allgemeinen das biologische Geschlecht verstanden und unter »gender« das soziale (empfundene) Geschlecht. »Mainstream« heißt übersetzt Hauptstrom.

Gender-Mainstreaming« will demnach das empfundene Geschlecht zum Hauptthema (-strom) machen.

Definition der Bundesregierung: »Gender bezeichnet in Ergänzung zum nur biologischen Geschlecht (sex) das soziale Geschlecht. Geschlecht ist damit mehr als nur eine genetische Disposition oder etwas generell Unveränderliches. Vielmehr ist Gender ein Ergebnis von Erziehung, Rollenzuweisungen oder Selbstidentifikation und entsteht in verschiedenen kulturellen und sozialen Praktiken.«<sup>4</sup>

Forderungen des GenderKompetenzZentrums an die Bundesregierung:

- Geschlechtsstereotype dürfen nicht verfestigt werden!
- Das Lösen vom traditionellen Modell der isolierten Kleinfamilie, die Förderung des neuen Familienmodells!
- Formulierung neuer an Gender orientierter Werte und Normen!

[www.gender-mainstreaming.net](http://www.gender-mainstreaming.net)

[www.genderkompetenz.info](http://www.genderkompetenz.info)

Literaturempfehlung: Verstaatlichung der Erziehung: Auf dem Weg zum neuen Gender-Menschen, fe-medienvlg, 2007.

Väter gehen einfach anders mit ihren Kindern um als Mütter, und das ist auch gut so! Das haben wir eigentlich schon immer gewusst oder zumindest geahnt, oder? Also, nutzen wir es.

Studien beschreiben das typische Väterverhalten so: Väter bevorzugen im Zusammensein mit ihren Kindern motorische Aktivitäten wie Laufen, Springen, Fußballspielen, Ballwerfen, Schaukeln, Fahrradfahren und Schwimmen. Sie fördern dabei Selbständigkeit, Individuation, Teamgeist und Fairness.

Der Körperkontakt ist anders als der mit der Mutter: Etwas distanzierter und rauer, nicht so stark pflegerisch und behütend.

Eine weitere wichtige Aufgabe des Vaters ist, »das Kind aus der Mutter-Symbiose herauszulocken«, wie es der Familientherapeut Wolfgang Bergmann<sup>5</sup> formuliert. Väter müssen zwischen die Mütter und die Kinder treten. Sie sind die Dritten, die die Kinder auf ihre ureigene männliche Art in die Welt führen.

Für seinen Jungen ist der Vater die wichtigste männliche Identifikationsfigur. Er führt seinen Sohn in die Männerwelt ein, zeigt

Die wichtigste Aufgabe eines Vaters, die ihm nun keiner abnehmen kann, ist, seinem Sohn und seiner Tochter in ihrer Rollenidentifikation beizustehen.

ihm männliche Wege der Problemlösung, weist ihm den Weg bei seiner sexuellen Identitätsfindung und hilft ihm bei der Loslösung von der Mutter.

Für seine Tochter ist der Vater der »erste Mann« in ihrem Leben, der durch seinen Einfluss Spuren für ihre gesamte Identitätsfindung hinterlässt. Anders als die Mutter, die für die Tochter das wichtigste weibliche Identifikationsmodell darstellt, bestätigt der Vater sie in ihrer Weiblichkeit und vermittelt ihr Sicherheit im Umgang mit Männern und in der Gesellschaft.

#### Bedeutung des Vaters

[www.vaeterfuerkinder.de](http://www.vaeterfuerkinder.de)

[www.vaeternotruf.de](http://www.vaeternotruf.de)

[www.maennerkongress2010.de](http://www.maennerkongress2010.de)

[www.buendnisseheundfamilie.de](http://www.buendnisseheundfamilie.de)

## Der Vater und sein Sohn

Die Fakten sind eindeutig und aufrüttelnd: Jungen gehören mittlerweile zu den Benachteiligten in unserer Gesellschaft. Soziale Erwartungen, erzieherischer Umgang und Lernförderung sind stärker auf das weibliche Geschlecht abgestimmt als auf das männliche.

Jungen brechen häufiger die Schule ab, ohne je einen Abschluss zu machen. Bei hochwertigen Abschlüssen, wie dem Abitur, übertreffen Mädchen die Jungen sogar um acht Prozent. Mehr Jungen verunglücken tödlich bei Sport und Spaß. Sie begehen weit mehr Straftaten als ihre weiblichen Pendanten und kommen öfter in den Knast. Sie profilieren sich als Hooligans, rauchen mehr, trinken mehr, begehen mehr Selbstmorde und sind auch öfter arbeitslos.

Mädchen haben in den letzten Jahrzehnten eine so starke Förderung erfahren, dass sie die Jungen im sozialen und schulischen Bereich bei weitem übertreffen.

#### Zahlen und Fakten zum Vergleich von Jungen und Mädchen<sup>6</sup>

Von 100 Schulabgängern ohne Hauptschulabschluss sind 72 Prozent Jungen.

- 95 Prozent der verhaltensgestörten Kinder sind männlich.
- Das sogenannte ADHS, früher als »hyperaktiv« bezeichnete Störung, kommt bei Jungen sechs- bis neunmal häufiger als bei Mädchen vor.
- In Deutschland bleiben die Jungen doppelt so oft sitzen wie die Mädchen.
- Jungen werden doppelt so oft vom Gymnasium verwiesen.
- Jungen landen zweimal so häufig wie die Mädchen auf der Sonderschule.

[www.pappa.com](http://www.pappa.com): Penelope Leach, Der Geschlechterkampf.

#### Fakten zu Jungen und Mädchen in der PISA-Studie

Die viel diskutierte PISA-Studie zeigte nicht nur, dass die deutschen Schülerinnen und Schüler im internationalen Vergleich

schlecht abschnitten, sie förderte auch Geschlechterunterschiede in den Schulleistungen zutage:

Die größten Geschlechterunterschiede sind im Bereich Lesen zu beobachten. In der Mathematik lassen sich zwar Leistungsvorteile für die Jungen feststellen, diese sind jedoch deutlich kleiner als die Geschlechterdifferenzen im Lesen. In den Naturwissenschaften zeigt sich kein signifikanter Leistungsunterschied.

In allen drei Domänen sind spezifische Stärken und Schwächen von Mädchen und Jungen zu beobachten, was darauf hinweist, dass Methodik, Didaktik und Unterrichtsinhalte stärker geschlechtsspezifisch angewandt werden sollten.<sup>7</sup>

Die Entwicklungspsychologin Penelope Leach betont, dass Jungen anders lernen, anders reifen und größere persönliche Fürsorge

Den Hauptgrund für die Probleme mit Jungen sieht die Entwicklungspsychologin Penelope Leach darin, dass die Jungen nicht entsprechend bevotert wurden.

benötigen als Mädchen. Jungen seien meistens motorischer veranlagt als kleine Mädchen, seien lauter und unordentlicher und bekämen in vollen Horten nicht die persönliche Zuwendung, die sie bräuchten. Auf weibliche

Erzieher wirken sie ungehorsam, destruktiv und aggressiv, so dass sie die Jungen vielfach abweisen und sich lieber Mädchen widmen.

Der Erziehungswissenschaftler Peter Struck geht so weit, dass er vehement eine »eigene Pädagogik für Jungen« fordert. Damit Jungen nicht nur von Frauen erzogen werden, fordern andere eine Männerquote beim Personal von Kindergärten und in Vor- und Grundschulen.

In der Tat: In unserer Gesellschaft werden Kinder überwiegend von Frauen erzogen und geprägt. Überlegen Sie nur einmal: Wer betreut Ihren Jungen im Kindergarten und in der Grundschule? Im Kindergarten sind fast ausschließlich Erzieherinnen tätig. Auch in der Grundschule sind männliche Lehrer nur spärlich vertreten. Wenn dann auch noch Sie kaum zu Hause sind, rundet Ihre Frau die Palette weiblicher Erzieher ab.

Soziologen meinen, dass Jungen, die hauptsächlich unter weiblichem Einfluss stehen, Gefahr laufen, sich zu einem von zwei extremen Typen zu entwickeln: Der eine akzeptiert die weiblich-dominante Umwelt und übernimmt, weil er es nicht anders kennengelernt hat, mehr oder weniger stark typisch weibliche Verhaltens- und Denkweisen. Später wird aus ihm vielleicht der verweiblichte Mann, der »Softie«. Der andere Typ rebellierte gegen die weibliche Dominanz und wird sozial auffällig. Er verkörpert später den Macho- oder Playboy-Typ, der dazu neigt, das Leben und auch die Frauen auf die leichte Schulter zu nehmen.

Diese möglichen Fehlentwicklungen sollten uns Vätern zu denken geben und uns veranlassen, unsere Verantwortung im Familienleben ernsthafter wahrzunehmen.

Sie und ich – wir sind für unsere Söhne das wichtigste männliche Gegenüber! Es ist schlicht eine Tatsache, dass sich ein Junge angesichts der weiblichen »Übermacht« nach seinem Vater sehnt, ihn bewundert, mit ihm zusammen sein und ihm nacheifern will. Verbringen Sie Zeit mit Ihrem Sohn! Er muss Sie erleben und genießen können. Wie kann das konkret aussehen? Lassen Sie mich von uns erzählen: Meine vier Jungen sind inzwischen erwachsen. Während ihrer Kindheit gab es bei uns regelmäßig »Männertage«. Was wir gemacht haben? Vor allem Radtouren und Wanderungen, Angeln, Lagerfeuer, Kanufahrten, Übernachten im Freien ... üblicherweise bis die letzten Kraftreserven aufgebraucht waren. Das erfordert einen Vater, der fit bleibt. Einem Jungen können Sie nicht sagen: »Komm, wir machen einen Spaziergang.« Es muss mindestens eine Wanderung sein, besser eine Expedition. Dies sind außerdem die besten Gelegenheiten für Gespräche von »Mann zu Mann«. So etwas schweißt Vater und Sohn zusammen.

In einem Urlaub in Schweden hatten meine Jungs und ich uns vorgenommen, einfach querfeldein einen See zu umrunden. »Wenn wir uns am Wasser halten«, dachten wir, »können wir uns ja nicht verlaufen.« So schlugen wir uns durch das Dickicht, durch

Schilf und Wasserläufe. Was gab es nicht alles zu beobachten: ausgewachsene Elche, seltene Pflanzen und Fische. Und natürlich verliefen wir uns, weil man ja doch nicht immer am Ufer bleiben kann! Ein Waldarbeiter zeigte uns in der Abenddämmerung den Weg. Jetzt hieß es aber noch, stundenlang durchzuhalten. Die Truppe schaute auf mich, den Anführer. Singend motivierte ich sie, bis unsere Beine von allein liefen. Claudia hatte uns schon vermisst und fuhr bereits mit dem Wagen die Waldwege ab. In der Erwartung, einen erschöpften und jammernden Haufen vorzufinden, gabelte sie uns schließlich nach Mitternacht auf. Aber nein, strahlend und heiser vom Singen ließen die Helden ihre schmerzenden Knochen in die Polster fallen. Sie hatten gerade das Abenteuer ihres Lebens durchgestanden.

Nun hatte ich immer vier um mich. Wenn Sie »nur« einen Sohn haben, tun Sie sich doch mit anderen Vätern zusammen,

»Stell einen Jungen an die Seite eines richtigen Mannes, und er wird selten einen falschen Weg gehen!«

und erleben Sie Ihre eigenen Abenteuer. Vor allem wilde und lebhaftere Jungs – die Last der Mütter – brauchen einen starken Vater. Für sie

gilt das Sprichwort: »Stell einen Jungen an die Seite eines richtigen Mannes, und er wird selten einen falschen Weg gehen!«

## Was brauchen Jungen?

Was ist in unserer Gesellschaft nur verloren gegangen? Was brauchen Jungen, um zu fröhlichen, kreativen, energiegeladenen und freundlichen jungen Männern heranzuwachsen?

Ich will es einmal mit folgenden vier Stichpunkten umreißen. Dabei gebrauche ich das Wort »mehr«, um deutlich zu machen, dass ein Junge diese Dinge stärker benötigt, als in der Vergangenheit angenommen wurde.

### Mehr Männer um sich herum

Jungen brauchen Männer um sich herum, die sie bewundern können und die ihnen Vorbild bei der Identifikationssuche sind – dann brauchen sie sich ihre Helden nicht mehr in der virtuellen Welt zu suchen. Für die Identitätsfindung Ihres Jungen ist es enorm wichtig, ihn in eine Männergruppe einzuführen. Er soll erleben, wie Männer miteinander Spaß haben, Abenteuer erleben, Sport treiben, aber auch wie sie aufeinander hören und eingehen, sich Anteil nehmend in den Arm nehmen, miteinander beten und sich die Tränen aus den Augen wischen.

Wann immer Testosteron ausgeschüttet wird – und das geschieht vermehrt mit etwa vier Jahren und in der Pubertät –, beeinflusst es den Energiehaushalt und die Stimmungen eines Jungen.

Auf diese Weise können Väter authentische Vorbilder für ihre Söhne sein: vor allem was den Umgang mit Aggressionen angeht, aber auch im Hinblick auf Fairness, Verantwortung, sexuelle Reinheit und den Umgang mit Mädchen und Frauen.

### Mehr Training in Fairness und Verantwortung

Schon im Mutterleib werden die Ungeborenen von Hormonen gesteuert, Jungen vorwiegend von Testosteron, Mädchen von Östrogen.

mich mit unseren ersten sieben Teenies zusammen und schrieb mit ihnen ein Büchlein, das damals »Zwischen 12 und 17 – Tipps für Teens« genannt wurde. Sie strichen mein Manuskript ziemlich zusammen und lieferten treffende Beispiele: »Papa, so kannst du das doch nicht schreiben. Das versteht kein Teenie!« Oder: »Also, diese Musikgruppe ist doch schon total out.« Dieses gemeinsame Arbeiten war die intensivste Vorbereitung auf die Pubertät, die ich ihnen geben konnte.

Inzwischen ist dieser Bestseller schon mehrmals überarbeitet und aktualisiert worden; zuletzt vor wenigen Jahren von meiner jüngsten Tochter. Jetzt hat das Buch den Titel »Zwischen 9 und 13«. Selbst für mich ist es frappierend zu beobachten, wie rasant sich Kinderwelt, Geschlechtsreife und Sexualisierung in unserer Gesellschaft verjüngt haben.

Sie können dieses Büchlein Ihrem Sohn zu lesen geben und anmerken: »Wenn du durch bist, würde ich mich gern mit dir darüber unterhalten.« Oder, noch schöner: Sie lesen es ihm vor, und an den entsprechenden Stellen halten Sie inne und unterhalten sich über das Gelesene. Denken Sie daran, dass das Buch an die Preteens gerichtet, also dafür gedacht ist, es vor dem Eintritt in die Pubertät zu lesen. Ein schönes Folgebuch für junge Teens ist dann »Nur für Jungs. Alles, was du wissen willst ...« von Ute Mayer und Tobias Faix.

#### Buchempfehlung

Eberhard Mühlhan, »Zwischen 9 und 13«. Tipps für angehende Teens. Gerth Medien, Asslar 2007.

Ute Mayer und Tobias Faix. »Nur für Jungs. Alles, was du wissen willst ...«. Holzgerlingen, SCM Hänssler 2009.

#### Zum Nachdenken

1. Welche dieser Stichworte können Sie einfach so übernehmen?
2. Welche würden Sie wie umformulieren?

## Der Vater und seine Tochter

Und was ist mit den Töchtern? Vermutlich sind Sie schon gespannt, was ich dazu zu sagen habe. Im Vergleich zu meinen vier Jungs sind sie bei uns in der Familie in der Überzahl: Ich habe nämlich neun. Inzwischen sind sie alle erwachsen, die meisten sind verheiratet, haben selbst schon Kinder, und ich kann meine Studien an den Enkelkindern fortsetzen.

Mädchen machen die Abenteuer der Jungen gerne mit, manchmal nicht ganz so intensiv. Die meisten unserer Unternehmungen haben wir mit Jungen und Mädchen gemeinsam gestaltet. »Männertage« waren lediglich die besonderen Extras, hauptsächlich der ungestörten Gespräche von Mann zu Mann wegen. Claudia hat ebenso wie ich manches auch allein mit unseren Töchtern unternommen.

Was machen kleine Mädchen gern? Ich habe in meinem Leben unzählige Zirkusvorstellungen, Tierdressuren, Ballettvorstellungen, Musikvorführungen und Einladungen ins »Kinderrestaurant« mit nicht schwindender Begeisterung mitgemacht. Auch sportlich haben Mädchen einiges zu bieten. Bei meinen Waldläufen begleitete mich fast immer eine Amazone (bis ihr durch die eintretende Pubertät plötzlich die Ausdauer schwand). Auf unserem gepflasterten Hof sind schon einige Basketballturniere ausgefochten worden. Und es soll niemand behaupten, dass Mädchen technisch nichts drauf hätten: Esther führte die Filmkamera meisterhaft und durchschaute die Computerfinessen besser als ich.

Mädchen lassen sich sehr gern von ihrem Vater ins Eiscafé einladen und, wenn sie älter sind, auch ins Restaurant. Dann genießen sie es, von ihm hofiert zu werden, himmeln ihn an, kichern und erzählen, erzählen, erzählen ... Das sind die schönsten Stunden für einen Vater, wenn er das Vertrauen und die Liebe seiner heranwachsenden Tochter spürt.

Ein fehlender Vater wirkt sich auf die Entwicklung der Tochter ähnlich dramatisch aus wie auf die Entwicklung des Sohnes. Die Mutter ist zwar noch als Identifikationsfigur für das Frausein ihrer Tochter vorhanden, durch die »Rollenverschiebung« kann sie jedoch schwerer ein klares Vorbild abgeben. Eine alleinerziehende

Der fehlende Vater – ob ständig abwesend oder nur unnahbar – hat für eine Tochter ähnlich dramatische Auswirkungen wie für den Sohn.

Mutter steht noch dazu stark unter Druck: Sie muss den Verlust ihres Ehepartners, die folgende Veränderung oder den Abbruch verwandtschaftlicher, freundschaftlicher, vielleicht auch gemeindlicher Beziehun-

gen verarbeiten. Sie muss sich um alles allein kümmern, vielfach den Unterhalt verdienen und kann ihrer Tochter deshalb nicht immer die Aufmerksamkeit schenken und die Beziehung bieten, die sie bräuchte.

Eine Tochter, die von ihrem Vater verlassen wurde, trägt eine Reihe von negativen Gefühlen in ihr Erwachsensein hinein. Ihr fehlt die Erfahrung, wie man als Frau mit einem Mann umgeht. Meist hat das zur Folge, dass sie sich in der Beziehung zum anderen Geschlecht unsicher oder auch unwohl fühlt. Das wiederum kann Einfluss auf ihre spätere Partnerwahl und die Dauer von Beziehungen haben. Sie trägt vielleicht die unverarbeitete Wut darüber in sich, dass ihr Vater sie verlassen hat. Dieser Vertrauensbruch färbt ihre Beziehung zu anderen Männern. Dieses Mädchen möchte einen Mann in ihrem Leben, ist aber unsicher, ob sie ihm vertrauen kann. Jeden Vertrauensbruch durch einen Mann interpretiert sie als einen weiteren Beweis, dass man sich auf einen Mann nicht verlassen kann. Man weiß, dass eine Tochter zu einem großen Teil ihr Selbstbild über den Vater bezieht. Er gibt ihr das Gefühl, wichtig zu sein, indem er ihr Aufmerksamkeit schenkt und Ermutigung ausspricht, oder unwichtig zu sein, wenn er sich nicht um sie kümmert.

Sie sind in Ihrer Familie glücklicherweise anwesend und wollen Ihrer Tochter ermöglichen, zu einer gesunden, fraulichen Persön-

lichkeit heranzuwachsen. Vieles, was für den Umgang mit einem Sohn gilt, gilt für die Tochter gleichermaßen: Sie benötigt ebenso die Nähe und Kooperation mit ihrem Vater. Sie sollen ihr Freund, Begleiter und Beschützer sein. Die Gehirnentwicklung in der Pubertät verläuft ähnlich wie bei einem Jungen, und die Stichworte in der »Checkliste« können im Wesentlichen auch auf ein pubertierendes Mädchen übertragen werden.

Vieles, was für den Umgang mit einem Sohn gilt, gilt für die Tochter gleichermaßen!

Wo liegt aber dann der große Unterschied zum Umgang mit einem Jungen?

Er liegt darin, dass Sie eben *nicht* eines Geschlechts sind. Sie sind der erste und einflussreichste Mann im Leben Ihrer Tochter. Wie der Vater für den Sohn ist die Mutter zwar die wichtigste weibliche Identifikationsfigur für die Tochter. Doch Sie bestätigen sie in ihrer Weiblichkeit, vermitteln ihr – anders als die Mutter – Sicherheit im Umgang mit Männern und in der Gesellschaft. An Ihnen erlebt Ihre Tochter, ob sie der Männerwelt trauen kann oder nicht. Das Selbstbild als Frau, das Ihre Tochter in sich aufbaut, wird im Wesentlichen von Ihrem Umgang mit ihr geprägt: Ihre Ermutigung, Ihr Zutrauen und Vertrauen wird sie sicher machen und ihre Kompetenz stärken.

Das Selbstbild als Frau, das Ihre Tochter in sich aufbaut, wird im Wesentlichen von Ihrem Umgang mit ihr geprägt.

Wenn wir jetzt weiter über Ihre Tochter sprechen, möchte ich diese beiden Stichworte im Blick behalten: Weiblichkeit und Kompetenz.

## Zum Nachdenken

1. Was sind Ihre bisherigen Beobachtungen und Erfahrungen mit Ihrer Tochter?
2. Wo verhält sie sich von sich aus anders als Ihr Sohn?