

Quelle: Z-Magazin Nr. 11/2019: Anna Machin im Interview
Aus der App der Süddeutschen Zeitung: Ein Artikel des SZ-Magazins Nr. 11/2019
<https://zeitung.sueddeutsche.de/webapp/issue/SZM/2019-11/6/index.html>

Väter sind nicht wichtig – das war lange das Forscherdenken. Die Oxford-Professorin Anna Machin ändert das nun: mit erstaunlichen Erkenntnissen

Auslöser für Ihre Forschung war die Geburt Ihrer ersten Tochter vor zehn Jahren. Sie sind dabei fast gestorben. Was ist passiert?

Meine Tochter war vor der Geburt im Mutterleib erkrankt. Für ihre Notversorgung waren daher viele Ärzte im Kreißsaal. Direkt nach der Geburt bekam ich auf einmal schlimme Blutungen, und es kamen noch mehr Ärzte reingerannt. Mein Mann, der Angst um das Kind hatte und auch noch fürchtete, dass ich sterben würde, wurde zur Seite gestoßen. Die einen Ärzte liefen mit dem Baby in die Intensivstation. Die anderen kümmerten sich um mich, irgendwann stoppten sie die Blutung, gaben mir Morphium – und rauschten auch ab. Zu viel zu tun, zu wenige Ärzte. Ich lag also da, mein Mann war mit mir allein im Raum. Die nächste Person, die reinkam, war der Putzmann, der das Blut wegwischen sollte. Mein Mann fragte ihn: Ist sie tot? Ich atmete sehr flach wegen des Morphiums. Der Putzmann sagte nur: Wenn sie tot wäre, hätten sie es Ihnen schon gesagt. Das alles war für meinen Mann ein großes Trauma.

Wie wirkte es nach?

Eine sehr lange Zeit konnte er nicht über die Geburt sprechen, ohne zu weinen. Mich machte es wütend auf das System. Mir wurde in dem Jahr nach der Geburt alle mögliche Hilfe angeboten. Ich hatte auch eine Wochenbettdepression, die sicher mit diesem Drama zu tun hatte. Aber ich wurde bestens betreut, bis ich wieder zur Arbeit ging. Meinem Mann bot niemand Hilfe an. Das fand ich unfair. Und fahrlässig: Ist es in Ordnung, einen Vater in diesem Zustand alleinzulassen? Was macht das mit der Familie? Ich bin Anthropologin. Mein Fachgebiet sind Bindungen zwischen Menschen, auch innerhalb der Familie. Als ich wieder zur Arbeit ging, wollte ich mehr darüber wissen: Was macht eine Geburt mit Vätern? Ich schaute, was darüber geforscht und geschrieben worden war. Es gab nichts. Nur einige Arbeiten über abwesende und schlechte Väter. Ich war erschrocken. Wir wissen alles über Mütter, es gibt Tonnen von Studien; aber über Väter wissen wir nichts. Das ist eine riesige Lücke.

Warum schien sich niemand für die Väter zu interessieren?

Bis vor zehn Jahren herrschte in der Forschung die Auffassung vor, dass Väter keinen Einfluss auf die Entwicklung des Kindes haben. Es gibt viele Klischees. In Internetforen wird über den Vater als nutzlosen Kerl gelästert. Aber wer Studien und Daten liest, weiß, dass das Bild vom faulen Vater, der die Windel verkehrt rum anzieht, keine Grundlage hat. Die überwältigende Mehrheit der Väter ist anders, sie ist für ihr Kind da und gibt ihr Bestes. Für mich als Anthropologin war es toll, dass wir so wenig wussten. Es gab viel zu entdecken. Und es war leicht, Väter für meine Studien zu gewinnen. Sie sind begierig, mehr über sich selbst zu erfahren. Aber es gibt auch die andere Seite: Ich muss immer noch viele Leute davon überzeugen, dass diese Studien überhaupt nötig sind – die Menschen, die Fördergelder vergeben, oder wissenschaftliche Verlage.

Wie erklären Sie diesen Zweifeln, warum Väterforschung wichtig ist?

Ich sagen ihnen: Wie Frauen verändern sich auch Männer durch die Geburt biologisch. Ihr Gehirn, ihre Hormone. Sie haben wie Mütter einen Elterninstinkt. Sie haben auch Wochenbettdepressionen. Und wenn das nichts hilft, weil die Leute gern sagen, Väter sollten sich nicht so anstellen, schließlich kriegen nicht sie, sondern die Mütter die Kinder, dann sage ich: Okay, vergessen wir den Vater, denken wir nur an die Kinder. Wir müssen etwas

über die Väter erfahren, denn sie haben einen enormen Einfluss auf die Entwicklung des Kindes – Sie wollen doch auch gesunde Kinder, oder?

Väter haben Wochenbettdepressionen?

Ja, jeder zehnte. Wobei der Begriff Wochenbett falsch ist. Sie haben sie erst nach einem Jahr, Frauen früher. Solche Väter haben Ängste, sind aggressiv, ziehen sich zurück. Das hat eine größere Wirkung auf das Kind, als viele denken. Solche Männer brauchen Hilfe, so wie eine Frau mit einer solchen Depression, der im Wochenbett ja auch keiner sagt, sie solle sich nicht so anstellen. Aber um helfen zu können, muss man erst mal wissen, dass es diese Depressionen bei Vätern überhaupt gibt und wie sie sich von denen der Mutter unterscheiden. Sie führen oft zur Selbstmedikation mit Alkohol.

Wie sollte man Väter unterstützen?

Wir wissen heute: Die Art, wie wir sie vor, während und nach der Geburt mitbehandeln, ist der wichtigste Input für den Mann auf dem Weg zum Vater. So ist er auch am Anfang nicht nur dabei, irgendwo im Niemandsland zwischen Akteur und Besucher, sondern er wird wirklich Teil der Geburt. Wie um Mütter könnten sich Ärzte oder Hebammen auch um Väter kümmern. So ließe sich ohne großen Aufwand der ganzen Familie helfen: Beim Vater verringert es das Risiko einer Depression, der Mutter hilft es psychologisch, denn sie hat weniger das Gefühl, das Kind alleine zu bekommen. Es beeinflusst, wie wir nun wissen, sogar medizinisch, wie eine Geburt für Kind und Mutter verläuft, denn es mindert Komplikationen.

»Die Evolution vermeidet Redundanz: Die Rollen von Vater und Mutter sind unterschiedlich angelegt«

Wie ist es nach der Geburt: Gibt es grundsätzliche Unterschiede darin, wie Mütter und Väter ein Kind aufziehen?

Die Evolution vermeidet Redundanz. Also sind die Rollen des Vaters und der Mutter von Anfang an unterschiedlich angelegt. Das Kind benötigt beide. Wenn die Eltern mit dem Kind interagieren, sehen wir bei der Mutter vor allem eine Aktivierung im limbischen System des Gehirns, wo die Gefühle sitzen, die Fürsorge, das Behüten. Die Beziehung zum Baby ist nach innen gerichtet. Bei dem Vater sehen wir eine Aktivierung im Neokortex, wo die soziale Kognition sitzt, die soziale Interaktion und Kommunikation, das Planen, Anschieben, Herausfordern. Die Beziehung ist also nach außen gerichtet. Er hat den Drang, das Kind anzuschubsen, seinen Grenzen entgegen. Es geht darum, dass das Kind die Welt entdeckt, wie es mit Risiken umgeht, auch mit einem Versagen.

Mütter sollten sich also nicht wundern, wenn Väter mit Kindern anders umgehen?

Sie sollten sich vielmehr freuen, es tut ihrem Kind gut. Es schadet eher, wenn sie den Mann tatsächlich dazu bringen, alles so zu machen wie sie selbst. Wirklich schlimm sind Türwächter-Mütter, die das zur Bedingung machen, damit der Vater das Kind sehen darf. Sie sind zum Glück in der Minderheit, das geschieht vor allem in zerrütteten Beziehungen.

Sie sprachen über die vielen offenen Fragen in der Väterforschung vor zehn Jahren. Welche war die erste, die Sie beantworten wollten?

In der alten Forschung hieß es, die Bindung des Kindes zum Vater sei weniger eng als die Bindung zur Mutter. Bei meiner Tochter und meinem Mann stimmte das aber nicht. Meine ersten Fragen waren daher: Auf welche Art verbinden sich Baby und Vater miteinander? Was macht er anders, und warum klappt es trotzdem?

Und?

Wir sehen, dass Väter die Bande langsamer knüpfen. Mutter und Kind durchleben die Geburt zusammen, es löst vieles zwischen beiden aus, es ist ein chemischer Prozess, ein Austausch von Hormonen. Die Mutter hat einen Vorsprung, und der wächst durch das Stillen. Väter bauen eine Verbindung durch Interaktion auf: indem sie etwas mit dem Baby

tun. Es dauert aber eine ganze Weile, bis es eine Interaktion gibt, der Vater vom Kind also auch eine Antwort bekommt. Gut sechs Monate, sagen die meisten Väter in unseren Studien: wenn das Baby anfängt zu brabbeln, zu spielen. Manche Väter brauchen 18 Monate, um das gleiche Band zum Kind zu knüpfen wie die Mutter. Gerade die ersten Monate sind für viele Väter frustrierend. Denen sage ich: keine Sorge. Es wird kommen. Sprecht und singt und lest für euer Baby. Selbst wenn ihr euch dabei dumm vorkommt, es ist wichtig.

Laut Machin helfen Väter Kindern, die Welt zu entdecken, und beeinflussen mehr als Mütter, ob sie Selbstbewusstsein aufbauen und mit Versagen umgehen können.

Wie gehen die Väter mit diesem ersten Frust um?

Viele machen es instinktiv richtig: Sie übertreiben die Interaktion. Viele Mütter kennen das – der Vater kommt nach Hause, hebt das Kind hoch und wirbelt es durch die Luft, oder er lässt es krabbeln und jagt hinterher. Sie verdrehen die Augen und denken: Wie soll ich das Baby wieder runterkriegeln, es soll doch ins Bett! Aber das ist die einzige Chance der Männer, eine ähnliche Bindung zu erlangen wie die Mutter beim Stillen. Durch das Toben, Kitzeln, Raufen werden wichtige Bindungshormone ausgeschüttet – bei Vater und Kind: Oxytocin, Dopamin und Beta-Endorphin, die euphorische Gefühle erzeugen oder Menschen verbinden.

Und was können Väter in der ersten schwereren Babyphase falsch machen?

Viele ziehen sich zurück. Es gilt immer noch als unmännlich, darüber zu reden, erst recht auf der Arbeit, wohin viele ja schnell wieder zurückkehren. Sie haben keinen Ansprechpartner, obwohl sich auch in ihrem Leben gerade alles geändert hat. Du als Vater veränderst dich. Dein Gehirn verändert sich, deine Hormone, deine Psyche, alles.

»Während der Schwangerschaft der Frau sinkt der Testosteronspiegel des Vaters«

Das Gehirn verändert sich?

Schon vor der Geburt. Für die Natur beginnt die Vaterschaft vorher. Viele können sich das nicht vorstellen, schließlich gibt es anders als bei der Mutter keine körperliche Verbindung. Aber während der Schwangerschaft sinkt der Testosteronspiegel des Vaters. Das ist ein weltweites Phänomen, unabhängig von Kultur und sozialer Gruppe. Männer mit hohem Testosteronlevel erfahren einen besonders starken Abfall. Dafür muss der Vater nicht einmal mit der Mutter zusammenleben, ein regelmäßiger Kontakt genügt. Der Hormonspiegel steigt zwar nach der Geburt wieder – aber nie mehr auf den alten Stand.

Warum ist das so?

Die Evolution hat es so angelegt. Weil Babys so lange von ihren Eltern abhängig sind, sichert ein anwesender Vater ihr Überleben. Männer hören das nicht so gern. Ich sage ihnen aber: Keine Panik, von der Evolution her seid ihr auf dem Höhepunkt der Männlichkeit – mehr als Vatersein geht nicht. Und: Je niedriger das Testosteron, desto besser bist du als Vater. Du kannst dich in dein Kind einfühlen, seine Bedürfnisse lesen. Und die Belohnungshormone Oxytocin und Dopamin kommen auch vermehrt. Das verschafft euch echte Hochgefühle.

Gilt das für alle Väter, die sich um Babys kümmern, oder nur für die biologischen Väter?

Es gibt noch nicht genug Daten, aber wahrscheinlich gilt es für alle. Blut ist hier anscheinend nicht dicker als Wasser.

Und wie verändert sich das Gehirn des Vaters dann nach der Geburt?

Im Zentrum wächst wie bei der Mutter die sogenannte graue Masse, man wird einfühlsamer, organisierter – ein besserer Kümmerer. Aber der eine grundsätzliche Unterschied zur Mutter bleibt: die Aktivierung im Neocortex, wenn Väter ihr Kind sehen. Der Drang, das Kind anzuschubsen. Bei schwulen Vätern werden übrigens beide Hirnareale verstärkt aktiviert, auch das Zentrum, wie sonst nur bei der Mutter. Im Gehirn entsteht eine neue Verbindung,

mit der die Areale miteinander kommunizieren können. So können sie gleichzeitig die Rolle der Mutter und des Vaters übernehmen, sodass das Kind beides hat.

Gilt das auch für lesbische Mütter?

Ja.

Sie haben über Ihre Studienergebnisse und die Erkenntnisse anderer Forscher auf der Welt ein Buch geschrieben, The Life of Dad: The Making of a Modern Father. Darin schreiben Sie, Väter seien in manchen Phasen für die geistige Gesundheit des Kindes wichtiger als Mütter. Das ist schwer zu glauben.

Es stimmt aber. In bestimmten Lebensphasen eines Kindes ist die Mutter wichtiger für dessen Entwicklung – und in anderen eben der Vater. Wenn wir uns Untersuchungen über die langfristige geistige Gesundheit von Kindern ansehen, besonders während der Pubertät, so sind Kinder, die früher ein enges Band zum Vater hatten, deutlich robuster und gesünder. Der Vater ist mit seiner Rolle enorm wichtig dafür, das Kind widerstandsfähig zu machen. Natürlich ist mir klar, dass solche Zuweisungen kontrovers sind, weil sie althergebrachte Gender-Rollen bedienen.

Und es gibt sehr viele Mütter, die alleine wunderbare Kinder großziehen.

Es ist aber eine Ausnahme, dass diese Kinder keinen Kontakt zu Männern haben. Vielleicht sehen die Väter das Kind regelmäßig, oder es gibt den Onkel, den Großvater, den Stiefvater, Lebenspartner oder einfach nur guten Freund, der zur Bezugsperson wird und Aufgaben des Vaters übernimmt. Und: Genauso wie sich das Gehirn eines schwulen Vaters oder einer lesbischen Mutter verändert, können Singlefrauen durch die Anpassungsfähigkeit des menschlichen Gehirns die Rolle des Vaters mit übernehmen. Es geht am Ende nicht um das Geschlecht, nur um die Funktion, die Hirnaktivierung, die das Kind an Grenzen führt – natürlich sinnvolle Grenzen, nicht Gefahren und Überforderung.

Wann ist die Funktion des Vaters besonders wichtig?

Im Kindergartenalter, im Einschulungsalter und als Jugendliche – weil der Vater das Kind auf die Welt außerhalb der Familie vorbereitet. Es gibt dazu inzwischen viele Studien. Wenn sich Väter in gewissen Kindheitsphasen wirklich kümmern, hat das verblüffende Folgen. Zum Beispiel hat es eine starke Wirkung auf die akademische Karriere Zwanzigjähriger, wenn ein Vater viel mit ihnen gelesen und geübt hat, als sie sieben waren. Das ist ein Effekt, den vorlesende Mütter nicht erzielen. Besonders wichtig scheint der Vater auch für die Ausbildung des Selbstbewusstseins und der Geschlechtsidentität zu sein.

Welche Ihrer Ergebnisse hat Sie bisher am meisten überrascht?

Wie wichtig es ist, dass gerade Jugendliche Zeit mit dem Vater verbringen. Sie müssen dabei nichts Besonderes tun. Mit dem Hund Gassi gehen, zum Sport gehen, das Auto waschen, egal was. Väter, die in dieser Phase im Job zurückstecken, ein wenig auf Karriere verzichten, sind eine große Unterstützung für ihre Kinder. Nichts kann dem Kind diese gemeinsame Zeit ersetzen.

Viele Männer nehmen sich noch nicht so viel Zeit für die Kinder, ihre Elternzeit ist – wenn sie überhaupt genommen wird – meistens kurz. Und auf die Idee, auch in späteren Jahren noch einmal eine Auszeit zu nehmen oder für die Teenager kürzer zu treten, kommen die wenigsten. Weil sie es sich in der alten Rolle bequem machen? Sich immer noch lieber als Versorger sehen, nicht als Erzieher?

Es wäre unfair, die Rolle des Versorgers geringzuschätzen. Er verdient das Geld, das dem Kind vieles ermöglicht. Hier geht es um ein Gesellschaftsproblem, das auch mit Geschlechtergerechtigkeit zu tun hat. Es ist nicht nur diskriminierend, dass Frauen weniger verdienen und seltener Karriere machen. Es hemmt auch den Wandel im Familienleben und schwächt die Vaterrolle. Solange Männer mehr verdienen als Frauen, haben Paare oft keine Wahl. Er geht schnell wieder zur Arbeit, die Frau bleibt länger zu Hause. Das muss sich ändern. In der nächsten Generation wird das hoffentlich erreicht.

»Ich will nicht die Väter über die Mütter stellen, nur dahin, wo sie hingehören: auf dieselbe Stufe«

Was gibt Ihnen diese Hoffnung?

Es wächst die Zahl der Frauen, die Karriere machen. Und es wächst die Zahl der Väter, die sich wirklich kümmern wollen. Noch haben die jungen Familien das Pech, dass sie in diese Übergangszeit geraten sind. Frauen wollen weiter gute Mütter sein, aber auch Karriere machen. Und viele Väter wollen weiter der Versorger sein, aber zugleich der fürsorgliche Vater. Beides zusammen schaffen sie nicht, weder Mutter noch Vater. Es muss ein neues Modell her. Was für die Mütter wichtig wäre, erforschen andere. Ich schaue auf die Väter. Und da fällt mir auf, dass hier die Gesellschaft noch kein Bewusstsein hat. Ein Vater wagt es, sich über die Doppelbelastung zu beschweren? Da heißt es: Na, was soll da erst die Mutter sagen? Gerade Frauen reagieren da empfindlich und machen Väter gern klein. Für diese Feststellung werden Feministen mich vielleicht ausschimpfen, aber dann verstehen sie es nicht. Ich will nicht die Väter über die Mutter stellen. Nur dahin, wo sie hingehören: auf dieselbe Stufe. Ein Wettbewerb zwischen Vätern und Müttern, wie er gerade noch stattfindet, schadet am Ende allen. Väter und Mütter brauchen einander. Sie wollen doch beide glückliche Kinder.