

Press release**Universität Trier****Heidi Neyses**

09/19/1996

<http://idw-online.de/en/news247>no categories selected
Psychology
transregional, national**Bewältigung des Übergangs zur Elternschaft**

UNIVERSITAET TRIER 155/1996 19. September 1996

Bewaeltigung des UEbergangs zur Elternschaft

Die Forschung geht in die Praxis

Dass das freudige Ereignis der Geburt eine krisenhafte Phase im Leben des frischgebackenen Elternpaares nach sich zieht, ist mittlerweile unbestritten - die neue Aufgabe der Versorgung eines vollstaendig abhaengigen und rund um die Uhr pflegebeduerftigen Lebewesens verlangt von den Eltern eine radikale Veraenderung ihres Alltags und ist gleichzeitig fuer die meisten gaenzlich neu. Eine von der Deutschen Forschungsgemeinschaft gefoerderte laengsschnittliche Untersuchung des UEbergangs zur Elternschaft unter der Leitung des Trierer Psychologen Prof. Dr. Leo Montada hat gezeigt, dass es ueber die Aufgabe der Erwerbstaetigkeit oder Ausbildung der Frau hinaus zu Einschränkungen der jungen Muetter und Vaeter in den Bereichen der Freizeit und Partnerschaft kommt. Zeit und Energie fuer diese Aufgabe wird in der Regel dadurch zu schaffen gesucht, dass die junge Mutter ihre Erwerbstaetigkeit oder Ausbildung aufgibt oder zumindest reduziert.

Meist genuegt dies jedoch nicht, so dass weitere Veraenderungen notwendig sind. Eine negative Wende nimmt die Krise, wenn die erfahrenen Veraenderungen mit negativen Gefuehlen und Bewertungen einhergehen, wenn soziale und materielle Ressourcen knapp sind. Werdende Eltern benstigen Informationen, die moegliche Unwaegbarkeiten reduzieren koennen. Sie brauchen Kommunikationsfertigkeiten und Techniken des konstruktiven Umgangs mit negativen Gefuehlen, um ungluecklich ausgefallene Verteilungen zu einem guten Ende bringen zu koennen, und schliesslich Konfliktloesungstechniken.

Im Rahmen der konventionellen Vorbereitung, die derzeit in unserer Gesellschaft angeboten wird, hat dieses Programm keinen Platz. Dort geht es um eine Vorbereitung auf die Geburt, hier um eine Vorbereitung auf das Leben mit dem Kind. Es musste also ein neues Angebot entwickelt werden. Dies wurde ermoeglicht durch eine Sachbeihilfe des rheinland-pfaelzischen Ministeriums fuer Wissenschaft und Weiterbildung an Dr. Barbara Reichle und Prof. Dr. Gisela Mueller-Fohrbrodt, die Arbeiten zur konstruktiven Bewaeltigung von Problemsituationen vorgelegt hat. Seit gut einem Jahr ist das Programm entwickelt und wird in den Raeumen des Psychologischen Ambulatoriums trainiert, teils in Kooperation mit fortgeschrittenen Studierenden der Psychologie, die sich mit dem Kurs in die Anwendungspraxis einarbeiten. Jeder Kurs dauert drei Wochen und umfasst etwa fuenfzehn Stunden. Drei Kurse haben bereits stattgefunden, ein vierter steht im September an. Die bisher befragten Teilnehmerinnen und Teilnehmer waren ueberzeugt, von dem Angebot profitiert zu haben. Die wissenschaftliche UEberpruefung des Effekts dauert noch an: die trainierten erstmaligen Eltern beantworten die gleichen Frageboegen wie die nicht trainierten aus der oben erwaehten Laengsschnittstudie.

Wer seine Lebensveraenderungen als Einschraenkungen empfindet, ist eher verSrgert, empsrt oder enttSuscht. Ueber die Zeit hinweg haben solche Erfahrungen fatale Folgen: Wer im dritten Monat der ersten Elternschaft verstaerkt solche Bewertungen und Gefuehle aeussert, hat ein signifikant hoeheres Risiko, nach viereinhalb Jahren Elternschaft getrennt oder geschieden zu sein. Wenn man weiss, dass Partnerschaftsprobleme, Trennung und Scheidung problematische Effekte auf Eltern und Kinder haben koennen, legt der Befund der Trierer Psychologen es nahe, praeventiv taetig zu werden. Wenn negative Gefuehle gegenueber dem Partner oder der Partnerin mit Ungerechtigkeitserlebnissen, Schuldvorwuerfen an den anderen, Einschraenkungserlebnissen zusammenhaengen, koennte man ueber die Verminderung solcher Erfahrungen versuchen, derartigen Gefuehlen und damit der vielzitierten Erosion der Partnerschaft nach der Geburt des ersten Kindes vorzubeugen.

Oft sind indes Verteilungsentscheidungen zu beidseitiger Zufriedenheit nicht moeglich, oder sie sind a priori nicht moeglich, beispielsweise weil es zu viele Unwaegbarkeiten gibt. In diesem Fall koennte in einem zweiten Schritt versucht werden, ungluecklich ausgefallene Verteilungen zu optimieren, sie auszugleichen, oder sie doch wenigstens verstehbar und akzeptabler zu machen.

Weitere Informationen:

Dr. Barbara Reichle, Universitaet Trier, 54286 Trier, Tel.: 0651/201-3250