

Pädagoge, Kinder- u. Jugendlichenpsychotherapeut  
Familientherapeut (DGSF)  
Supervisor (DGSF)  
Lehrtherapeut (DGSF)  
Europ-Zert. f. Psychotherapie (ECP)

Systemische Psychotherapie  
mit Einzelnen, Paaren  
Familien u. Gruppen (n. HeilPrG)  
Systemische Supervision  
Coaching, Weiterbildung  
Tel. 07472-25077 Fax: -916379  
F.Pfrommer-ISYS-Ba-W@t-online.de  
internet: www.isys-bw.de

Frieder Pfrommer, Schuhstraße 4, 72108 Rottenburg

Rottenburg, 16.04.2019

## Geburtsvorbereitung und -begleitung für werdende Väter

In meiner Praxis für systemische Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie und Familientherapie habe ich zunehmend einen Blick dafür gewonnen, wie prägend sich das prä- und perinatale Erleben der gewordenen Familie auf den weiteren Verlauf der Entwicklung von Stressbewältigungsmustern und damit auf das gesundheitliche und psychische Befinden auswirken.

Häufig bekam ich von Müttern und auch von Vätern zu hören "ja die Geburt war eine Katastrophe". Mit dem Einbeziehen prä- und perinataler Aspekte in die psychotherapeutische Arbeit machte ich überraschend starke und nachhaltige Erfahrungen, die mich unter anderem dazu bewogen, möglichst früh präventiv und resilienzfördernd zu arbeiten.

Inzwischen konnte ich Erfahrungen sammeln über mein Angebot innerhalb von Geburtsvorbereitungskursen für Paare, die von Hebammen durchgeführt wurden.

In der Begleitung von werdenden Vätern in der Geburtsvorbereitung haben sich drei Schwerpunkte der Arbeit als sinnvoll und unterstützend erwiesen:

1. Der pränatale Bindungsaufbau von Vätern über einfache, wohlwollende Sprache und Hinwendung zum Kind im Bauch der Mutter.
2. Das Einüben von Möglichkeiten der Selbstregulation auf der Ebene des Autonomen Nervensystems für die Zeit während der Geburtsbegleitung, um bessere Ko-Regulation für Mutter und Kind zu erreichen.
3. Besprechen männerspezifischer Themen und Fragen zum Übergang von der Dyade zur Triade, dem sich finden als (Klein-)Familie.

Aufgrund vieler positiver Rückmeldungen von Müttern und Vätern fühle ich mich bestärkt, auf diesem Weg weiter zu gehen und in diesem Kurzvortrag davon zu berichten, um mich auch auf diese Weise für die Entwicklung einer würde- und respektvolleren Geburtskultur in Deutschland einzusetzen.

Für Rückfragen stehe ich Ihnen gerne zur Verfügung  
Mit freundlichen Grüßen  
Frieder Pfrommer