



Fritz Fränzi

10
Fritz+Fränzi
Jahre

Fritz+Fränzi

Erziehung Vom sensiblen Umgang mit dem Jähzorn
Haustiere Ihre Anschaffung sollte gut überlegt sein
Beziehungstipp Das Interesse aneinander bewahren



Elternsein

Liebespaar mit Familie



Wenn Eltern auf Welt kommen

Es gibt kaum Kurse und Literatur, die den Übergang vom Liebes- zum Elternpaar thematisieren.

12 Die meisten Paare wissen, dass ihnen eine hektische Zeit bevorsteht, doch auf die Veränderungen in der Zweierbeziehung sind sie nicht vorbereitet. Hier die Geschichten zweier Paare, die mit verheissungsvoller Liebe beginnen.



Familie Erni, auf die im Text Bezug genommen wird, hat sich uns auch für die Fotos zur Verfügung gestellt.

die







Text Edith Arnold Fotos Stefan Kaiser

«Wir werden einander einmal die Zähne suchen», beteuern sie sich gegenseitig ihre Liebe und lachen. Überhaupt lachen Marit (34) und Johan (37) viel. Selbst als der Profisportler 2003 ins Ausland wechselt und sie, die Landschaftsgärtnerin, ihm nachziehen will. Marit hat die Wohnung aufgelöst, den Job gekündigt, eine Abschiedsparty für Freunde geschmissen und schliesslich am Flughafen erfahren müssen, dass Johans Verein Konkurs gegangen ist. Die beiden fügen sich den neuen Umständen und leben während der Jobsuche in Hotelabsteigen. Bei einem Abendessen stellen sie fest, dass sie kulturell erstaunlich wenig verbindet. Literatur, Musik, Filme: «Der eine mag Blockbuster, der andere Independent.» Sie finden das skurril, aber nicht beunruhigend. Schliesslich glüht die Erotik. Sie mag an ihm, dass er «resistent ist gegen Statussymbole und seinen Prachtskörper mehr als Arbeitsinstrument betrachtet». Der studierte ETH-Sportlehrer schätzt ihre direkte, unkomplizierte Art. Im Juli 2006 geht das Traumpaar vor den Traualtar. Im folgenden Dezember wird auf den Seychellen ihr Wunschkind gezeugt.

Auch Sari (35) und Jonas (37) Erni sind ein Bilderbuchpaar: Die Violinisten umgibt eine Aura der Beschwingtheit. Die Musik öffne die Sinne extrem, sagt Sari. Bei einem Konzert in Bern vor 13 Jahren sind sie zum ersten Mal aufeinander aufmerksam geworden. Gemeinsame Auftritte mit dem Sinfonieorchester Camerata Schweiz erleben sie wie gemeinsames Ausgehen. Nach den Konzerten in verschiedenen Städten erhebt das Paar die Sekt- und Weingläser. Die klangvolle Liebe wird genossen, bevor sich die Wege wieder für ein paar Tage trennen. Jonas hat einen Zweitwohnsitz in Genf, wo er fürs Orchestre de la Suisse Romande spielt. Sari wohnt in der gemeinsamen Wohnung in Luzern und hat Engagements in Zug und Aarau. Manchmal zieht es sie nach London, wo sie an der Guild Hall School of Music and Drama studierte. Im Mai 2009 heiraten sie auf Schloss Schauensee; auf Juni kündigt sich ihr Nachwuchs an.

Sie habe sich immer Kinder gewünscht, sagt Sari. Bei Jonas löste der Tod des Vaters den Wunsch aus, als er plötzlich mit Existenziellem konfrontiert war. Genauere Vorstellungen von einem Familienalltag? «Dass man als Team perfekt harmonieren muss», sagt Jonas. Marit und Johan haben sich «keine grossen Gedanken» gemacht: «Wahrscheinlich werden wir in der ersten Phase übermüdet sein, aber das schaffen wir schon. Zudem leben wir dieselben Werte: Vertrauen, Kommunikation, Toleranz.»

15



Marits Schwangerschaft verläuft fast ohne Gefühlsschwankungen. Ein Magazin lichtet ihre vollkommenen Rundungen ab. Sie entscheidet sich für Kaiserschnitt, «um in Form zu bleiben». Johan findet's okay. Sein Arbeitspensum erhöht er auf 200 Prozent. Wohl aus dem Gefühl heraus, genügend Geld für seine Familie herbeischaufeln zu müssen. Dabei will Marit später auch wieder arbeiten. Sie gehen in die Geburtsklinik. Nach dem Kaiserschnitt verschwindet Johan, Sportjob und weitere Engagements fordern seine Präsenz. Marit gibt sich dem Wunder von Sohn Luis hin.

Sphären höchsten Glücks

«Parallel zur Schwangerschaft der Partnerin stellen sich beim Mann emotionale, körperliche und hormonelle Verschiebungen ein», schreibt Louann Brizendine in ihrem Buch «Das männliche Gehirn». Der Testosteronspiegel sinke und der Prolactinspiegel steige. Nach Vermutungen von Harvard-Wissenschaftlern reagieren die Männer damit auf natürliche, über die Luft abgegebene Schwangerschaftspheromone, die von der Haut der werdenden Mutter ausgehen. Ohne dass der Mann es merke, stellten diese Hormone ihn auf Vaterverhalten ein.

Brizendine, Autorin und Professorin für Neuropsychiatrie an der University of California in San Francisco, erklärt auch die Rollenverschiebung bei der Ankunft eines Kindes: «Wie man aus wissenschaftlichen Untersuchungen weiss, werden in dieser Situation die gleichen Gehirnschaltkreise aktiviert wie einst, als sich das Paar verliebte, nur werden sie jetzt zweckentfremdet und sorgen dafür, dass sich die Liebe beider auf das Neugeborene richtet. Amors Pfeile wurden in wirksame Gehirn-Botensubstanzen wie Dopamin und Oxytocin getaucht. Wie bei der romantischen Liebe werden auch die Bindungen zwischen den Gehirnschaltkreisen von Baby und Eltern durch Haut- und Blickkontakt verstärkt.»

Mit der Geburt von Lino gelangen Sari und Jonas in Sphären höchsten Glücks. Musikalisch kommt den Gefühlen Beethovens «Ode an die Freude» am nächsten.

«Jedes Mal, wenn ich Lino aus dem Bett nahm, staunte ich so lange wie nur möglich», erinnert sich Sari. «Dieses Wunder – es war wie etwas, das zu mir gehört, jetzt aber ausserhalb von mir ist. Ich wollte die Verbindung zu meinem Sohn nicht abbrechen, das Band ungestört beibehalten.» Sechs Tage nach der Geburt muss Jonas nach Genf. Nach zwei Nächten wäre Sari mit Lino am liebsten nachgezogen. Als Jonas dann, zurück in Luzern, wegen einer Geburtsanzeige in der

Stadt herumgerannt ist, hat sie ihn am Telefon angefleht, doch endlich nach Hause zu kommen. Dabei versucht er einfach, seine Rolle als verantwortungsbewusster Vater voll auszuüben. Für ein wichtiges Musikprojekt «fiedelt» er nebenbei beigenweise Notenblätter durch. «Jetzt muss sich etwas ändern!», paukt die ermüdete Sari einmal, weil sie besorgt war, Lino könnte aufwachen. «Du hörst nur meinen Lärm, deinen nicht!», entgegnet Jonas. Die Lösung: Das

«Schliesslich gehen die zeitintensiven Kleinkinderjahre auch mal vorbei, und dann sollte man sich als Paar nicht fremd geworden sein.»

Kinderzimmer wird in einem anderen Raum aufgebaut. Man stellt auch fest, dass Lino das Geigenspiel gar nicht stört. Die Frage war dann mehr: Wer darf wann wie viel üben? Für die zusätzliche Betreuung können zwei Grossmütter und ein Grossvater mobilisiert werden. Vier Monate nach der Geburt gibt Sari ihren ersten Auftritt. Der Himmel hängt wieder voller Geigen. In Dreisamkeit verbringt man Urlaubstage am Bodensee.

Als Liebespaar gescheitert, nicht als Eltern

Marit hat die Einladung von Johan für ein Wochenende zu zweit in den Bergen ausgeschlagen. Dass er seinen kleinen Sohn nicht dabei haben will, ist für sie eine Enttäuschung. Vor allem auch, weil er ihn in den ersten drei Monaten so wenig gesehen hat. Ihre Übermüdung und Erschöpfung wertet Johan als eine Art postnatale Depression. Marit sei um fünf aufgestanden und um acht ins Bett gegangen, sagt Johan. Man sei sich schlicht nicht mehr begegnet. Dabei lebt er im Glauben, durch die Arbeit alles für seine junge Familie zu tun. Marit fühlt sich zunehmend in eine Hausfrauenrolle gedrängt.

In die unabhängige «Paartherapie Zürich» kommen Akademiker und Nichtakademiker, Schweizer und Ausländer. Die meisten Paare sind junge Eltern, die sich überfordert fühlen von der neuen Lebenssituation. Hauptthema sei der Umgang mit der kaum vorhandenen Zeit, sagt die Paartherapeutin Marie-Louise Pfister. Sie schaut dann die Agenden des Paares an und sucht pragmatisch nach kleineren oder »