

Wo ist das?

Mit offenen Augen durchs Leben gehen, einen Blick haben fürs Detail: Das sind Eigenschaften, die hilfreich sind, um beim Leserwettbewerb von «regio.ch» zu bestehen. In jeder Ausgabe bietet sich die Möglichkeit, **50 Franken zu gewinnen.**

Die Frage «Wo ist das?» bezieht sich auf das Haus im Bild, das für jede Hundsverlochete gut ist.

Die drei Auswahlmöglichkeiten sind:

A) Rüti B) Sternenberg C) Wetzikon

Schicken Sie uns bis Montag, 14. September, die richtige Antwort entweder per E-Mail an woistdas@regio.ch oder per Postkarte an **Zürcher Oberland Medien AG, Fotowettbewerb «Wo ist das?», 8620 Wetzikon.** Vermerken Sie Ihren Namen, Ihren Wohnort und Ihre Telefonnummer. Aus allen korrekten Einsendungen wird jede Woche eine Siegerin oder ein Sieger ausgelost und mit 50 Franken beschenkt.

Die Auflösung erscheint in der nächsten Ausgabe, zusammen mit einem neuen Fotosujet, das es zu lokalisieren gilt.



Auflösung der letzten Woche: Jugl in Effretikon

Gewonnen hat: Sibille Peter, Gossau

Elternschaft bedeutet meist Glück – und ist Herausforderung für die Partnerschaft

GESUNDHEITSTIPP Das Familienglück mit einem Kind ist nicht automatisch perfekt. Viele Paare entfremden sich nach der Geburt des Kindes, weil plötzlich ein ganz anderes und neues Rollenverhalten gefordert ist.

Dr. med. Stefan Freidel

Susanne und Andreas sind ein attraktives, gebildetes und aufgeschlossenes Paar. Als ihr Wunschkind nach Jahren aktiver und glücklicher Zweisamkeit zur Welt kommt, ist das Familienglück perfekt. Beide sind voll mit ihrer Arbeit in Beruf und Familie beschäftigt und realisieren zunächst nicht, wie sie sich langsam voneinander entfernen.

Der Austausch wird weniger und die Vorwürfe nehmen zu. Susanne fühlt sich von ihrem Mann nicht mehr unterstützt, und Andreas hat den Eindruck, aus der Familie gedrängt zu werden und nur noch als deren Ernährer gesehen zu werden.

Aus dem früheren Miteinander ist ein Machtkampf geworden, in dem zuletzt auch die Sexualität untergeht. So wie Susanne und Andreas geht es vielen Paaren nach der Familiengründung.

Ein Kind verändert alles

Ein Kind ist eine grosse Herausforderung für das Ehepaar, deren Beziehung sich stark verändert. Verfügten beide zuvor über eigene Zeit, eigene Freunde und einen eigenen Beruf, gibt einer, meist die Frau, letzteren auf. Sie wird von der Kinderbetreuung absorbiert, während der Mann sich oft stärker in den Beruf hineingibt, um seiner Rolle als Ernährer gerecht zu werden. Abends sind beide erschöpft

und möchten vom Partner entlastet werden.

Auch die Rolle der Erzieherin und des Erziehers muss erst gefunden werden und ist mit vielen Unsicherheiten verbunden. Das Management der Familie ist anspruchsvoll und erfordert Absprachen, die zuvor nicht nötig waren und die auch nicht immer sofort funktionieren.

Unterstützung durch Dritte oder durch die Herkunftsfamilien muss organisiert werden. Leider kommen dabei nur allzu oft die persönlichen Bereiche und die Partnerschaft zu kurz, sodass sich bei vielen Beziehungen nach der Geburt eines Kindes die Beziehungsqualität über Jahre verschlechtert und im schlechtesten Fall sogar in Trennung oder Scheidung mündet – wie bei Susanne und Andreas. Das aber ist nicht notwendig. Gute Kooperation und gegenseitiges Interesse helfen über diese

schwierigen Zeiten hinweg. Regelmässige Gespräche zu anstehenden Themen sind ebenso wichtig wie Aktivitäten als Paar, ohne Kind. Sollten diese Massnahmen jedoch nicht ausreichen, ist es sinnvoller, die Beziehungsklärung professionell moderieren zu lassen, als zu resignieren und die Beziehung ungesteuert ins Abseits laufen zu lassen.

Gesundheitstipp



Dr. med. Stefan Freidel ist Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie FMH in Uster.

E-Mail: praxis@freidel.ch