

Porträt: Jürgen Grah

Vatersein ist für Jürgen Grah eine Selbstverständlichkeit – in allen Lebensphasen. Darin will der Düsseldorfer andere Väter unterstützen. Bei seiner Vater-Baby-Massage, einem Angebot im VÄTERNETZWERK, geht der 52-Jährige über den reinen Körperkontakt mit dem eigenen Kind hinaus.

„Alles außer Gebären und Stillen“, sagt Jürgen Grah Vätern immer wieder. „Ihr könnt das genauso wie Frauen!“ Aus Sicht des Düsseldorfers muss das Vatersein heute immer noch zur Selbstverständlichkeit werden. Dabei geht es für ihn nicht primär darum, Frauen zu unterstützen, sondern einfach nur selbst Vater zu sein.

- Ganz selbstverständlich wickeln.
- Ganz selbstverständlich auf kindlichem Niveau spielen.
- Ganz selbstverständlich auch mehr als die in der Mehrzahl beanspruchten zwei Monate Elternzeit nehmen.
- Ganz selbstverständlich kuscheln.
- Ganz selbstverständlich eine Beziehung zum eigenen Kind aufbauen, wie Frauen es auch tun, nur eben auf väterliche Weise.

Daher sind seine „Babymassagekurse für Väter vom Vater“, die er in NRW im Rahmen des VÄTERNETZWERKS anbietet, mehr als reines Berührungsangebot. Durch die Massage soll sich die körperliche Beziehung zum Kind verstärken. Väter können bei Jürgen Grah sonntags mit ihrem Kind einfach alleine sein, Berührungsängste abbauen, sich mit anderen Männern austauschen. Hier kommen Männer mit unterschiedlichen Ängsten, Fragen, Bedürfnissen zusammen. „In gemischten Runden würden sie wahrscheinlich noch immer belächelt. Hier dürfen sie in Männerrunde auch einmal Emotionalität zeigen, wenn der Druck zwischen Beruf und Familie zu groß wird oder sie seit Wochen schlaflose Nächte plagen.“

Grah selbst kennt die Probleme junger Väter. Als seine Zwillinge vor 17 Jahren zur Welt kamen, war der gelernte Architekt in der nordrhein-westfälischen Landeshauptstadt bereits seit 20 Jahren Leiter einer Galerie für zeitgenössische Kunst. „Nicht gerade familienfreundlich“, dachte sich der heute 52-Jährige damals. Jürgen Grah krempelte sein Leben komplett um, schulte zum Tagesvater um, ließ sich 2009 zum Babymassagekursleiter bei der Deutschen Gesellschaft für Baby- und Kindermassage (DGBM e.V) und 2011 zum Väter-Berater bei der Väter gGmbH fortbilden. Als Tagesvater betreut er heute täglich eine fünfköpfige Gruppe von U3-Kindern. Seit 2014 ist er 1. Vorsitzender der DGBM e.V. Seine Babymassagekurse für Väter vom Vater sind heute weitestgehend ausgebucht.