

Gabriele Pohl

Familie – Basislager für Gipfelstürmer

Was Familien zukunftsfähig macht



OBERSTE**B**RINK

1. Auflage, © 2017, Oberstebrink by Körner Medien UG, München

Alle Rechte vorbehalten.

Titelfoto: Nadezhda1906/iStock/Thinkstock

Umschlaggestaltung: init.Kommunikationsdesign, Bad Oeynhausen

Fotos und Zeichnungen: Gabriele Pohl/privat

Weitere Fotos und Illustrationen: S. 5 ff. (Ecke) strichfiguren.de/fotolia.com, S. 32 ff. (Tür) Zeichnung Tobias Schudok, Farbflächen Wand/Tür Binski/fotolia.com, Bastetamon/fotolia.com, S. 39 Agnieszka/fotolia.com, S. 59 bobex73/fotolia.com, S. 68 iulianvalentin/fotolia.com, S. 76 RioPatucalmages/fotolia.com, S. 125 goodmoments/fotolia.com, S. 157 Monkey Business/fotolia.com, S. 175 alisseja/fotolia.com, S. 201 Alena Yakusheva/fotolia.com

Redaktion: Tobias Schudok

Satz und Layout: ism Satz- und Reprstudio GmbH, München

Druck: Sagalara, Lodz, Polen

Verlag: Oberstebrink

c/o Körner Medien UG

Herzog-Heinrich-Str. 5

80336 München

Tel.: 089/33095656, Fax: 089/33095473

info@koerner-medien.de

www.oberstebrink.de

ISBN: 978-3-934333-75-8

Vorwort: Der Ausstieg aus dem Hamsterrad	6
Einleitung	8
I: Der Blick aufs Ganze	15
Gestaltung statt Management	16
Familie = Vater – Mutter – Kind oder was?	21
Was heißt denn hier Familie?	22
Haben oder Sein – Was ist wesentlich?	26
Über das Wertevakuum der Gegenwart	33
Familie als Möglichkeitsraum	35
Geistesgegenwart oder die handyfreie Zone	38
Eine neue Familienkultur braucht es!	42
II: Der Blick auf die Eltern	55
Der Boden für ein geglücktes Familienleben ist eine gute Paarbeziehung	56
Auf einmal zu dritt	61
Was haben Eltern zu geben	66
Elternliebe – Kinderliebe	67
Zeitmanagement und der Sport	71
Herr der Zeit	74
Raus aus der Perfektionsfalle	79
Das Kind als Stellvertreter elterlicher Wünsche	82
Fehler machen	85
Familie ist kein Einheitsbrei, sondern eher Gemüsesuppe (unpüriert)	88
Krisen meistern	89
Die Rolle des Vaters im Speziellen	101
„Mein allerliebster Großpapa!“	106
Die höhere Perspektive	108
Wachstumsschmerzen	111



III: Der Blick auf die Kinder	115
„Nie“ und „Immer“	116
Was heißt Grenzen setzen?	
Und weshalb Kinder keine kleinen Tyrannen sind	119
Herausforderungen	123
Die Prinzessin auf der Erbse	127
Lob und Tadel	129
Zu viel von allem	132
... und zu wenig	137
Essenskultur	137
Übergänge	144
Kinder brauchen Rhythmus und Rituale	148
Feste feiern	152
Familiengeschichten	156
Gefühlskultur entwickeln	159
Kinder brauchen Natur	168
Kinderschutzgebiete	171
Gemeinsame Aufgaben	174
Kinder brauchen Spielräume	177
Oh weh, das Kind ist krank!	189
Der Umgang mit den Medien	191
IV: Der Blick in die Zukunft	197
Warum Familie nicht alleine zu schaffen ist	198
Jedem das seine, aber den Kindern ein bisschen mehr	200
Gipfelstürmer brauchen ein Basislager	203
Anhang	207

Der Ausstieg aus dem Hamsterrad

Heiraten, eine Familie gründen, alle Kinder, welche kommen wollen, hinnehmen, in dieser unsicheren Welt erhalten und gar noch ein wenig führen ist meiner Überzeugung nach das Äußerste, das einem Menschen überhaupt gelingen kann.

Franz Kafka: nachgelassene Schriften und Fragmente II, in der Fassung der Handschrift, Hrsg. Jost Schillemeit, Frankfurt a. M., 1974, S.31

Dass es gelingt, Familie zu leben, ist hierzulande tatsächlich eine der größten Herausforderungen der Gegenwart. Im Zeitalter der zunehmenden Individualisierung, in dem es auf Selbstverwirklichung in hohem Maße ankommt, in dem die beruflichen Herausforderungen auch im Hinblick auf Flexibilität, Mobilität, auf die Bereitschaft, immer länger zu arbeiten und auch noch in der Freizeit erreichbar zu sein, immer größer werden, wird die Frage drängender, wie es überhaupt noch möglich sein kann, ein befriedigendes Familienleben herzustellen.

Und umso schwerer wiegt die Aufgabe, die Familie zu einem Ort zu machen, der die nachfolgende Generation zukunftsfähig macht.

Mit diesem Buch möchte ich Sie darin unterstützen, ausgetretene Pfade zu verlassen und Ihren eigenen Weg zu finden. So vermeiden Sie, alte Modelle nachzuleben, die heute keine Vorbilder mehr sein können. Ich möchte Sie darin unterstützen, Ihr eigenes Leben zu leben, anstatt sich dem äußeren Druck zu ergeben und nur noch zu reagieren. Sie setzen damit Ihre eigenen, realistischen Maßstäbe, statt an den äußeren zu zerbrechen. Auf diesem Weg schaffen Sie Ihre eigenen Werte für ein eigenes Familienkonzept mit einer eigenen Familienkultur.

Richten Sie ein „Basislager“ für die nachfolgende Generation ein, ausgestattet mit einer soliden emotionalen Grundsicherheit, mit Wertvorstellungen, Fähigkeiten, Fertigkeiten und Kompetenzen, mit



Kultur, einem Erfahrungsschatz und einem guten Selbstwertgefühl, mit Hingabefähigkeit, Mitgefühl und Liebesfähigkeit. Das ist eine große Aufgabe.

Eltern widmen sich ihr Tag für Tag. Häufig meistern sie diese neben den Anforderungen im Beruf und den gesellschaftlichen Verpflichtungen, nicht selten auch neben der Sorge um pflegebedürftige Verwandte, und bemühen sich gleichzeitig um eine gute Partnerschaft.

Nicht nur für die Kinder soll Familie ein Basislager sein, auch die Bedürfnisse der Erwachsenen müssen berücksichtigt werden. Jeden Tag müssen sie sich den Anforderungen der Welt stellen. Wie hilfreich, wenn sie dann von einer soliden Basisstation aus Vertrauen, Hilfsbereitschaft, Freundschaft, Aufmunterung und Liebe starten können!

Sicher finden Sie sich mit Ihrer Familie in der einen oder anderen hier geschilderten Situation wieder. Oft ist schon die Erkenntnis hilfreich, dass andere die Situationen kennen, die man für seine eigene Familie als typisch ansieht. Oder denken Sie nicht auch oft, dass bei den Müllers und den Schmitts sicher immer alles glatt geht und es nur in Ihrer eigenen Familie immer dieselben Probleme gibt?

Hier soll es auch darum gehen, wie die vielen kindlichen Bedürfnisse im Familienalltag befriedigt werden können, ohne dass Vater und Mutter ihr eigenes Leben komplett hintenan stellen müssen. Möglicherweise können die Eltern selbst sogar neue Qualitäten im Familienleben entdecken.

Unter „Hamsterradstopp“ finden Sie dreißig Beispiele, die Anregungen sein sollen für ein mögliches Gelingen, für ein Umdenken, auch dafür, selbst kreative Lösungen zu suchen.

* Wenn Sie ein Sternchen vorfinden, blättern Sie zum Ende des Buches. Dort finden Sie Anregungen für konkrete Gestaltungsmöglichkeiten.

Familie kann gelingen, aber nicht pausenlos. Scheitern gehört dazu. Wenn es gelingt, danach wieder aufzustehen und neu zu beginnen, wird es kein dauerhaftes Scheitern sein.

Familien sind groß darin, jeden Morgen von neuem das Wagnis Familie einzugehen. Mut gehört dazu, Gelassenheit und eine Portion Kreativität. Und Humor.

Experiment Familie

*Faden um Faden
knüpfst du ein Netz
feinmaschig
zwischen Himmel und Erde
Neulinge aufzufangen
ihren Sturz zu mildern
Faden um Faden
zauberst du Rückhalt
im leeren Raum
für den Blindflug ins Leben*

Annemarie Schmitt

Was bringt bloß immer noch Menschen dazu, eine Familie gründen zu wollen? Vor allem in einem nicht besonders kinderfreundlichen Land. Wir erfahren durch Untersuchungen, dass sich Paare ohne Kinder miteinander offenbar viel wohler fühlen als Paare, die Kinder haben.

Kinder kosten zudem eine Unmenge Geld, die Berufsaussichten ohne Kinder sind auch besser und die Nächte ungestört. Ein Buch über den Frust des Mutterseins („regretting motherhood“) macht gerade die Runde. Singles scheinen die glücklichsten Menschen überhaupt zu sein.

Aha!

Es ist so eine Sache mit dem Glück! Die meisten Familien mit Kindern werden vermutlich behaupten, es sei ein Glück, Kinder zu haben. Manchen Paaren fällt ein Kind unerwartet in den Schoß und Glücksgefühle wollen sich erst einmal nicht einstellen. Manchmal, aber sehr selten, bleibt das Kind doch so etwas wie ein Störenfried im Leben. In aller Regel wollen Eltern, auch wenn die Ankunft eines Kindes zunächst nicht begrüßt wurde, ihr Kind um nichts auf der Welt wieder hergeben.



Glück hat viele Gesichter

Glücksgefühle entstehen sicher nicht allein dadurch, dass man sich immer alle Wünsche erfüllen kann. Oder dadurch, sich für nichts und niemand verantwortlich fühlen zu müssen, nie seine eigenen Bedürfnisse hinter die anderer stellen zu müssen. Sie entstehen vermutlich langfristig nicht durch ausreichend viel Geld, um auf die Bahamas fliegen zu können oder schnelle Wagen zu fahren. Zumindest lässt das Glücksgefühl schnell nach, sobald Gewohnheit eintritt.

Aber es gibt Menschen, die gerne alleine sind, weil für sie die Selbstbestimmung an erster Stelle steht, weil sie ihre Unabhängigkeit brauchen. Und es gibt andere, die sich ganz und gar auf die Partnerin/den Partner einlassen wollen ohne die Störung oder auch nur Teilhabe Dritter in ihrem Leben. Es gibt Menschen, die sich mit Haut und Haaren einer Aufgabe widmen wollen, die ihnen Sinn gibt.

Sinn und damit vielleicht Glück kann vielfältiger Natur sein.

Inneres Wachstum kann im Zusammenleben mit dem Partner entstehen, in der Arbeit oder im Zusammenleben mit einer Gruppe von Menschen mit gemeinsamen Zielen oder ganz individuell an einer gestellten Aufgabe.

Es gibt sicher viele Wege, ein erfülltes Leben zu führen und glücklich zu werden. Zweifellos ist es eine unendlich tiefe Erfahrung, so eingreifend wie sonst kaum eine andere, Kinder zu haben. Der Sinn des eigenen Handelns ergibt sich durch das Zusammenleben mit ihnen.

Niemand, der keine Kinder hat, wird letzten Endes verstehen, worin das Glück besteht, Kinder zu haben. Das lässt sich nur erleben. Von außen sind nur Begleiterscheinungen sichtbar.

Ich habe viele Gelegenheiten in meinem Leben gehabt, mich glücklich zu fühlen, aber nichts, gar nichts war für mich mit dem Gefühl vergleichbar, mit der tiefen Gewissheit von Sinn, die ich spürte, wenn ich ein neugeborenes Kind im Arm hielt oder am Bett eines meiner schlafenden Kinder saß, es beim Aufwachen beobachtete, es auffing, wenn es sich mir jauchzend in die Arme stürzte. Zu erleben, wie es freudestrahlend von einem besonderen Erlebnis erzählte oder – langersehnt – von einer Abenteuerreise zurückkam.

Dennoch wäre auch für mich in jungen Jahren ein anderes Leben, ein anderes Glück vorstellbar gewesen, ohne Kinder. Bereut habe ich es dennoch keinen Augenblick, mich für Kinder entschieden zu haben.



Das Glück mag für jeden etwas anderes bedeuten und es wäre vermessen, das eine gegen das andere abzuwägen.

Glücksfall(e) Familie

Leicht wird einem das Leben mit Kindern nicht gemacht – selbst wenn man mit seinem Los als Familie eigentlich zufrieden ist, selbst wenn man ganz für sich ist, ohne Mitmieter, die sich über Lärmbelästigung beschweren oder Nachbarn, die sich darüber aufregen, wenn die Kinder Bälle über den Zaun werfen. In einer Gesellschaft, in der Kinder kaum noch mehr in Erscheinung treten, sehen sich Eltern oft gezwungen, sich für ihre Kinder zu rechtfertigen. Wer mehr als drei hat, wird gerne schräg angesehen. Und wer sich mit seinen Kindern in die Öffentlichkeit wagt, muss oft erleben, dass sie als Störung empfunden werden. Neuerdings liest man in Hotelprospekten: „Wir freuen uns über Gäste ab zwölf Jahren.“ Na, dann kommen Sie besser mit Ihrem Hund. Den finden die Hotelgäste wenigstens niedlich.

Man kann diese Handhabe von Hoteliers diskriminierend finden oder verständlich. Ja, es gibt Eltern, die ihre Kinder nicht anhalten, sich rücksichtsvoll zu benehmen. Das ist leider so. Insofern sind derlei Ausgrenzungen nicht verwunderlich, aber Ausgrenzungen bleiben es. Solche Unterkünfte sollen denen vorbehalten sein, die Ruhe brauchen. Es gibt aber durchaus auch Menschen, die es genießen, einfach mal Kinder um sich zu haben, weil sie in ihrem privaten Umfeld rar geworden sind. Und es gibt sogar kluge Hoteliers, die beide Möglichkeiten anbieten: Die kinderfreie und die Familienzone.

Lassen wir uns aber nicht von Gästen verunsichern, die uns im Restaurant böse Blicke zuwerfen, weil wir mit Kindern da sind, die sich wie Kinder benehmen.

Aber vergessen wir auch an diesen Orten nicht, dass Kinder tatsächlich Erziehung brauchen.

„Der Mensch kann nur Mensch werden durch Erziehung“, schrieb Immanuel Kant. Stimmt auch. Rücksichtnahme auf andere, Respekt und halbwegs anständige Tischmanieren gehören dazu. Nur: Verwechseln wir nicht Erziehung mit Dressur und verpädagogisieren wir unseren Alltag nicht!

Eltern sind keine Trainer und keine Lehrer, sondern die Menschen, die die Kinder am meisten lieben und am meisten brauchen. Sie sind Vorbilder, Tröster, Lebensgestalter, die mit den offenen Ohren und

Armen. Sie sind Naseputzer und Vorleser, Versorger und Mutmacher. In erster Linie aber sind sie die, mit denen die Kinder zusammenLEBEN. Und um ein vertrauensvolles, fröhliches Zusammenleben geht es deshalb auch in erster Linie.

Lassen Sie uns eines festhalten als gemeinsame Überzeugung (auch wenn der Alltag manchmal schwierig ist):

Kinder sind für uns Familienmenschen keine Zumutung, keine Störfaktoren im Leben, sondern vor allem ein großes Glück.

Ja, Familie kann gelingen, wenn Menschen Familie wollen, wenn sie ihre Ansprüche nicht zu hoch schrauben und dabei doch ihre Aufgabe ernst nehmen, dennoch Gelassenheit an den Tag legen und gleichzeitig bereit sind, ein gewisses Maß an Altruismus zu entwickeln. Und ist es nicht genau das, was wir in Zukunft am meisten brauchen? Selbstlosigkeit, Mitleidsfähigkeit, Sozialfähigkeit?

Während ich dies schreibe, beschäftigen sich die Europäer intensiv mit der Frage, wie wir mit den Menschen umgehen, die aus fernen Ländern kommen und Schutz bei uns suchen. Eine unserer Hauptaufgaben in der Zukunft scheint mir zu sein, diesen Menschen mit Menschlichkeit zu begegnen und miteinander und füreinander Lösungen zu finden. Und wo können solche Tugenden entstehen? In engen menschlichen Gemeinschaften, in denen einer für den anderen Sorge trägt. Familie ist der Prototyp dafür.

Leider gibt es Eltern, die ihre Kinder vernachlässigen, sie ohne Frühstück zur Schule schicken, ihnen die nötige Beachtung verweigern und sie schikanieren. Allerdings ist das zum Glück nur eine kleine Minderheit. In aller Regel sind Eltern die Menschen, die Verantwortung für ihre Kinder tragen wollen und sich redlich bemühen, so gut sie es eben können, alles richtig zu machen.

Wenn Sie dieses Buch nicht völlig zufällig in die Hand genommen haben, gehe ich davon aus, dass Sie in einer Familie leben. Dass Sie gute Gründe hatten, die Entscheidung für ein Kind oder sogar mehrere zu fällen. Oder dass Sie sich in der Situation wiederfanden, auf einmal mit einer Familie konfrontiert zu sein, weil Sie sich in den dazugehörigen Vater oder in die dazugehörige Mutter verliebt haben. Oder, oder, oder ...

Vermutlich haben Sie gemerkt, dass Sie den Wandel, den Kinder ins Leben bringen, und die vielfältigen Arbeitsbereiche unterschätzt ha-



ben. Und dass sie dennoch nichts so glücklich macht, wie eines dieser zauberhaften Wesen, frisch gebadet, satt und zufrieden, im Arm zu halten?

Oder Sie haben erkannt, wie lebendig plötzlich das Leben wird, wenn sie es mit Kindern leben.

Wenn Sie dieses Buch lesen, suchen Sie sicher Hilfe oder Anregung, den Alltag mit diesen unvergleichlichen Wesen auch dann bewältigen zu können, wenn Sie nach durchwachten Fiebernächten erschöpft sind, wenn die Kinder Schreianfälle unbekanntem Ursprungs haben oder der Hausseggen gerade mal wieder schief hängt, weil die Mathearbeit schlecht ausgefallen ist?

Womöglich haben Sie auch den Eindruck, dass es besser laufen könnte in Ihrer Familie und dass die Harmonie größer sein könnte. Sie haben längst gemerkt, dass Wunsch und Realität weit auseinanderklaffen und IHR Familienleben sehr viel anders aussieht als in der Waschmittelwerbung.

Sie suchen nach Hilfe, weil Sie das Gefühl haben, es wächst Ihnen manchmal alles über den Kopf und Sie werden keinem mehr gerecht? Weder Ihrem Partner/Ihrer Partnerin, noch Ihrem Kind und schon gar nicht sich selbst? Weil Sie es so gern schön hätten miteinander und es manchmal doch nicht gelingen will? Weil Sie sich darauf gefreut haben, es miteinander gemütlich zu haben, harmonisch, und darauf, lauter schöne kleine und große Feste zu feiern, und dann scheint doch alles so kompliziert? Damit wären Sie nicht allein – falls das ein Trost ist.

Eine befriedigende Antwort auf alle Ihre Fragen wird dieses Buch vielleicht nicht geben. Was es hoffentlich leistet, ist, Ihnen einen neuen Blick auf Ihre Familie zu ermöglichen und Sie anzuregen, eigene Lösungen zu finden.

Patentrezepte gibt es in der Gestaltung des Familienlebens und in der Erziehung leider nicht, selbst wenn das viele Ratgeber versprechen.

Ihnen werden während des Lesens immer wieder Fragen begegnen, die Sie sich vielleicht manchmal in Bezug auf Ihre Familie stellen oder die Sie, wenn sie noch nicht aufgetaucht sind, mal mit in Ihren Alltag nehmen könnten. Sie sind nicht unmittelbar mit den Kapiteln verknüpft, sondern vor allem dazu gedacht, beim Lesen einmal innezuhalten, um den Blick auf die eigene Situation richten zu können.





I: Der Blick aufs Ganze

Gestaltung statt Management

Fangen wir gleich mal mit ein paar wesentlichen Fragen an:

Fragen an den Leser/die Leserin:

- *Was macht für Sie Familie aus?*
- *Wie definieren Sie die perfekte Familie?*
- *Welche Werte sind Ihnen wichtig?*
- *Können Sie Ihre Erziehungsziele benennen?*

Vielleicht regen diese Fragen Sie dazu an, einmal einen anderen Blick auf sich und Ihre Familie zu werfen. Wenn all die Fragen Sie aber irritieren und Sie auf manche keine befriedigende Antwort finden, sollten Sie einfach weiterlesen.

Wenn Sie am Ende des Buches angekommen sind, nehmen Sie sich die Fragen vielleicht noch einmal vor. Sie haben dann eine Menge gelesen und ebenso viel nachgedacht. Sie haben hoffentlich manchmal gelacht, weil Sie sich in den Beispielen wiedererkannt haben, und haben dadurch ein bisschen Distanz zu sich und Ihrem „Familienbetrieb“ gewonnen. Vielleicht werden Sie dann andere Antworten haben.

Bei diesen Ausführungen greife ich zum Teil auf eigene familiäre Erlebnisse, aber vor allem auf Erfahrungen aus meiner langjährigen Beratungspraxis als Kinder- und Familientherapeutin zurück.

Mein Eindruck ist, dass Eltern sich an Stellen unter Druck setzen, die von außen diktiert scheinen, dass sie sich oft wider besseres Wissen Konventionen beugen, die weder den Erwachsenen noch den Kindern dienen. Ich möchte Sie, als Familienmutter oder Familienvater, ermutigen, sich wieder auf das zu besinnen, was Sie sich eigentlich selber wünschen. Auf das, was Ihr Familienleben bereichert, was Sie froh macht und was Ihnen dabei hilft, sich gut um die eigenen Bedürfnisse und die der anderen Familienmitglieder kümmern zu können.

Allzu oft schildern mir Menschen ihr Familienleben als Hamsterrad, aus dem auszusteigen ihnen ohne Hilfe nicht gelingt.

Ich bin zutiefst davon überzeugt, dass Eltern, wenn es ihnen gelingt, ein gutes Familienklima zu schaffen, die allermeisten Erziehungsaufgaben wesentlich besser und leichter lösen können. Genauer gesagt glaube



ich, dass keine gravierenden Probleme entstehen, wenn sich alle prinzipiell miteinander wohlfühlen. Weil dann gar nicht mehr so viele Reibungspunkte da sind. Weil sich keine starren Fronten mehr aufbauen.

Das heißt nicht, dass immer alles harmonisch sein muss. Streiten gehört auch dazu. Wärme entsteht durch Nähe UND durch Reibung. Ein sicheres Fundament, im Sinne von Wärme, Zuneigung und Sicherheit, ist wichtig, damit eine Unstimmigkeit einem nicht gleich den Boden unter den Füßen wegzieht.

Wie das genau geht, dass bei all dem äußeren Druck und Stress auch noch ein Familienleben möglich ist, das nicht noch mehr Arbeit bedeutet, sondern dabei hilft, Erziehungsprobleme und womöglich auch noch Paarprobleme zu lösen, soll hier versuchsweise entwickelt werden. Dabei müssen wir gar nicht perfekt sein. Gleichzeitig können wir möglicherweise die Aufgabe meistern, wesentliche Grundlagen für eine bessere Zukunft im Hinblick auf Tugenden, Menschlichkeit und Sozialfähigkeit zu schaffen.

Nun schreibe ich diese Gedanken zwar am Schreibtisch auf, erlebt, gelebt, gelegentlich auch erlitten, habe ich Familie aber im wirklichen Leben. Ich war als Kind selbst Teil eines großen Familienhaushaltes, mit Eltern, drei Geschwistern, einer Großmutter und einem mittellosen Kunstmaler, der bei uns durchgefüttert wurde. Meine Eltern waren berufstätig und eine Frau, die als junges Mädchen zu uns kam, führte unseren Haushalt bis ins hohe Alter.

Ich wurde Mutter von fünf Kindern, habe ein zweites Mal studiert, als schon drei Kinder auf der Welt waren, war jahrelang vorwiegend mit fünf Kindern zu Hause und dann voll berufstätig, seit mein Jüngster fünf Jahre alt war. Familienleben, wie es heute gelebt wird, von innen zu erfahren, gewähren mir meine inzwischen erwachsenen Söhne und Töchter mit ihren insgesamt dreizehn Kindern.

Viel gelernt habe ich im Austausch mit anderen Müttern und Vätern und vor allem von denen, die mit einer Sorge zu mir kamen und die nach neuen Wegen gesucht haben, ihr Familienleben zu gestalten.

Ich habe beileibe nicht alles richtig gemacht als Familienmutter! Wie sollte das auch gehen? Ich kenne genügend Hamsterräder aus eigener Erfahrung. Manche Erkenntnisse habe ich viel später gewonnen mit ein bisschen Abstand vom eigenen Familienalltag. Gelegentlich ist mir schon mal was im rechten Moment geglückt. Gelernt habe ich permanent an und mit meiner Familie.

Dass Familienleben keine Tätigkeit ist, die mal so eben nebenher erledigt werden kann, zu dieser Erkenntnis bin ich, naturgemäß, wie wohl alle Familieneltern, sehr schnell gekommen. Die Anerkennung für die nicht gering zu schätzende Leistung, Familienleben zu gestalten, kam mir – wie anderen Familieneltern auch – selten aus meiner Umwelt entgegen, vor allem in der Zeit, als ich ganz zu Hause war und „nicht gearbeitet“ habe.

Auf keinen Fall soll hier polarisiert werden: Rabeneltern gegen Glucken!

Ob man berufstätig ist und Kinder hat oder ob die eine oder der andere zeitweise zu Hause ist und sich überwiegend dem Kind widmet, oder ob das Kind vorwiegend in Institutionen betreut wird, sind Entscheidungen, die jeder für sich fällen muss.

Unbenommen bleibt allen die Aufgabe, ihr Familienleben zu gestalten.

Entweder – oder?

Sie, liebe Leser, haben sich für Kinder entschieden. Und was, wenn man dennoch gerne auch außerhalb der Familie arbeitet? Entweder – oder?

Womöglich könnte es eine Frage der Lebensphase sein, wie viel Zeit man vorwiegend mit Kindern verbringt und wie viel man dem Beruf widmet. Das wäre doch eine Option! Natürlich taugt dieses Modell nur dann, wenn es keine Notwendigkeiten gibt, beispielsweise weil man seinen Lebensunterhalt JETZT verdienen muss, weil man von keiner Seite Unterstützung bei der Kindererziehung bekommt oder aus anderen Gründen.

Meist steckt schließlich der einfache Grund dahinter, dass ein Einkommen nicht ausreicht, um einigermaßen gut zu leben, oder dass die Mutter oder der Vater alleine mit dem Kind oder den Kindern lebt und das Geld daher meist sowieso knapp ist. (Nur am Rande sei erwähnt, dass der durchschnittliche Verdienst eines Angehörigen der Mittelschicht die Lebenshaltungskosten für die Familie heute durchaus deckt, allerdings ist die Messlatte dafür, was eine Familie braucht oder sich leisten will, deutlich höher als noch vor 30 Jahren, angefangen beim Kurzurlaub zwischendurch bis zum Smartphone für die Kinder.)



Lassen wir mal probenhalber den finanziellen Aspekt beiseite: Nehmen wir an, es gäbe keine Selbstverwirklichung mit Kind oder die Karriere wäre wirklich durch Kinder blockiert. Dann gäbe es – theoretisch – noch diese Möglichkeiten:

Entweder das Kinderkriegen kommt nach der Karriere mit ihren beruflichen Selbstverwirklichungsmöglichkeiten. Das wird von manchen Frauen, den sogenannten Spätgebärenden, heute als einigermaßen befriedigend beschrieben. Sie kennen bereits die Vor-, aber auch die Nachteile des Berufslebens, konnten sich darin schon beweisen und freuen sich nun auf eine andere Lebensweise.

Oder die Karriere beginnt, wenn die Kinder aus dem Haus sind.

Ein Modell der Müttergeneration des 20. Jahrhunderts sah so aus:

Viele dieser Frauen starteten ihre Karriere, sobald die Kinder aus dem Haus waren oder groß genug, um auch ohne die dauerhafte Präsenz der Mutter auszukommen. Sie waren dabei oftmals viel zielstrebig und sicherer in dem, was sie wollten, als sie es direkt nach der Ausbildung gewesen wären – wie ein Rennpferd, wenn man die Stalltür öffnet. Es schienen ihnen dann noch einmal ungeahnte Kräfte zuzuwachsen, als die Kinderphase hinter ihnen lag. Mancher dazugehörige Mann war dann oft schon ermattet von der jahrelangen Routine des täglichen Arbeitslebens.

(Allerdings ging das eben mit erheblichen finanziellen Einbußen einher. Fragen Sie diese Frauen mal nach der Höhe ihrer Rente!)

Und sie mussten sich keine Sorgen um ihren Arbeitsplatz machen. Den gab es damals noch.

Erziehung im 21. Jahrhundert

Nun sind es gegenwärtig nach wie vor die Mütter, die den größten Teil der Kinderzeit zu Hause sind. Das heißt, sie sind beruflich erst einmal weitgehend ausgebremst. Meist arbeiten sie in Teilzeit und haben die Hauptlast an Haushalt und Kinderversorgung zu tragen. Als sinnvoll sehen sie diese Form kaum an. Zumindest wird diese Lebensform als anstrengend beschrieben. Daher gilt es heute, nach weiteren Möglichkeiten zu suchen.

Immerhin dauert die Kinderzeit in der Regel gerade mal zwanzig Jahre. Was ist das schon? Heute, wo Sechzigjährige sich noch mitten im Leben fühlen!

Es scheint wohl doch vor allem ein gesellschaftliches Problem dahinter zu stecken. Dazu später mehr.

Aber lassen Sie uns von den äußeren Gegebenheiten vorerst Abstand nehmen und uns mal die innere Situation anschauen:

Familie zu leben ist in gewissem Sinne schwieriger geworden, weil die gesellschaftlichen Einflüsse, Notwendigkeiten und Umbrüche der Familie ganz neue Aufgaben stellen. Gleichzeitig birgt die Tatsache, dass sich junge Familien nicht mehr im gleichen Maße wie die vorangegangenen Generationen auf Traditionen stützen, sondern ihr eigenes Familienmodell leben wollen, ein ungeheures Entwicklungspotenzial in sich.

Aber da sich junge Familien nicht auf Traditionen verlassen wollen und auch nicht nur „auf ihren Bauch“, brauchen sie ein gewisses Maß an Wissen über Entwicklungsbedingungen, die Kinder brauchen, und einiges an Überlegung, welche Werte für sie selbst wichtig sind und wie sie Partnerschaft und Familie eigentlich leben wollen. Bestenfalls im Austausch mit dem Partner, der Partnerin.

Es ist aber nicht für jede Situation ein anderer Ratgeber nötig. Dennoch gibt es gerade über Kindererziehung meterweise Literatur. Der Druck, den sich heutige Eltern oft machen, ja alles richtig zu machen, ist enorm.

Was nötig ist, sind individuelle Lösungen. Keine Rezepte.

Und: Kinder brauchen keine perfekten Eltern!

Sie brauchen ehrliche Eltern und solche, die sich ehrlich bemühen. Das schon. Aber Kinder verzeihen vieles, fast alles, denn ihre Eltern sind doch die wichtigsten Menschen überhaupt für sie.

Aber Kinder sind eben auch nichts, was zur Alltagsroutine gehört oder gar die Alltagsroutine stört.

Was erleben Kinder, wenn es heißt: Wer „macht heute die Kinder?“ (Das ist inzwischen allgemeiner Sprachgebrauch. Übersetzt heißt das: Wer ist heute dran, sie ins Bett zu bringen? Hoffentlich nicht ich, ich muss ja noch so viel erledigen.)

Klingt das nicht wie: Wer wäscht heute das Geschirr ab?

Wie schade, wenn ein für das Kind so wichtiger Zeitpunkt am Tag, die Abendzeit, der ein Kind häufig bang entgegenseht, die oft sogar mit Angst verknüpft ist, die aber auch besonders innig sein kann, als notwendige Pflicht angesehen wird. Zum Thema Schlafen aber später mehr.