

Ein modernes Frauenmärchen?

Auch wenn Väter sich in die Kindererziehung und den Haushalt einbringen, bleibt es ein Mythos, dass in der Familie die Gleichberechtigung zwischen Mann und Frau funktioniert. Ist es überhaupt möglich, die Mutterrolle auszufüllen und zugleich glücklich und erfolgreich im Job zu sein?

von Simone Hausladen

Eine Mutter ist und bleibt eine Mutter - Dokortitel, Führungsposition oder Teamverantwortlichkeit hin oder her! Die Vereinbarkeit von Familie und Berufstätigkeit für Frauen ist – obwohl Dauerthema in der Politik – in den vergangenen Jahren nicht einfacher geworden. Das erfuhr Daniela am eigenen Leib. Ihr war zum Heulen zumute. Völligerschöpft sass sie an ihrem Schreibtisch, und dabei war es erst neun Uhr morgens. Die ganze Nacht über hatte ihr dreijähriger Sohn Paul immer wieder geweint. Sie hatte ihn mehrmals aus seinem Bettchen nehmen müssen, um ihn zu beruhigen. Gerade jetzt, wo sie selbst so dringend Schlaf benötigte! Sie war im vierten Monat schwanger, das zweite Wunschkind war unterwegs.

Als promovierte Psychologin mit Führungsposition in einem Münchner Konzern war Daniela tagtäglich aufs Neue gefordert. Sie leitete mit ihrem Team die Personalentwicklung und war zuständig für Fortbildungen und Schulungsprogramme für die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter im gesamten Unternehmen. Schon mit nur einem Kind war dies ein Balanceakt. Wie das in ein paar Monaten mit zwei Kindern funktionieren sollte, war ihr ein Rätsel. Daniela war ihre Karriere wichtig. Sie hatte zu viel dafür getan, um nach dem langen Studium dahin zu kommen, wo sie heute war, und sie wollte nun ihre gute Position nur ungern aufgeben. Dass ihr Mann Thomas beruflich kürzertreten würde, schloss sie mittlerweile aus. Die Hoffnung hatte sie nach Pauls Geburt noch gehabt, aber der Zeitpunkt für Elternzeit war für ihn da-

mals nicht der richtige gewesen. Ausserdem existierte das Väter-Modell, zum Wohle der Familie weniger Stunden zu arbeiten, in der Kanzlei, in der er als Steuerberater tätig war, quasi nicht. Jedenfalls nicht dann, wenn man die Chance wahren wollte, eines Tages Partner zu werden und somit praktisch finanziell unabhängig. Obwohl sie besser ausgebildet war als ihr Mann Thomas,

«Daniela war ihre Karriere wichtig. Sie hatte zu viel dafür getan, um nach dem langen Studium dahin zu kommen, wo sie heute war»

beide ihren Berufsliebten und diese zweite Schwangerschaft gewünscht war, lag es allein an ihr, eine Lösung für die riesige Herausforderung «Kinder und Karriere» zu finden. Und zwar möglichst bald, nicht erst nach der Geburt und dem gesetzlichen Mutterschutz. Wenn sie nur die Zeit und die Energie gehabt hätte, sich einmal in Ruhe Gedanken über ihre Situation und ihre weitere Lebensplanung zu machen. Der Alltag, den sie zu meistern hatte, war jetzt schon erdrückend: Multitasking, Müdigkeit, Fremdbestimmung, Selbstaufgabe, finanzielle Abwägung – das waren die Schlüsselwörter, die ihr Leben bestimmten.

Frauen erledigen viele Dinge gleichzeitig: Frühstück machen, Kind anziehen, Snackbox für die Krippe packen, Einkaufsliste schreiben, Haare föhnen, Bluse bügeln, Schnuller suchen – das alles noch vor 7.30 Uhr morgens; kein Problem für Daniela. Doch diese Fähigkeit, die man automatisch erlernt, wenn man Mutter oder Vater wird, hat ihre Tücken. Neurologen bestätigen, dass unser Gehirn dafür gar nicht geschaffen ist und durch die Konzentration auf die verschiedenen Aufgaben erst recht Stress und Anspannung aufgebaut wird. Auf Dauer ist Multitasking auf jeden Fall schädlich.

Böse Träume

Müde und erschöpft in Vollzeit – die Krux fast jeder Mutter. Seit ihr Sohn drei geworden war, hatte Daniela wieder etwas zuverlässiger durchschlafen können. Jetzt begann langsam die typische Schlaflosigkeit in der Schwangerschaft. Wenn das Baby dann erst mal da war, musste anfangs wieder im Zweistundentakt gestillt werden. Tag und Nacht. Und was sie tun sollte, wenn Paul zusammen mit dem Baby nachts aufwachen würde, wusste sie noch nicht. Das würde wohl auch für ihren Mann schlaflose Nächte bedeuten. Wenn das Kleine dann nach ein paar Monaten nachts nicht mehr gefüttert werden musste, kamen die bösen Träume, die Wachstumsschmerzen, Erlebnisse und Ängste, die verarbeitet werden mussten. Nicht zu vergessen die diversen Kinderkrankheiten, die es zu überstehen galt. Und der persönliche Stress, der einen schlaflos macht. Aber

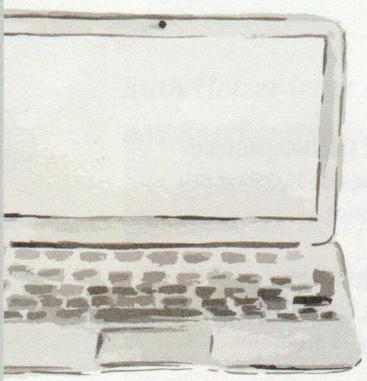
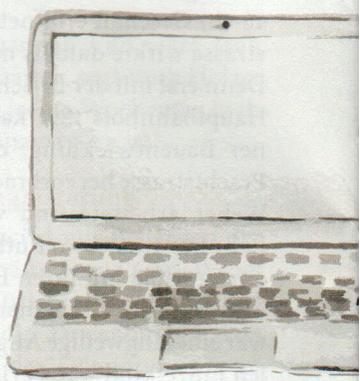
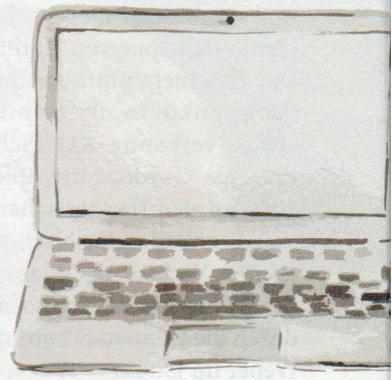
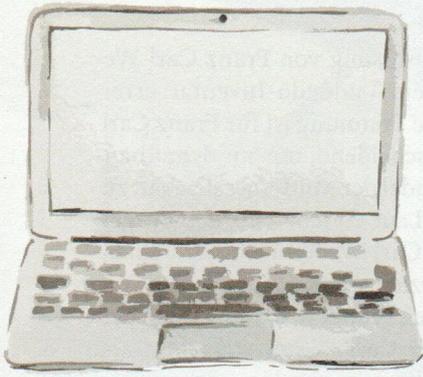


Illustration: A. Neumann, artinspiring, fotolia.com, Pixabay



diesen schlaflosen Momenten allergrösster Erschöpfung und Einsamkeit können Väter und Mütter nicht entgegen, leider.

Die Flexibilität eines Erwachsenenlebens endet mit der Geburt des ersten Kindes. Das hatten Daniela und Thomas bereits erfahren. Die Umstellung, die ein Paar nach der Geburt des ersten Kindes durchlebt, ist riesengross. Plötzlich stehen nicht mehr die eigenen Bedürfnisse im Vordergrund. Ja, ganz im Gegenteil: Sie spielen keine Rolle mehr. Ausserdem gibt es keine spontanen Städtetrips mehr, kein Essen im angesagten Restaurant, keine faulen Samstage. Stattdessen: Ferien im Kinderhotel, Mahlzeiten in der Pizzeria, Haushalt abends nach dem Büro, wenn das Kind im Bett ist. Jeden Sonntagabend glichen Daniela und Thomas ihre Terminkalender ab und verteilten die Aufgaben für die Woche. Kompliziert wurde es bei Kinderarztterminen oder geschäftlichen Reisen. Beim letzten Mal hatte sich Daniela in der Firma krankgemeldet, um mit Paul zur Vorsorgeuntersuchung und zur Impfung gehen zu können. Noch einmal würde sie sich das nicht trauen.

Kinder zwingen einem nicht nur ihren Rhythmus auf, sie bringen eine Identitätswandlung mit sich. Die Geburt eines Kindes bedeutet, dass sich sowohl Männer als auch Frauen in einer neuen Rolle

erleben und diese Rolle ein neuer Teil der Identität wird. Frauen machen diese Erfahrung früher, und sie ist durch die Schwangerschaft vielleicht ausgeprägter. Mütter sind zwar die gleichen Personen wie vorher, dennoch fällt es gerade ihnen schwer, auf ihre eigenen Bedürfnisse zu achten und sich einzugestehen, dass es zu viel wird. Wenn wir den ganzen Tag damit beschäftigt sind, es der Chefin, den Kolleginnen und den Kindern recht zu machen, muss man zwangsläufig sich selbst vernachlässigen. Es ist einfach keine Zeit übrig. Auf Dauer macht das aber unzufrieden und ein Teufelskreis stellt sich ein.

Aufgeben – aber was?

Neben den oben genannten Punkten, die es als Eltern zu meistern gilt, kommt erschwerend hinzu, dass sich der ganze Stress häufig nicht einmal finanziell auszahlt. Die Familien, in denen beide Elternteile arbeiten und die ihre Kinder ohne die kostenlose Unterstützung von willigen Grosseltern fremdbetreuen müssen, sind finanziell nur selten besser gestellt als Familien, in denen ein Elternteil die ersten Jahre ganz zu Hause ist oder nur wenige Stunden arbeitet. Bei zwei Kindern war das auch bei Daniela und Thomas ein Thema. Sogar diese beiden Besserverdiener mussten nun genau rechnen, wenn der bisherige Lebensstan-

dard aufrechterhalten werden sollte. In der Schweiz kostet ein Vollzeitkrippenplatz schnell so viel wie ein durchschnittliches Monatsgehalt. In Deutschland sind die Kosten für die Kinderbetreuung ausser Haus zwar deutlich niedriger, und das Einstiegsalter für den gesetzlichen Kindergarten liegt bei drei, nicht wie in der Schweiz bei vier Jahren, dafür mangelt es dort aber an genügend vorhandenen Plätzen. Plant eine Mutter, nach der Elternzeit wieder in den Beruf einzusteigen, muss das Kind häufig schon vor der Geburt in einer der Einrichtungen verbindlich angemeldet sein!

Kürzlich meinte der ehemalige englische Fussballheld David Beckham, der Vater von vier Kindern ist, in einem Interview: «Wenn du Vater wirst, sagt dir niemand vorher, dass du dich von nun an dein ganzes Leben lang sorgen wirst und immer im Dienst bist. Jeden Tag. Ich stehe nach 20 Jahren immer noch nachts auf und gehe in die Zimmer meiner Kinder, um zu sehen, ob es ihnen gut geht. Eltern sein ist die grösste Aufgabe, die man sich vorstellen kann, aber auch die schönste.» Genauso empfand Daniela auch. Sie war nur einfach nicht bereit dazu, alles, was sie beruflich erreicht hatte, aufzugeben. Sie mochte sich selbst als Daniela, als die Karrierefrau mit Verantwortung und einem gefüllten Terminkalender. Sie fühlte sich wohl als arbeitende Frau und einem E-Mail-Postfach, das häufig überquoll. Aber auch ihr zweites Kind, das sie erwartete, war ein Wunschkind – genau wie Paul. War es vielleicht doch an der Zeit, ihr Leben zu überdenken und zum Wohle der Kinder und ihrer Gesundheit eine andere Richtung einzuschlagen? Konnte man als Frau vielleicht doch nicht alles haben? Wieder einmal vertagte Daniela die Entscheidung über ihre Zukunft. Sie setzte auf die Zeit, dir ihr die Lösung hoffentlich bringen würde.



Simone Hausladen ist in Bayern aufgewachsen, lebt in Zürich, ist Psychotherapeutin und Buchautorin.