



„Hilfe – was wollen die alle von uns?“

Elternsein: Wie geht das eigentlich? Gute Frage, 100 Antworten, und alle wissen es besser als wir. Blöd nur, dass sich vieles widerspricht. Und wenn Ihnen nach sieben Geboten der Kopf dröhnt: Bitte lesen Sie weiter. Es gibt noch ein achttes Gebot!

Die sieben absurden Gebote des Elternseins

1.

**Du sollst dein geistiges Potential nicht
verschleudern**

(sagen Politik und Wirtschaft)

**und täglich zugewandt und bedürfnis-
orientiert mit deinem Kind umgehen**

(sagt der Bindungsforscher)

„Deutschland kann es sich nicht mehr leisten, auf die Arbeitskraft sehr gut ausgebildeter Frauen zu verzichten!“ – so steht es in einer Broschüre des Arbeitgeberverbandes. Und weiter: „Ziel muss sein, Frauen verstärkt in vollzeitnahe Beschäftigung zu integrieren und längere Erwerbsunterbrechungen zu vermeiden. Das würde nicht nur im Kampf gegen den Fachkräftemangel helfen, sondern dazu beitragen, dass Frauen bei der Karriere und den Verdienstmöglichkeiten mit Männern gleichziehen.“ Frauen, Männer, war da noch was? Ach ja: Kinder. Von denen ist aber keine Rede. Einen völlig anderen Akzent setzen Psychologen: So betonen Bindungsforscher, wie wichtig es ist, dass die Bezugspersonen einfühlsam und zeitnah auf die

KRIPPEN- KOMPROMISS

Ist die Kita eine Lösung, wenn man beides haben will: ein sicher gebundenes Kind und keine zu lange Auszeit im Job? Ja, sagen viele Krippenforscher: Ab 18 Monaten profitieren Kinder meist von einer Krippe. Vorher schadet sie zumindest nicht – wenn die Rahmenbedingungen stimmen.

Signale ihres Kindes eingehen und ihm so helfen, seine Emotionen zu regulieren – je jünger das Kind, desto entscheidender. Das geht schwer, wenn man dafür nur nach Feierabend Zeit hat.

2.

**Du sollst den coolsten Kinderwagen,
die trendigsten Wand-Tattoos shoppen**

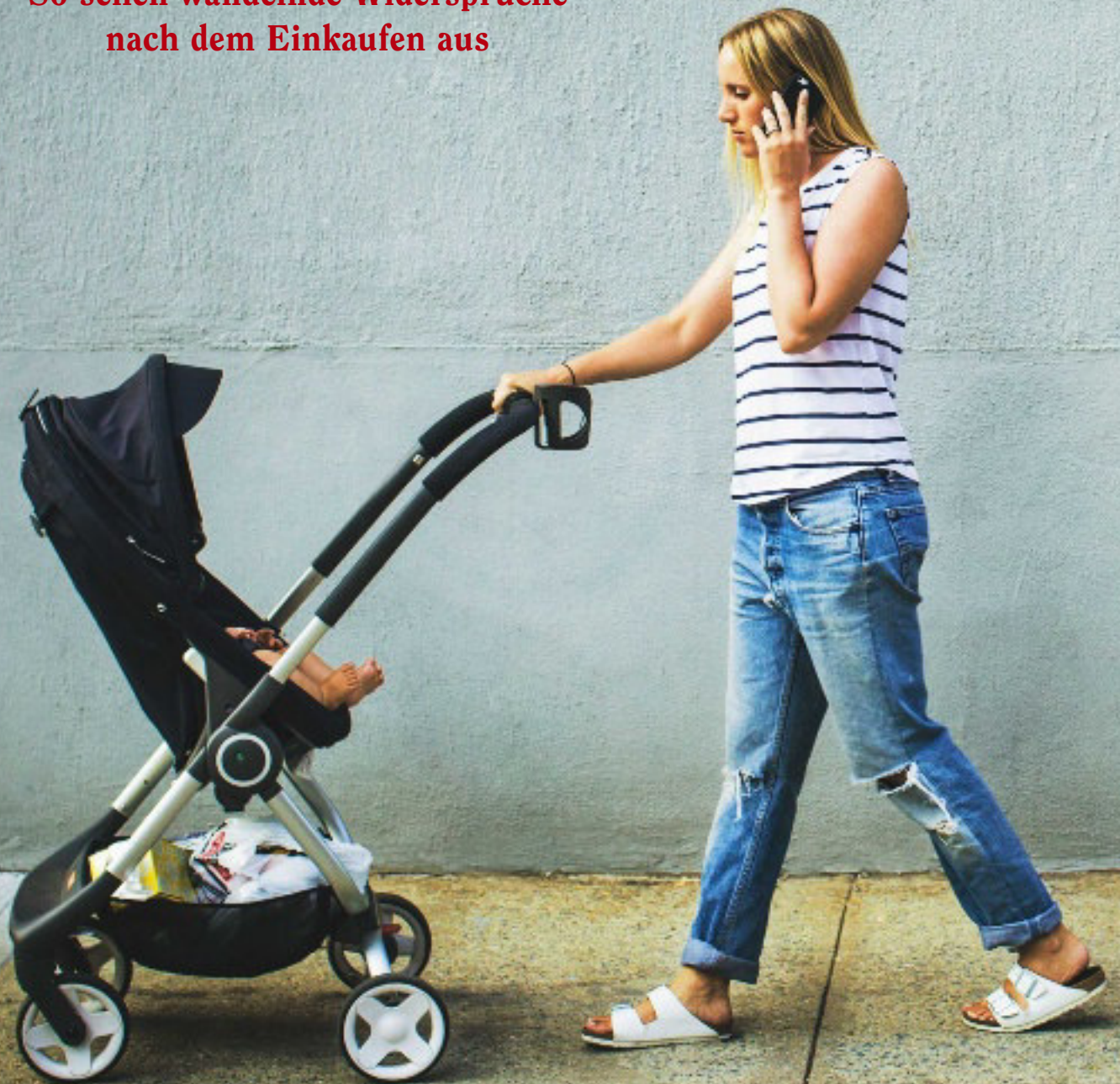
(sagt die Industrie)

**und dich auf das Wesentliche
konzentrieren: Nachhaltigkeit,
Sharing, Schadstofffreiheit**

(sagt die Konsumkritik)

„Preise auf Anfrage“, heißt es auf der Website eines Luxus-Kinderwagenherstellers – wie auf den Modeseiten von Vogue und Co. Und der Aston-Martin-Buggy kommt in einer „Limited Edition“ daher: künstliche Verknappung wie bei High-End-Handtaschenherstellern! Gegentrend: Auch Verzicht steht hoch im Kurs. Wachstumskritiker Niko Paech warnt vor „Konsumverstopfung“, die Initiatorinnen des „Artgerecht“-Projekts werben für ein ökologisches Familienleben: Natur statt Plastikspielzeug, Tragetuch statt Kinderwagen: „Artgerechtes Leben ist ressourcenschonendes Leben!“ ☺

**Teure Kinderkarre,
neues Phone, Schuhe öko und
Hose secondhand:
So sehen wandelnde Widersprüche
nach dem Einkaufen aus**



Mitunter finden Öko und Business aber auch zusammen: Vom Öko-Testheft bis zum „Green-proofing“-Service, mit dem man das Zuhause auf Schadstoffe testen kann, lässt sich guten Gewissens Geld verdienen.



3.

Du bist gottgleich, oh Frau und Mutter, und gebenedeit ist die Frucht deines Leibes

(sagen der katholische Priester und die Schwangerschaftsyogalehrerin),

aber wehe, du unterwirfst dich dem Patriarchat!

(sagt die Netzfeministin)

Auf esoterischen Schwangerschafts-Shirts steht „Göttin“. Papst Franziskus sieht das ähnlich: „Indem er sie zur Mutterschaft beruft, hat Gott den Frauen in ganz besonderer Weise das menschliche Leben anvertraut.“ Ob gläubig oder nicht: Die Fähigkeit, Kinder zur Welt zu bringen, ist ja auch bewundernswert. Aber halt, von Anbetung kann frau sich nichts kaufen, frau soll lieber Flagge zeigen. Finden moderne Feministinnen. Zwar verteufeln sie nicht mehr grundsätzlich die „Sklaverei“ der Ehe und Mutterschaft wie Simone de Beauvoir in den Siebzigern. Aber auch Mütter-Blogs wie „Umstandslos“ und „Fuckermothers“ arbeiten sich am Patriarchat ab. Ihre Message ist klar: Bloß nicht auf den Mutter-Lorbeeren ausruhen – wir brauchen Aufstand, Aufschrei, Provokation (siehe rechts).

4.

Im Schweiß deines Angesichts sollst du dir und deinem Kind Brot backen, dabei Selfies schießen

(sagt Instagram),

und mindestens 32-Stunden-Job arbeiten
(sagen das Unterhaltsrecht und die Sozialversicherung)

Aus Geschirrtüchern Kuscheltiere basteln, Erdbeermarmelade kochen, Babydecke selbst stricken: Eine Flut von Do-it-yourself-Blogs, -Magazinen und –

RADIKALER GEDANKE

Die britische Feministin Laurie Penny träumt in ihrem Buch „Making Babys“ gar von Brutkästen für menschlichen Nachwuchs – weil Schwangerschaft Frauen einengt und quält, findet sie. **Horrorvision oder schöne neue Welt?**

Ratgeber zeugt von der neuen Lust am Selbstgemachten. Unsere eigenen Mütter bastelten und buken auch, mussten aber nicht auch noch auf den Instagram-Bildchen gut aussehen, wenn ihre Hände mit Teig verklebt waren. Gleichzeitig wird die Zeit für liebevolle Basteleien immer knapper. Denn eine längere Job-Pause kann sich heute kaum noch eine Frau leisten: „Jeder Dritten droht Altersarmut, weil sie nicht genügend Versorgungsansprüche erwirbt“, sagt Margit Winkler vom „Institut für Generationenberatung“. Und dann ist da noch das Unterhaltsrecht: Scheitert die Beziehung, müssen Single-Mütter (und Single-Väter) schon ab dem dritten Geburtstag ihres Kindes wieder arbeiten gehen. Denn wer wird schon mit Online-Marmelade reich?

5.

Deinem After-Baby-Body soll man die Schwangerschaft schnellstmöglich nicht mehr ansehen

(sagt die Schönheitsindustrie, und denkt sich klammheimlich dein Mann),

der Bauch braucht neun Monate, um zu verschwinden und Muttermilch ist wertvoll bis ins dritte Lebensjahr

(sagt die Hebamme und Stillberaterin)

„What’s your excuse?“, fragte Maria Kang vor einiger Zeit per Facebook – daneben ein Foto von ihren drei Kindern (das jüngste damals acht Monate alt) und ihrem perfekt gestählten Körper. Die Botschaft: Wenn du als Mutter nicht so aussehst, bist du selbst schuld. Zwar bekam die US-amerikanische Fitnessunternehmerin darauf viel Gegenwind, aber trotzdem schob sie noch ein Buch hinterher: Die „No-more-excuses-Diät“. Verträgt sich schwer mit zeitlos gültiger Hebammen-Weisheit („Neun Monate kommt der Bauch, neun Monate geht er“) oder dem Credo von Stillvorkämpferinnen wie der La Leche Liga. „Stillen auch im Kleinkindalter ist biologische Norm. Mutter und Kind profitieren weit über den ersten Geburtstag hinaus von den positiven Auswirkungen des Stillens auf die Kinder- und Frauen- &

FOTO: Kate Daigneault/Stocksy

Die Hä?-Momente im Leben junger Eltern

Machen Sie sich bereit für Situationen wie diese:

Vor der Geburt

Wenn du im Geburtsvorbereitungskurs gelernt hast, dass man Babys Haut nach dem Wickeln nur mit klarem Wasser wäscht ... und die Kinderschwester auf der Entbindungsstation gut gelaunt ein Feuchttuch zückt



Nach der Geburt, Woche 3

Wenn du endlich verstanden hast, wie man unfallfrei das meterlange Tuch bindet ... und dir dann ein grau gelocktes Mütterlein an der Supermarktkasse einen Vortrag darüber hält, dass Tragen Babys Wirbelsäule schadet

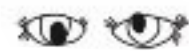


**Kinder, ist das anstrengend.
Aber merkt euch eins:
Man darf es nicht sehen!**



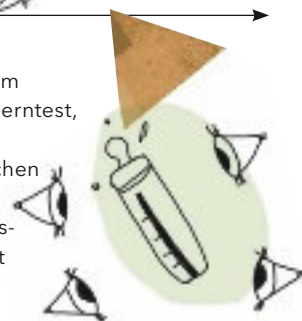
Monat 2

Wenn du von deinem Kinderarzt angemotzt wirst, weil du nicht alle empfohlenen Impfungen für dein Baby möchtest ... und von deiner Cousine, weil du es überhaupt impfen lässt



Monat 4

Wenn du im Mütterkurs im In-Viertel schräge Blicke erntest, weil du deinem Baby zwischendrin ein Fläschchen gibst ... und in der Umkleidekabine vom Fitnessstudio, weil du dort stillst



gesundheit“, schreiben die auf ihrer Website. Schon möglich. Dann sieht der Busen aber anders aus als der von Maria Kang.

6.

**Du sollst stets die Lernfenster
deiner Kindes vor Augen haben und
es frühzeitig fördern**
(sagt der Hirnforscher),
**und jetzt lass endlich mal Fünf gerade
sein und entspann dich**
(sagen 276 Ratgeberautoren)

Aus einem aktuellen Prospekt der Stiftung „Haus der kleinen Forscher“, die Kita-Kinder für Naturwissenschaften begeistern möchte: „Die Auseinandersetzung mit naturwissenschaftlichen Phänomenen und mathematischen wie technischen Problemen fördert Neugier, Lern- und Denkfreude sowie sprachliche, soziale und motorische Kompetenz.“ Die Botschaft ist klar: Bloß kein Lernfenster zuklappen lassen! Aber Physikversuche sind nicht genug, auch der Alltag ist ein prima Lernparcours, empfehlen Hirnforscher: z. B. Tisch decken lassen und dabei Gabeln zählen! Ganz spielerisch. Und ganz schön stressig. Für Vater, Mutter, Kind. Was dagegen hilft? „Hey, mach dich mal locker!“ ruft uns ein fröhlicher Chor von Ratgeberautoren entgegen: Sucht man auf Amazon nach „entspannte Eltern“, erscheinen 276 Buchtitel!

7.

Sondergebot für Väter:
**Du sollst deine Frau und dein Kind be-
schützen, ernähren und umsorgen**
(sagen deine Frau, deine Eltern und Schwiegereltern),
**und du sollst räumlich mobil und termin-
lich unbeschränkt flexibel bleiben**
(sagt dein Chef)

Vor der Geburt: mit der werdenden Mutter Füße massieren und gemeinsam atmen. Nach der Geburt: ein „Push Present“ als Dank dafür, dass die Frau das



Kind sicher durch den Geburtskanal geschoben hat. Aber bitte dafür keine Überstunden machen, denn die junge Mutter braucht Entlastung. Nachts gleichberechtigt Baby beruhigen, tags (nach nicht zu kurzer Pause!) intensiv seinen Mann stehen im Job. Happig, was junge Väter da aufgebürdet bekommen. Denn dann ist da auch noch die Arbeitswelt, die oft nicht so aussieht wie in den Imagebroschüren der Arbeitgeber. „Väter und kinderlose Kollegen leben oft in Parallelwelten, und Väter müssen sich bemühen, nicht den Anschluss zu verlieren“, sagt Martin Bujard, Familienforscher am Berliner Bundesinstitut für Bevölkerungsforschung. Weil die Kinderlosen sich abends noch zum zwanglosen Netzwerken treffen oder locker übers Wochenende ein Projekt wuppen, weil zu Hause keiner was von ihnen will.

Das achte Gebot: Du sollst nicht alles glauben

Wie findet man durch das Labyrinth sich widersprechender Botschaften?

Bevor Sie hier weiterlesen, stellen Sie sich kurz vor, Sie wären wieder 15 und säßen in einer Mathe-Klassenarbeit. (Kein schöner Gedanke, ich weiß!). Aber Sie fühlen sich gut vorbereitet, lösen die meisten Gleichungen halbwegs souverän und spicken gelegentlich rüber zur Banknachbarin. Als Sie die Arbeit zurückbekommen, stehen da lauter verschiedene Noten, von sehr gut bis ungenügend. Der erste Prüfer hat nur Ergebnisse gewertet, dem zweiten ging es um den kreativen Rechenweg, und den dritten interessierte vor allem die Handschrift.

Absurd? Vielleicht. Aber etwa so geht es uns, die wir in den letzten Jahren Kinder bekommen haben: Ständig werden wir bewertet, von all diesen Menschen, die meinen, sie hätten die Weltformel fürs Familienleben gefunden. Langzeitstillen versus After-Baby-Body-Beauty-OP, 24-Stunden-Krippe versus Anti-Kita-Bewegung. „Ich erlebe häufig, dass Mütter sich in einer Zwickmühle befinden zwischen ihrer inneren Stimme und denen, die von außen kommen“, erzählt Britt Bürgel, Mütter-Coach aus

VÄTER UNTER DRUCK

In einer Forsa-Studie im Auftrag von ELTERN geben 30 Prozent der Väter an, während der Arbeitswoche im Schnitt nur eine Stunde oder weniger mit ihren Kindern zu verbringen. Insgesamt klagten mehr als 40 Prozent darüber, unter der Woche zu wenig Papa-Kind-Zeit zu haben

Monat 6

Wenn du einen Krippenplatz für nächstes Jahr ergattert hast ... und dir die Kita-Leitung selbst davon abrät, bis 17 Uhr Betreuung zu buchen („Was, acht Stunden, für ein Einjähriges?“)



Monat 15

Wenn du einer Kollegin zur Geburt ihres Babys einen von den süßen Straplern schenkst, aus denen deins rausgewachsen ist ... und die Kollegin erst mal den Schadstoffgehalt der Klamottenmarke googelt



Köln. „Gerade Frauen, die sehr bewusst Mutter werden, haben häufig hohe Perfektionsansprüche.“

Aber es allen recht machen, das klappt nie. Da sitzen wir zehn Monate nach der Geburt wieder am Büroschreibtisch, ganz wie es der Wirtschaftswissenschaftler und die Feministin in der TV-Runde gefordert haben, und vermissen heimlich unser Kind. Oder unsere Freundinnen schwärmen so anhaltend vom Familienbett, dass wir nicht wagen, unser Einjähriges nachts auszuquartieren. Auch wenn wir nichts lieber hätten als ein bisschen Privatsphäre.

Neueste Stimme im Chor: eine wachsende Gruppe von Eltern, die sich gegen eine frühe Rückkehr in den Job aussprechen und ihre Kinder länger zu Hause betreuen. Die Berliner Schriftstellerin Alina Bronsky und die Freiburger Geburtsbegleiterin Denise Wilk beklagen, Frauen erhielten für Pflege und Erziehung zu wenig Wertschätzung. Der Münchner Journalist Rainer Stadler warnt, mehr Krippen-Betreuung und mehr Erwerbsarbeit für Eltern bedrohten die Familie (Buch siehe rechts). Und der „Spiegel“ schrieb kürzlich gar das Comeback des Lebensmodells „Hausfrau“ herbei. Sympathische Anti-Haltung gegen den Druck aus Politik und Wirtschaft, oder Backlash in die 50er-Jahre?

Andreas Rödter ist Geschichtsprofessor an der Uni Mainz und Experte für den Wandel der Familie. Ihn wundert nicht, dass das Pendel gerade in diese Richtung schwingt, wenn auch zaghaft: „Gesellschaftliche Entwicklungen lassen sich nur bedingt politisch steuern – das bekommen die Regierungsparteien jetzt zu spüren. Während in etablierten konservativen Parteien aber kaum mehr Platz ist für solches Gedankengut, kommen diese Stimmen nun eher aus dem städtisch-alternativen Milieu.“ Wohl wahr: Wenn Parteien aller Couleur sich für gleichwertige Aufgabenteilung und mehr Kita-Plätze aussprechen, dann steckt dahinter wohl mehr die Sorge um Steuern und Arbeitsmarkt als um die Kinder. Das sorgt für latentes Unbehagen. Nicht nur in katholischen Kleinstädten, sondern auch im Prenzlauer Berg.

Wo nur noch bezahlte Arbeit geschätzt wird, bringt es wenig Anerkennung, einem Kind Lauf radfahren beizubringen oder Lieder vorzusingen.



Andererseits: Die Rolle rückwärts macht auch nicht alle froh. Denn der beste Mix aus Geldverdien, Zeit für die Kinder, Aufgabenteilung ist für jede Familie anders, unabhängig vom Zeitgeist.

Wohin also mit den inneren und äußeren Widersprüchen? Überraschende Empfehlung von Mutter-Coach Britt Bürgel: „Schauen Sie sich mal genauer an, um was Sie andere Eltern beneiden.“ Denn dieses unschöne Gefühl ist oft wie eine Kompassnadel, die auf unsere heimlichen Wünsche zeigt: Mehr Zeit für uns allein, mehr Zeit für unser Kind, ein Haus mit Garten? Auch wenn wir einen anderen Lebensentwurf spontan abwerten („Den ganzen Tag zu Hause mit dem Baby Autos über den Teppich schieben? Wie öde!“), kann das ein Zeichen sein: Das lässt mich nicht kalt. Oft versteckt sich hinter der Lästerei auch eine heimliche Sehnsucht: Vielleicht täte mir und meinem Kind ein krippen- und jobfreier Tag auch ganz gut?

Und dann gibt es ja neben allen selbsternannten Experten auch noch jene unbestechlichen Kritiker, auf deren Langzeit-Urteil wir uns wirklich verlassen können. Unsere Kinder. Die zeigen uns nämlich ganz gut, wie wir unsere Sache machen. Und ob wir im Labyrinth die richtigen Abzweigungen genommen haben. Nein, nicht weil sie immerzu glücklich sind, früh durchschlafen oder mit zwei Jahren schon ganze Sätze sprechen. Aber wenn sie uns mit elf Monaten hochkonzentriert beim Kochen beobachten; wenn sie nach dem Schreianfall vor dem Ü-Eier-Regal Trost suchend den Kopf an unsere Schulter legen; wenn sie unseren Rat wollen, weil es in der Kita Ärger mit den besten Kumpels gab, dann ist das eine klare Botschaft, und die lautet: Das da zwischen uns ist lebendig und tragfähig, eine Beziehung, die mich sicher macht und auf die ich vertraue.

Situationen, in denen wir das spüren können, werden mehr – je länger wir Mutter oder Vater sind. Sie helfen, uns jene gesunde Wurstigkeit anzueignen, die uns nicht mehr so anfällig macht für das Urteil anderer. Und zu akzeptieren, dass es Widersprüche gibt, die sich nicht auflösen lassen.

Elternsein ist eine Prüfung? Vielleicht! Aber wer uns die Noten geben darf, bestimmen wir ab heute selbst. 🍀



ZUM WEITERLESEN

Alina Bronsky/
Denise Wilk: „Die Abschaffung der Mutter“, DVA, 17,99 Euro
Rainer Stadler:
„Vater, Mutter, Staat“, Ludwig Verlag, 19,99 Euro

ILLUSTRATIONEN: Stefanie Hilgarth

Monat 22

Wenn du kurz vor dem zweiten Geburtstag deines Kindes begeistert vom kinderfreien Paarwochenende in Barcelona erzählst ... und deine beste Freundin dich ansieht, als hättest du dein Kind nackt auf einer Eisscholle ausgesetzt



Monat 25

Wenn du bei Zusammenstößen auf dem Spielplatz immer nur pustest ... während alle anderen Mütter Ampullen mit Arnica-Kügelchen auspacken

