



Ehe und Familie
Liebe miteinander leben



Alles unter einen Hut gebracht?

Familienpastorale Arbeitshilfe 2011
zum Familiensonntag



Informationen zum Familiensonntag, eine PDF dieser Arbeitshilfe und des Plakats zum Herunterladen sowie Dateien früherer Arbeitshilfen und weitere Texte finden Sie auf der Internetseite

www.ehe-familie-kirche.de

Vorwort

Ehe und Familie – Liebe miteinander leben „Alles unter einen Hut gebracht?“

„Alles unter einen Hut gebracht?“, fragt der Titel des Familiensonntags und der Familienpastoralen Arbeitshilfe 2011. Diese Redensart verweist auf die nicht immer ganz leichte Aufgabe, viele verschiedene Interessen, Bedürfnisse und Anforderungen miteinander in Einklang zu bringen. Familien leisten diese Art von Koordination jeden Tag. Das beginnt schon bei den Grundbedingungen des partnerschaftlichen Zusammenlebens in der Ehe. Schon hier müssen Paare heute viel mehr miteinander aushandeln und austarieren als in früheren Zeiten. Es setzt sich fort bei der Vereinbarkeit von Beruf und Kindererziehung über die Koordination von Schulausbildungen, Freizeitaktivitäten, berufsbedingter Mobilität, Finanzbedarfe, Familienurlaube, Ausbildungschancen, Verantwortungsübernahme für Enkelkinder bis zur Pflege der Großeltern. Die Liste ließe sich beliebig ergänzen und erweitern.

Die Kirche will den Menschen nahebringen, sich in diesen vielfältigen Aufgaben und Herausforderungen immer wieder am Leitbild der auf Ehe gegründeten Familie auszurichten. Deshalb muss sie sich auch fragen, was sie mit ihrer Pastoral dazu beitragen kann, das „Unter-einen-Hut-bringen“ zu unterstützen.

Dafür möchte diese Arbeitshilfe einige Impulse geben, verbunden mit der Hoffnung, dass Familien und Familienseelsorger darin auch etwas von ihrer eigenen Situation wiedererkennen und mit ihrem Engagement daran anknüpfen können. Dieser Wunsch verbindet sich zugleich mit Dank und Anerkennung für alle, die sich als Familie und für Familien engagieren.



Georg Kardinal Sterzinsky

Familiensonntage 2011 bis 2013

16.01.2011

Ehe und Familie – Liebe miteinander leben Alles unter einen Hut gebracht?



Familien müssen vieles miteinander in Balance bringen. Viele Aufgaben sind zu verteilen, ein Einkommen muss erwirtschaftet werden, Organisation und Hausarbeit wollen geleistet sein, Pflege und Erziehung der Kinder kosten Zeit und binden Kräfte. Jede und jeder soll sich als Person gut entwickeln können. So hat Familie viel mit Arbeit zu tun und ist zugleich ein Ort, an dem Koope-

ration und Gemeinschaft gelernt und entwickelt werden können. Alles dies unter einen Hut zu bringen, ist eine anspruchsvolle, aber auch lohnende Aufgabe, die Respekt in Gesellschaft und Kirche verdient.

15.01.2012

Ehe und Familie – Liebe miteinander leben Alle ziehen an einem Strang?

Familien haben viele Bedürfnisse und oft auch Nöte. Manchmal reicht es hinten und vorne nicht, ist es schwer, einen gangbaren Weg zu finden. Familie kann ohne Solidarität nicht bestehen. Ob es die Solidarität des Sozialstaats und seiner Transferleistungen, die Solidarität der Hilfs- und Unterstützungsinstitutionen oder die Solidarität der Generationen innerhalb des größeren Familienverbundes ist: Wenn alle an einem Strang ziehen, geschieht vieles, das weiterhilft und Familien die Luft zum Atmen gibt, die sie dringend brauchen.

20.01.2013

Ehe und Familie – Liebe miteinander leben Alles kommt ins Lot?

Familien sind Lebensorte, an denen Themen des Glaubens, der Religion, der Hoffnung eine besondere Rolle spielen. Das Urvertrauen, das Kinder auf den Armen ihrer Eltern entwickeln, die Fragen nach Gott, mit denen sie ihre Eltern konfrontieren, das gemeinsame Gebet und die Feier der christlichen Feste im Kreis der Familie, nicht zuletzt auch das Erleben von Leid und Tod im familiären Umfeld: All das sind augenfällige Berührungspunkte zwischen Familie und Glauben. Dabei geht es nicht immer ohne Krisen und Konflikte ab. Es gilt, den richtigen Weg zu finden und das Leben in seinen Tiefendimensionen auszuloten.



Ehe und Familie
Liebe miteinander leben

Inhalt

Vorwort	3
Familiensonntage 2011 bis 2013	4
PASTORALE PERSPEKTIVEN	
Balanceakt Familie – Leitbilder und Alltagswelten	6
Georg Kardinal Sterzinsky	
THEOLOGISCHE REFLEXION	
Familienzeit. Alltagszeit. Lebenszeit. Ewigkeit.	10
Michael Feil	
GESELLSCHAFTLICHE PERSPEKTIVEN	
Zeit für Familie – Notwendigkeiten und Wege für eine neue Zeitpolitik	14
Stefan Becker	
SITUATIONEN UND ERFAHRUNGEN	
Rushhour des Lebens – nicht nur für Führungskräfte	18
Walter Schmidt	
Auch alleine alles unter einen Hut gebracht?	22
Petra Winkelmann	
Die Sache mit der Gartenpflege ...	28
Ursula Sottong	
Wie ein ständiges Jonglieren	32
Beate und Clemens Frey	
BAUSTEINE UND ANREGUNGEN	
Texte und Gebete	38
Tipps und Anregungen	41
Autorenverzeichnis	42
Impressum	43

Ehebriefe – Eine Initiative der katholischen Kirche

Die Ehebriefe sind aus der Erfahrung entstanden, dass das verlässliche Zusammenleben in der Ehe wesentlich zum Glück von Paaren beiträgt, aber heute zugleich vielfach in Frage gestellt und gefährdet ist.

An der „Initiative Ehebriefe“ beteiligen sich aktuell 19 (Erz-)Bistümer. Hier wird Brautpaaren der Ehebrief 1 vor der Hochzeit überreicht, die anderen Briefe kommen in regelmäßigen Abständen per Post.

Pastorale Perspektiven

Balanceakt Familie – Leitbilder und Alltagswelten

Georg Kardinal Sterzinsky

Familie ist immer ein Balanceakt

Das Bild vom Balanceakt strahlt zunächst einmal Eleganz und Anmut aus. Unweigerlich denkt man an Seilkünstler und Zirkusartisten – und so falsch ist diese Assoziation auch gar nicht. Eine Familie, die einigermaßen in der Balance ist, strahlt tatsächlich etwas von Eleganz und Kraft aus: Menschen haben einander gefunden, halten zusammen, sind eingespielt und stützen sich gegenseitig. Aber genau wie bei den Zirkusartisten – wenn man denn in diesem Bild bleiben will – ergibt sich diese Ausstrahlung nicht von selbst. Sie ist das Ergebnis von harter Arbeit und täglichem Training. Auch Familien müssen „am Ball“ bleiben, wenn sie ihre Balance halten wollen. Immer neue Anforderungen, Bedürfnisse, Entwicklungen und so mancher frische Windstoß müssen im Familienleben abgefangen und ausbalanciert werden. Den immer

neuen Einflüssen von außen steht dabei die Weiterentwicklung der Familie und ihrer Mitglieder gegenüber. So entstehen Dynamiken, die Familie zu einer sehr veränderlichen und sich sehr individuell gestaltenden Lebenswirklichkeit machen.

Leitbilder geben Orientierung

In diesem Auf und Ab ist es nicht immer ganz einfach, die Orientierung zu behalten. Es gilt, sich immer wieder neu auf das auszurichten, worauf es eigentlich ankommt. Leitbilder von dem, was Familie und Familienleben sein sollen, können helfen, diese Orientierung immer wieder neu zu finden. Leitbilder sind in gewisser Weise Ansammlung des Erfahrungswissens früherer Generationen. In ihnen wird weitergegeben, was sich bewährt hat. Das christliche Leitbild der auf Ehe

hen Kirche

Eine Übersicht über die beteiligten Bistümer und deren Kontaktadressen ist unter www.ehebriefe.de zu finden. Interessenten aus anderen Bistümern erhalten die Ehebriefe zum Preis von 15,80 € (inkl. Versand) über die

AKF – Arbeitsgemeinschaft für katholische Familienbildung, Mainzer Str. 47, 53179 Bonn, Fax 02 28 / 8 57 81 47, info@akf-bonn.de.





gegründeten Familie als einer dauerhaften personalpartnerschaftlichen Lebensgemeinschaft steht zudem in engem Bezug zur Verkündigung Jesu. Es lohnt sich in jedem Fall, sich an diesem Leitbild zu orientieren und das Familienleben immer wieder neu daran auszurichten.

Lebenswirklichkeiten stellen sich quer

Und doch darf sich die Seelsorge auch nicht darüber hinwegtäuschen, dass die Bedingungen, unter denen Paare und Familien sich an diesem Leitbild orientieren, einem starken Wandel unterworfen sind. Die Lebensbedingungen der späten Moderne sind nicht unbedingt dazu angetan, das Leben in einer auf Ehe gegründeten Familie in jeder Hinsicht zu erleichtern. Die Erschwernisse von der Problematik der Partnerwahl über Mobilitäts- und Individualitätsansprüche, ökonomische Zwänge, biographische Brüche bis hin zur enorm gestiegenen Lebenserwartung sind oft beschrieben und erläutert worden. Mehr noch als in früheren Zeiten ist es deshalb tatsächlich ein Kunststück, „alles unter einen Hut“ zu bringen, alle Notwendigkeiten und Sehnsüchte der modernen Familie so auszubalancieren, dass der wesentliche Kern des Ganzen, die liebende Beziehung zwischen Mann und Frau, aber auch zwischen Eltern und Kindern, Kindern und Eltern, sich entfalten kann,

ohne im Scheitern zu enden. Wer sich heute in der Ehe- und Familienseelsorge engagiert, kommt nicht umhin, sich diese Erschwernisse präsent zu halten, wenn er den Menschen und ihrem Bemühen gerecht werden möchte. Daraus ergibt sich für das Handeln der Kirche eine Reihe von Konsequenzen. Auf einige sei im Folgenden verwiesen, ohne dabei den Anspruch der Vollständigkeit zu erheben.

Pastoral der klaren Perspektiven

Wer anderen Orientierung geben möchte, muss selbst wissen, worauf sich diese Orientierung gründet. Die kirchliche Ehe- und Familienpastoral, die Menschen darin unterstützen möchte, in Ehe und Familie „alles unter einen Hut“ zu bringen, kann nur dann hilfreich sein, wenn sie klar sagt, was ihr wichtig ist: Aufrichtige Liebe ist untrennbar mit Treue verbunden. Die Ehe ist die Grundlage für Familie. Die Ehe ist auf Lebensdauer angelegt. Kinder sind ein Geschenk und zugleich sind sie ein teures Pfand, für das wir Verantwortung tragen. Die personalliebende Beziehung zwischen Eheleuten eröffnet den geeigneten Schutzraum für das Aufwachsen von Kindern aus der Behütetheit in die Eigenständigkeit hinein. Es lohnt sich, viel in den Erhalt dieses familiären Zusammenhalts zu investieren und wieder und wieder neu anzusetzen, um miteinander auf dem Weg zu bleiben.



Danach Ausschau halten, wo die Sehnsucht der Menschen nach dauerhafter Liebe und Geborgenheit durchbricht.

Pastoral der Aufmerksamkeit

Gleichzeitig mit diesen klaren Perspektiven braucht die Ehe- und Familienpastoral aber auch einen offenen Blick und eine hohe Aufmerksamkeit für die Lebensumstände der Ehepaare und Familien. Mit Einfühlbarkeit gilt es das zu erkennen, was an Gutem im Leben der Menschen vorhanden ist. Der Blick darauf ist noch wichtiger, als der Blick auf die Defizite, die Unzulänglichkeiten und die Differenzen zwischen Lehre und Leben. Eine solche Ehe- und Familienpastoral darf nicht darüber jammern, was alles heute nicht mehr selbstverständlich ist. In regelmäßigen Abständen zu beklagen, dass die auf Ehe gegründete Familie keine Monopolstellung mehr hat, dass die Scheidungsraten hoch sind, die Zahl der Kinder unverheirateter Eltern steigt – all das hilft letztlich nicht weiter, so begründet es auch sein mag. Eine Pastoral der Aufmerksamkeit wird danach Ausschau halten, wo die Sehnsucht der Menschen nach dauerhafter Liebe und Geborgenheit durchbricht, wo Menschen bereit sind, dafür etwas in die Waagschale zu werfen und Mut machen, den Weg des Guten in noch konsequenterer Weise weiterzugehen. Eine Pastoral der Aufmerksamkeit wird sehen, wie Familien daran arbeiten, „alles unter einen Hut“ zu bekommen.

Pastoral der Parteilichkeit

Das Gelingen dieses Bemühens hängt in nicht geringem Maß auch von geeigneten Rahmenbedingungen ab. Familien brauchen Spielräume, um die vielen verschiedenen Anforderungen ausbalancieren zu können. Zeit, Geld und Infrastruktur werden in der gegenwärtigen Diskussion immer wieder als die herausragenden Aspekte genannt, wenn es um Rahmenbedingungen

geht, die ein gelingendes Familienleben ermöglichen und erleichtern. Zeit-Spielräume brauchen Familien in der heutigen durchgeplanten und schnelllebigen Alltagswelt, um Familienzeit planen, gestalten und variieren zu können. Geldleistungen in Form von Transferzahlungen sind nötig, damit Familienleben nicht zu einem Privileg der Gutsituierten wird. Infrastruktur in Form von guten institutionellen Unterstützungsangeboten von der Kinderbetreuung bis zur Familienbildung ist nötig, damit Familien in ihren Aufgaben Unterstützung finden und am Leben der Gesellschaft teilnehmen können. Die Ehe- und Familienpastoral ergreift hier Partei für die Familien. Sie ist ein Ort, an dem Familien sich selbst für ihre Belange stark machen können. In dieser Hinsicht ist die Ehe- und Familienpastoral ein deutlich politischer Bereich.

Pastoral der Hoffnung

Nicht zuletzt ist die Pastoral der Kirche immer geprägt von einer grundlegenden christlichen Hoffnung. Sie glaubt an das Gute in den Menschen, traut ihnen Beachtliches zu und weiß zugleich darum, dass die endgültige Erfüllung aller menschlichen Sehnsüchte noch aussteht. Dem Lamento, dass man ja doch nie „alles unter einen Hut“ bringt, steht in dieser Perspektive die Hoffnung gegenüber, dass zuletzt ein anderer es ist, der uns und unser Handeln behütet. Gerade deshalb gilt das Wort, das der frühere Münchener Weihbischof Ernst Tewes einmal gesagt hat: „Klagen ist kein pastoraler Auftrag!“



Theologische Reflexion

Familienzeit. Alltagszeit. Lebenszeit. Ewigkeit.

Michael Feil

Herausforderung Vereinbarkeit

Alles unter einen Hut zu bringen, vor dieser Aufgabe stehen Familien immer wieder neu. Die verschiedenen Bedürfnisse, Interessen, Anforderungen, Wünsche und Träume, die in einer Familie zusammenkommen, machen gerade die Vielfalt und den inneren Reichtum einer Familie aus. Aber im Alltagsgeschäft wollen sie miteinander in Einklang gebracht, aufeinander abgestimmt und nicht selten auch gegeneinander abgewogen sein. Manche Idealvorstellungen werden dabei von den kleinteiligen Nöten des täglichen Lebens an den Rand gedrängt, andere werden vielleicht verwirklicht um einen Preis, der letztlich zu hoch ist. Anderes gelingt, vielleicht sogar gegen beeindruckende Widerstände, macht ein Stück weit glücklich und zufrieden, vermittelt das Gefühl, auf dem richtigen Weg zu sein.

Die Frage nach dem Sinn

Zwischen Wünschen und Nöten, zwischen Alltags-sorgen und Edelsteinmomenten tut sich die Frage nach einem letzten Sinn des Zusammenlebens in der Familie und des je eigenen Lebens nicht immer unmittelbar auf. Familie ist eine Lebenswirklichkeit, die in gewisser Weise den Vorteil bietet, dass einem dabei die Sinn-suche über weite Strecken von einer Art Programm abgenommen wird. Wer sich nachts um ein weinendes Baby sorgt, wer eine pubertierende 15-jährige in ihrem Liebeskummer zu trösten versucht, wer die eigene Rolle als Großvater oder Großmutter findet, wer eingespannt ist in die Pflege der eigenen Eltern, der findet darin zugleich eine Fülle von Möglichkeiten, sich selbst als gebraucht und bedeutsam für andere zu erfahren. Und

doch geht vieles auch nicht so einfach auf, lassen so manche Lebenssituationen die Mitglieder der Familie in einem Gefühl der Hilflosigkeit und Ratlosigkeit zurück.

Spätestens dann, aber auch in vielen anderen Situationen des Lebens in Familie, oder auch nur angesichts der scheinbaren Ereignislosigkeit des Alltags, stellt sich letztlich doch die Frage danach, ob das eigene Leben einen Sinn macht und ob die vielen Alltagsmühen und Tagesgeschäftigkeiten sich wirklich in einen solchen Sinn integrieren lassen. Das Leben, so scheint es, zieht an mir vorbei, verschlingt die großen und kleinen Erfolge und Misserfolge und macht sie zu verblassender Vergangenheit: aus den Augen – aus dem Sinn?

Christliche Hoffnung

Aus der Perspektive christlicher Hoffnung übersieht eine solche Sichtweise einige ganz wesentlichen Besonderheiten unseres menschlichen Lebens. Weil wir Menschen nicht nur leibliche Wesen sind und in unserer Leiblichkeit, unserer Biologie, nicht einfach aufgehen, zerfließt unser Leben nicht in einer sich biologisch aufbrauchenden Weise. Wir sind leib-geistig-personale Geschöpfe und leben – so sagt es der christliche Glaube uns zu – unser Leben im Angesicht Gottes. Das, was wir tun, womit wir uns befassen und besonders das, worauf wir unsere „Liebesmüh“ verwenden, das prägt auch unser Leben. Es trägt bei zu unserer inneren Reifung – und sei es auch noch so kleinteilig, alltäglich, unscheinbar. Mein Leben wird nicht nur biologisch



Gemeinsam stärker Reden ist Gold

Wo Liebe ist und Leben, da ist Dynamik, Bewegung – und Reibung. Damit das Zusammenleben dadurch nicht heiß läuft, müssen Paare miteinander reden. Aber bitte so, dass das Verständnis füreinander, für die unterschiedlichen Sichtweisen und Bedürfnisse wächst.

Wie das geht, lernen junge (EPL) und erfahrene (KEK) Paare bei den Gesprächstrainings EPL und KEK

- sich so auszudrücken, dass das Gemeinte beim Partner richtig ankommt,
- so zuzuhören, dass man/frau besser versteht, was die/der andere meint,
- Meinungsverschiedenheiten und Probleme fair auszutragen, ohne einander zu verletzen.

EPL und KEK geben Paaren einfache Regeln an die Hand, mit deren Hilfe sie ihre Erwartungen an ihre Ehe und ihre Vorstellungen von Erziehung und einem guten Familienleben konstruktiv miteinander klären können. Ein groß angelegtes Forschungsprojekt hat bestätigt: Von den Gesprächsregeln, die **EPL** und **KEK** vermitteln, profitieren Paare noch Jahre später.

Mehr Informationen zum Programm und zu den Anbietern finden Paare im Internet unter www.epl-kek.de.



Die, die mich liebt, hat mir zugesagt, dass es gut ist, dass es mich gibt.

verbraucht, es wird auch angesammelt, füllt sich mit Erfahrungen und macht mich prägend zu der Person, die ich bin.

„Was bleibt, stiften die Liebenden“

Weil ich aber immer zugleich auch ein soziales Wesen bin, eingewoben in die Gemeinschaft der Mitmenschen, ohne die ich nicht sein und nicht reifen kann, deshalb prägt meine Geschichte auch die Entwicklung derer, die mit mir zusammenleben, und umgekehrt. Was den Meinen, meiner Familie widerfährt, das widerfährt auch mir, geht auch ein in mein „So-geworden-Sein“. Dieses Miteinander und Aneinander gegenseitiger Prägung hat weit reichende Bedeutung im Guten wie im Bösen – oft sogar über Generationen hinweg.

Wenn es aber das ist, worum es in meinem Leben geht, dass ich meine Geschichte sammle und mich daran reifend entwickle, dann kommt es gerade auf jenes zwischenmenschliche Geschehen an, das Menschen aufblühen, sich entfalten und stark werden lässt: die aufrichtig liebende Zuwendung zum anderen, die in all ihrer verschiedengestaltigen Konkretheit immer



von der tiefen Zusage durchdrungen ist: „Es ist gut, dass es dich gibt“. Nicht umsonst suchen die Menschen heute ausdrücklicher und sozialwissenschaftlich besser dokumentiert als je zuvor die Verwirklichung eines Lebens in einer Familie, die Zusammenhalt und Geborgenheit spendet. „Was bleibt, stiften die Liebenden“, formulierte der Theologe und Dichter Jörg Zink einmal. Er hält damit genau jenen Zusammenhang fest, auf den es in dieser Sinnsuche ankommt. Dort, wo es in aller Außergewöhnlichkeit oder in aller Alltäglichkeit gelingt, dass Menschen ihre enge Ich-Bezogenheit überwinden und sich aufrichtig einander mit diesem „Es ist gut, dass es dich gibt“ zuwenden, sich selbst daran verschenken – und sei es auch nur ein klein wenig – da geschieht und gelingt etwas, das weder durch den Alltagstrott noch durch das leibliche Vergehen je wieder getilgt zu werden vermag. Da kommt etwas in diese Welt, was es in ihr vorher nicht gegeben hat und was in den Personen und ihrer Gewordenheit bleibt: Die, die mich liebt, hat mir zugesagt, dass es gut ist, dass es mich gibt.

Ewigkeit als Frucht der Zeit

Wie gesagt, im je neuen „alles unter einen Hut bringen“ ist diese Sinnperspektive sicher nicht immer so ohne weiteres präsent und offensichtlich. Die christliche Hoffnung verbürgt uns aber, dass gerade dieser Sinn nicht in sich selbst zusammenbricht, sondern dass er Bestand hat über das Vergehen hinaus, auch über das endgültig-diesseitige Vergehen im Tod. „Die Liebe“, sagt die Bibel, „ist stärker als der Tod“. Der Theologe Karl Rahner formuliert über diese Sinnperspektive: „Nicht eigentlich nach der Zeit kommt die Ewigkeit, sondern diese ist die vollendete Zeit. Aus der Zeit wird unsere Ewigkeit gezeitigt als die Frucht, in der, wenn sie geworden ist, alles bewahrt ist, was wir waren und wurden.“ (SW 14, S. 119) Dabei ist diese Sinnperspektive alles andere als ein Patentrezept für das Gelingen des „Unter-einen-Hut-Bringens“ in Ehe und Familie. Sie mag auch recht vage und wenig konkret daherkommen. Aber welche andere Sinnperspektive gäbe es denn, die über ein bloßes Erleben und Vergessen hinausginge?

Deshalb lässt sich über das „Unter-einen-Hut-bring-Geschäft“ mit Rahners Worten zuletzt festhalten: „Wir verlieren nicht, sondern gewinnen beständig. Zwar weiß das letztlich nur der Glaubende. Aber ist es darum weniger wahr ...?“ (SW 14, S. 118)

Katholische Eheberatung

Das psychosoziale Beratungsangebot der katholischen Ehe-, Familien- und Lebensberatung richtet sich an Paare, Familien und Einzelpersonen mit Konflikten und Problemen im persönlichen und zwischenmenschlichen Bereich.

Sie können das Beratungsangebot in Anspruch nehmen, wenn Sie sich in einer schwierigen Lebenssituation befinden, in der Sie sich überfordert fühlen und Unterstützung in Form von Gesprächen oder Online-Beratung wünschen.

Gesellschaftliche Perspektiven

Zeit für Familie – Notwendigkeiten und Wege für eine neue Zeitpolitik

Stefan Becker

Familien in Zeit Not

Geld, Infrastruktur und Zeit – das ist der Dreiklang, den die Bundesregierung im „Siebten Familienbericht“ für eine erfolgreiche Familienpolitik propagiert. In der Praxis hat sich die Politik der zentralen Aufgabe „Zeit für Familie“ viel zu lange verschlossen. Treffend wird im Siebten Familienbericht festgestellt, dass Eltern in zunehmendem Maße Zeitprobleme empfinden und in Familien eine „gefühlte Zeitnot“ existiert. „Zeitprobleme ergeben sich für Familien nicht alleine aus einem unzureichenden quantitativen Zeitbudget, sondern ebenso aus einer unzureichenden Qualität von Zeit, d.h. aus Belastungen, die Zeitdruck und Verdichtung von Zeit, Parallelaktivitäten und Synchronisationsprobleme, Fremdbestimmtheit und mangelnde Zeitsouveränität u.a.m. umfassen“ (siebter Familienbericht, S. 229). Familie ist nur lebbar, wenn die Mitglieder einer Familie gemeinsame Zeit miteinander auch er-

leben können. Denn es geht in Familien nicht um ein reibungsloses zeitliches Nebeneinander von Individuen, sondern um persönliche Zuwendung und gemeinsame Erfahrungen. Um dies zu ermöglichen, bedarf es einer aktiven Koordination und Synchronisation auf unterschiedlichen Ebenen.

Familienzeit und Erwerbsarbeit

Beeinflusst wird die innerfamiliäre Zeitgestaltung maßgeblich von den Zeitanforderungen, die von außen auf die einzelnen Familienmitglieder wirken: Schulzeiten, Öffnungszeiten von Geschäften und öffentlichen Einrichtungen – aber in ganz besonderem Maße die Zeiten für die Erwerbsarbeit. Denn die Erwerbsarbeit ist wie kein anderer Bereich prägend für das Familienleben. Dies gilt nicht nur in quantitativer Hinsicht, weil der Umfang der Arbeitszeit den gesamten Tages- und Wochenablauf dominiert. Auch

Auslöser können Konflikte in der Partnerschaft und Familie, kritische Lebenssituationen oder unvorhergesehene (traumatische) Belastungen sowie allgemeine Lebensfragen sein.

Katholische Bundeskonferenz für
Ehe-, Familien- und Lebensberatung
www.katholische-eheberatung.de



durch die zunehmend flexibel gestaltete Lage und Verteilung der Arbeitszeit bestimmt die Erwerbsarbeit die Zeitgestaltung von Familien.

Zeitkonflikte sind immer dann besonders spürbar, wenn Arbeitszeiten unfreiwillig und als Vorgaben durch den Arbeitgeber die üblichen Standards verlassen und nicht mit den familialen Belangen abgestimmt werden können. Der Eindruck, dass Familie die zeitliche Verfügungsmasse der Arbeitswelt ist, ist nicht unbegründet. „Die durch Kinder unbehinderte Arbeitszeit der Eltern genießt allgemeine Anerkennung und staatliche Förderung. Die durch Arbeit unbehinderte Familienzeit muss noch entdeckt – und geschützt werden“, stellt die Journalistin Iris Radisch fest und fordert zurecht „eine Familienzeit, die ihre eigene Logik gegen die der Arbeitswelt behaupten kann“ (Radisch, Iris: Die Schule der Frauen. Wie wir die Familie neu erfinden, München 2007, S. 182). Was kann für einen besseren Schutz von Familienzeiten konkret getan werden?

Rahmenbedingungen für Familienzeit

Zunächst geht es um geeignete gesetzliche, tarifvertragliche und betriebliche Rahmenbedingungen zur Absicherung der zeitlichen Gestaltungsfreiheit. Rechtliche Rahmenbedingungen geben entscheidende Richtmaße vor: von der EU-Arbeitszeit-Richtlinie und dem Arbeitszeitgesetz über das Teilzeit- und Befristungsgesetz, das Elternzeitgesetz, das Pflegezeitgesetz bis hin zu den Regelungen von Ladenöffnungszeiten. Dass um Schutzräume immer auch wieder mühsam gerungen werden muss, zeigt die Debatte um die Öffnung von Geschäften am Sonntag. Die erfolgreichen Verfassungsbeschwerden der Kirchen sowie die Bemühungen der Familienverbände, der Gewerkschaften und anderer Verbände um einen arbeitsfreien Sonntag weisen auf die essentielle Bedeutsamkeit des Sonn- und Feiertagschutzes für Familien hin (vgl. www.allianz-fuer-den-freien-sonntag.de).



Rechtliche Bestimmungen können allerdings nur dann Wirkkraft entfalten, wenn sie in der Praxis tatsächlich „gelebt“ werden. Wie sieht also der betriebliche Alltag aus? Es ist nicht von der Hand zu weisen, dass Rechtsansprüche, beispielsweise die Freistellung zur Pflege eines kranken Kindes, oftmals nicht in Anspruch genommen werden. Die Unternehmenskultur ist hier entscheidend. Drohen Nachteile für die eigene berufliche Zukunft, unterbleibt in der Regel das Einfordern bestehender Rechte. Es liegt daher in der Verantwortung der Unternehmen, die bestehenden gesetzlichen Angebote aktiv in der Belegschaft bekannt zu machen und für ein Klima zu sorgen, dass gesetzliche Angebote bei Bedarf auch wahrgenommen werden.

Unternehmen sind aber auch gefordert, eigene, betriebs-spezifische Maßnahmen zur Vereinbarkeit von Beruf und Familie anzubieten. Nachdem familienpolitische Themen verstärkt Einzug in die öffentliche Debatte gehalten haben, hat nun auch die Wirtschaft begonnen, Familienpolitik für sich zu entdecken. Immer mehr Unternehmen bieten Maßnahmen zur Vereinbarkeit



Familien benötigen anerkannte zeitliche „Spielräume“, innerhalb derer sie flexibel auf die familienbedingten Anforderungen reagieren können.

von Beruf und Familie an. Das ist eine begrüßenswerte Entwicklung, die allerdings noch sehr an zusätzlicher Dynamik gewinnen muss.

Was Familien brauchen

Bei der Suche nach tragfähigen Konzepten ist zu beachten, dass Familien – wie die Unternehmen auch – verlässliche und flexible Zeitstrukturen benötigen, um planbar und den wechselnden Anforderungen entsprechend handeln zu können.

Familien benötigen anerkannte zeitliche „Spielräume“, innerhalb derer sie flexibel auf die familienbedingten Anforderungen reagieren können. Betriebliche Angebote wie zum Beispiel Gleitzeit, Vertrauensarbeitszeit, Arbeitszeitkonten und alternierende Telearbeit eröffnen hier die entsprechende Flexibilität für die Beschäftigten.

Familien benötigen aber auch anerkannte zeitliche „Schutzräume“, innerhalb derer sie mit entsprechender Planungssicherheit disponieren können. Hier unterstützen Mutterschutzzeiten, Freistellungen für die Pflege von Kindern und älteren Familienangehörigen, die Möglichkeit eines „Sabbaticals“ oder Angebote wie die so genannte „Kinderbonuszeit“, bei der Beschäftigten mit Kindern Arbeitsstunden gutgeschrieben werden, so dass sie bei gleich bleibendem Lohn monatlich weniger Arbeitszeit leisten müssen und mehr Zeit für die Familie haben.

Bei allem betrieblichen Engagement ist darauf zu achten, dass tatsächlich mehr Zeit für die Familie ermöglicht wird. Betriebliche Angebote wie zum Beispiel Babysitter-, Einkaufs- und Bügelservice, Eltern-Kind-Büro und Betriebskita entlasten zwar Beschäftigte mit Familienpflichten, dienen aber grundsätzlich noch nicht dazu, gemeinsam mit der Familie Zeit zu verbringen. Entlastet von möglichst vielen familiären Verpflichtungen, stehen die Arbeitskräfte mit Hilfe solcher Angebote zunächst nur den Unternehmen möglichst sorgenfrei und ohne andere Verpflichtungen zur Verfügung. Eine wirkliche Vereinbarkeit von Beruf und Familie ist dies nicht, da Familie hier quasi „outgesourct“ wird. Nicht die wirtschaftsfreundliche Familie, sondern die familienfreundliche Wirtschaft muss letztes Ziel einer familiengerechten Zeitpolitik sein.

Schließlich darf die individuelle Befähigung zum guten Umgang mit Zeit nicht unerwähnt bleiben. Angebote der Eltern- und Familienbildung können beitragen, Zeitkompetenzen von Familien zu stärken und Wege aufzuzeigen, wie trotz aller Belastungen und Widerstände ein Mindestmaß an Freiräumen gesichert werden kann. Der Staat ist gefordert, entsprechende Angebote zu fördern und zu unterstützen.

Familien sind gelebte Beziehungen. Jede Beziehung braucht Zeit füreinander. Eine familiengerechte Zeitpolitik ist ein Gebot unserer Zeit.



Brennpunkt Familie – Ansichten und Aussichten

Persönliche Erlebnisse („Ansichten“), fachliche Einordnungen („Einsichten“) und hoffnungsvolle Konzepte („Aussichten“): Das ist die Mixtur, mit der *neue Gespräche* das Leben in Partnerschaft – Ehe – Familie (so der Untertitel) betrachten. Die sechs Hefte im Jahr widmen sich jeweils einem Thema; die Palette vom Jonglieren zwischen Familie und Beruf über das religiöse Leben in der Ehe bis zum kreativen Umgang mit Alltagsorgen.

Situationen und Erfahrungen

Rushhour des Lebens – nicht nur für Führungskräfte

Vereinbarkeit von Familie und Beruf aus der Sicht eines Personalberaters

Walter Schmidt

Selbstvertrauen und Zufriedenheit

In unserer Paar-zentrierten Gesellschaft machen Arbeit und Beziehung Glück und Zufriedenheit der Menschen aus, wenn sie in einem ausgewogenen Verhältnis zueinander stehen. Nicht nur Führungskräfte müssen Spitzenleistungen in zwei Welten erbringen, deren Regeln konträr auseinander liegen. Das Spannungsfeld der Doppelbelastung durch Beruf und Familie wächst von Tag zu Tag. Als Ergänzung der formalen Konzepte, die Staat und Unternehmen zur Bewältigung der Konfliktsituation zwischen Beruf und Familie heute anbieten, soll hier auf einen Lösungsansatz hingewiesen werden, der auf dem Salutogenese-Konzept von A. Antonowsky aufbaut. Antonowsky geht davon aus, dass gesunde Menschen über eine geistigseelische Globalorientierung verfügen, die er als Kohärenzgefühl (SOC) bezeich-

net hat. Es drückt aus, in welchem Ausmaß man ein durchdringendes, ausdauerndes und dennoch dynamisches Gefühl des Vertrauens hat, dass Konflikte, in die man hineingestellt ist, strukturiert, vorhersehbar und erklärbar sind und einem die Ressourcen zur Verfügung stehen, um den Anforderungen zu begegnen. Dieses Salutogenese-Konzept lässt sich auch auf Führungskräfte übertragen.

Ko-evolution

Selbstachtung, Identität und Selbstwahrung sind wichtige Widerstandsressourcen. Bei einer gelingenden Vereinbarung von Familie und Beruf geht es zusätzlich um einen Ko-evolutionsprozess, der einen Weg durch zahlreiche Bewältigungsszenarien darstellt. Dabei haben es die jeweiligen Personen mit verschiedenen,

neue Gespräche

- regt zur Reflexion eigener Einstellungen und Erfahrungen in der Familie an ...
- ... und gibt Impulse für die weitere Entwicklung
- schärft den Blick für die Rahmenbedingungen des heutigen Ehe- und Familienlebens
- bietet eine solide Grundlage für die Arbeit von Familienkreisen und allen, die sich in Pfarrgemeinden für Ehe und Familie engagieren

neue Gespräche wird herausgegeben von der **AKF – Arbeitsgemeinschaft für katholische Familienbildung e.V.** Mainzer Straße 47, 53179 Bonn, info@akf-bonn.de, www.akf-bonn.de und kostet im Abonnement (6 Hefte / Jahr) 10 € zzgl. Versandkosten.

Der Versand erfolgt über diözesane Kontaktstellen.





aber interdependenten Entwicklungssystemen zu tun, die – wenn der Prozess gelingt – zu einer dauernden Balance der Handhabung unterschiedlicher Beziehungssysteme führen können. Ziel sind dabei familiengerechte Arbeitsverhältnisse, nicht arbeitsgerechte Familien. Ko-evolution bezeichnet in unserem Zusammenhang die gegenseitige Beeinflussung der persönlichen Entwicklung von Partnern, die zusammenleben. Die Ehepartner müssen nach individuellen Lösungen suchen, müssen miteinander aushandeln – und zwar immer wieder neu – wie sie die Zwänge oder Ambitionen der Versorgungssicherheit, der Karriere und des Berufs mit ihren partnerschaftlichen und familiären Wünschen und Vorstellungen vereinbaren können. Emotionale Bindungen, Gefühl und Liebe sind die zentralen Ressourcen zur Konfliktbewältigung. Eine nicht weniger wichtige Bewältigungsressource, die Familie und Beruf betrifft, sind emotionale Intelligenz und Kompetenz. Die Verbindung von Verstehen und Handhaben erhöht das Kohärenzgefühl, steigert die Konfliktfähigkeit und die Konfliktlösungsmöglichkeit. Der Prozess der gegenseitigen Beeinflussung ist ein Unterstützen, Begrenzen und Herausfordern.

Auf der Suche nach neuen Wegen der Vereinbarkeit

Im Zuge der zunehmenden Flexibilisierung und der steigenden Mobilitätsanforderungen kommt es heute mehr und mehr zur Abkehr von Normalarbeitsverhältnissen und zur Gestaltung neuer Lebensentwürfe, zu lebensphasenorientierten Vereinbarungskarrieren, die zu Patchwork-Biografien führen. Wer sich aber gegen diesen wachsenden Einfluss gesellschaftlicher Entwicklungen auf die Familie abgrenzen will, wird sich auf die Suche nach eigenen Bewältigungsstrategien in Beruf und Familie machen.

Partnerschaftliche Führung und dienende Führung

Die Führungskräfteentwicklung als Persönlichkeitsentwicklung führt uns dabei zu partnerschaftlicher Führung in der Familie einerseits und zu einem zentralen Lösungsansatz für Konflikte in der Berufswelt, der dienenden Führung andererseits. Es geht um die Frage: Was kann ich für andere tun, damit sie sich persönlich weiterentwickeln und die gemeinschaftlichen Ziele erfolgreich realisieren können? Das Konzept der dienenden Führung, wie es von Robert Greenleaf 1970 entwickelt wurde, folgt einer ganzheitlichen



Was kann ich für andere tun, damit sie sich persönlich weiterentwickeln und die gemeinschaftlichen Ziele erfolgreich realisieren können?

Betrachtung der Qualitäten von Mensch, Arbeit und Gemeinschaftssinn und setzt ein spirituelles Verständnis von Identität, Mission, Vision und Umwelt voraus. Mit dieser Haltung befinden wir uns genau in dem individuellen Handlungskorridor, um einerseits Konflikte als Führungskraft im Beruf, andererseits als Ehepartner in der Familie handhaben und die Konflikte zwischen beiden Lebensbereichen bewältigen zu können. Dienende Führung im Beruf ist ein Schlüssel, die Spannung zwischen Karriere und Familie zu verringern. Mehrere Wege zu diesem Ziel erscheinen als gangbar, wenn wir partnerschaftliche Führung auf die Berufswelt und dienende Führung auf die Familie beziehen, das heißt beide Bewältigungsszenarien miteinander verschränken. Partnerschaftliche Führung im Beruf und dienende Führung in der Familie finden ihre Deckung in dem, was sich auch als Dienstbarkeit beschreiben ließe. Ko-evolution von Beruf und Familie kann dann gelingen, wenn die Menschen in beiden Lebenssphären selbstverantwortlich integer führen.

Brennpunkt Familie Unter Wahlverwandten

Es braucht ein ganzes Dorf, um ein Kind zu erziehen, sagt ein afrikanisches Sprichwort. Doch im globalen Dorf unserer Zeit sind junge Eltern mehr denn je auf sich allein gestellt. Ausbildung und Arbeitsplatz-Suche trennen viele meilenweit von ihren Herkunftsfamilien und „alten“ Freunden. Gut deshalb, wenn sie in einem Familienkreis Wahlverwandte finden.

In Familienkreisen

- tauschen Eltern sich über ihre Erfahrungen im Umgang mit Kindern und/oder „Gott und die Welt“ aus,
- helfen sie sich gegenseitig vom Babysitting bis zu Notfällen,
- feiern Familien miteinander und starten gemeinsame Freizeit-Aktivitäten,
- ergreifen Eltern Initiativen in Nachbarschaft, Lokalpolitik und Pfarrgemeinde,
- finden Familien ein Stück neue Heimat.

Der Anstoß zur Gründung von Familienkreisen kommt oft von Pfarrgemeinden. Doch über ihr „Programm“ entscheiden die Beteiligten ganz alleine. Wie das konkret funktioniert, beschreibt das Sonderheft Familienkreise: Eine runde Idee der Zeitschrift *neue Gespräche*.



Zu beziehen ist das Heft zum Preis von 3,50 € zzgl. Versandkosten bei der **AKF – Arbeitsgemeinschaft für katholische Familienbildung e.V.** Mainzer Straße 47, 53179 Bonn, info@akf-bonn.de, www.akf-bonn.de.



Situationen und Erfahrungen

Auch alleine alles unter einen Hut gebracht?

Herausforderungen an Alleinerziehende

Petra Winkelmann

Wie es Alleinerziehenden (er-)geht

Alleinerziehende haben drei Anforderungen parallel zu erfüllen: die Haushaltsführung, die Versorgung und Erziehung der Kinder und die Sicherung des Einkommens. Im Gegensatz zu zusammenlebenden Eltern können sie im Alltag die Betreuung und Versorgung der Kinder nicht aufteilen und tragen auch die Erziehungsverantwortung allein.

Karin ist 40 Jahre alt und Mutter eines 1 ½-jährigen Sohnes. Bis zur Geburt ihres Kindes hat sie als Sozialarbeiterin mit voller Stelle gearbeitet und zweimal wöchentlich auch abends Dienst geleistet. Das Kind war ein Wunschkind – doch zwei Wochen vor der Geburt hat der Vater es sich anders überlegt! Nun lebt Karin mit dem 1 ½-jährigen Sohn allein und hat sich entschieden, drei Jahre Elternzeit in Anspruch zu nehmen, um für ihren Sohn da zu sein. Ihre wirtschaftliche Unabhängigkeit musste sie aufgeben – sie lebt von ALG II, möchte aber nach Ablauf der Elternzeit wieder in ihrem Beruf tätig sein. Sie hat dem Dienstgeber bereits signalisiert, dass sie – wenn ihr Sohn drei Jahre alt ist – an den Arbeitsplatz zurückkehren und möglichst an eine Stelle wechseln möchte, an der sie keine Abenddienste leisten muss. Der Dienstvorgesetzte sieht das aber eher als schwierig an. Karin empfindet den Alltag mit einem 1 ½-jährigen Kind als allein erziehende Mutter als sehr stressig. „Immer bin ich für das Kind zuständig, auch wenn ich unter einer Erkältung und Fieber leide, sieben Tage die Woche, rund um die Uhr. Nie habe ich eine Pause!“ Einen

Babysitter kann Karin nicht bezahlen und ihre Eltern sind zu alt, sie zu unterstützen. „Alle zwei Wochen kommt mein Bruder für zwei Stunden und spielt mit meinem Sohn – da habe ich dann eine Auszeit!“

60% der allein erziehenden Mütter sind erwerbstätig, 42% von ihnen in Vollzeit. Alleinerziehende Väter sind zu 87% Vollzeiterwerbstätig, was ihnen möglich ist, weil sie häufiger mit nur einem Kind in höherem Alter im Haushalt leben.

Susanne ist 45 Jahre alt und seit zwei Jahren geschieden. Ihre älteste Tochter lebt bereits in einer eigenen Wohnung, die 18-jährige Tochter und der sechsjährige Sohn wohnen im Haushalt der Mutter. Susanne arbeitet als Nachtwache im Krankenhaus. Sie kann diese Stelle nur ausüben, weil die 18-jährige Tochter während ihrer Dienstzeit den jüngeren Bruder betreut. Abends um 19.00 Uhr verabschiedet sie sich von ihren Kindern, denn bis zum Arbeitsbeginn um 20.00 Uhr hat sie noch eine Stunde Fahrzeit mit öffentlichen Verkehrsmitteln – ein Auto ist bei ihrem Einkommen nicht finanzierbar. Nach der Arbeit frühstückt sie mit den Kindern, schläft ein wenig, erledigt dann den



Kess-erziehen: kooperativ – ermutigend – sozial – situationsorientiert

Die Entwicklung des Kindes, gestützt durch Ermutigung und verantwortungsvolle Einbeziehung in die Gemeinschaft, steht im Mittelpunkt dieses Elternkurses. Eltern mit Kindern im Alter von zwei bis zehn Jahren erhalten eine praktische, ganzheitlich orientierte Erziehungshilfe. Gleichzeitig wird eine Vernetzung interessierter Eltern angeregt.

Die Themen der fünf Einheiten

- Das Kind sehen – soziale Grundbedürfnisse achten
- Verhaltensweisen verstehen – angemessen reagieren
- Kinder ermutigen – die Folgen des eigenen Tuns zumuten
- Konflikte entschärfen – Probleme lösen
- Selbstständigkeit fördern – Kooperation entwickeln

Mehr zu *Kess-erziehen* sowie Adressen von Kooperationspartnern und Kursleiter/innen unter www.kess-erziehen.de



Knapp ein Drittel der Alleinerziehenden erhalten ALG II trotz eigener Erwerbstätigkeit.

Haushalt und holt um 13.30 Uhr den Jüngsten von der Schule ab. Es ist ihr sehr wichtig, dass sie ihn nach dem Mittagessen bei den Hausaufgaben betreut, denn die Erfahrung mit den beiden ältesten Töchtern hat ihr gezeigt, dass es sich lohnt, jetzt Zeit zu investieren, damit die Kinder später schulisch erfolgreich sind.

„Die Nacharbeit“, sagt sie, „ist schon sehr stressig, aber Gott sei Dank bin ich äußerst belastbar und komme mit wenig Schlaf aus. Glücklicherweise sind meine Kinder gesund und die ältere Tochter hilft wirklich viel mit. Lieber würde ich am Tage arbeiten – aber das ist mit der Betreuung eines sechsjährigen Kindes schwer zu vereinbaren und ich hätte kaum noch Zeit für meinen Sohn. Ich habe über neun Jahre als Chefsekretärin gearbeitet, aber da muss man auch schon mal spontan länger bleiben, für Sitzungen eine Abendeinheit einlegen o. Ä. – das geht doch als Alleinerziehende mit Kindern im Vorschul- und Grundschulalter nicht!“

Trotz ihrer Erwerbstätigkeit ist das Geld sehr knapp. Das Gehalt reicht gerade für Miete und Lebensunterhalt. Für Urlaubsreisen, Kinokarten, Essengehen o. Ä. bleibt kein Spielraum.





Zwei Drittel der Alleinerziehenden finanzieren ihren Lebensunterhalt überwiegend aus eigener Erwerbstätigkeit, ein Drittel sind auf Transferzahlungen (Grundsicherung für Arbeitsuchende/ALG II) angewiesen. Knapp ein Drittel der Alleinerziehenden erhalten ALG II trotz eigener Erwerbstätigkeit, weil das Einkommen für die Existenzsicherung mit Kind/Kindern nicht ausreicht. Nicht oder geringfügig bzw. zeitlich reduziert erwerbstätig sind vorwiegend Alleinerziehende mit kleinen Kindern oder Alleinerziehende, die in ihrem Haushalt mehrere Kinder betreuen.

Andrea ist allein erziehende Mutter von zwei Söhnen im Alter von zehn und zwölf Jahren. Der jüngere Sohn hatte vom achten Lebensmonat an epileptische Anfälle und ist zu 70 % schwerbehindert. Aufgrund seines besonderen Förderbedarfs besuchte er zunächst einen heilpädagogischen Kindergarten. Da inzwischen die epileptischen Anfälle selten geworden sind, wurde er von Pflegestufe 2 auf Pflegestufe 1 heruntergruppiert – und entsprechend geringer sind die Zahlungen an

die Mutter. Neuerdings besucht er eine Schule für Kinder mit sozial-emotionalen Störungen und die Mutter nimmt mit ihm zahlreiche therapeutische Leistungen in Anspruch (Sprachtherapie, Rehabilitationssport, heilpädagogische Förderung). Allein für beide Kinder verantwortlich zu sein ist sehr anstrengend, denn beide benötigen viel Aufmerksamkeit. Der Vater der Kinder ist Alkoholiker und übernimmt keine Verantwortung für seine Söhne.

„Am schlimmsten war es für mich im letzten Jahr Ostern“, berichtet Andrea. „Ich hatte eine richtig schwere Grippe mit Stirnhöhlenvereiterung, hohem Fieber usw. Alles wurde so schlimm, dass ich meine beiden Söhne in die Kindernotaufnahme bringen musste. Dort blieben sie für zehn Tage. Nachher habe ich in der Zeitung gelesen, dass mehr als 100 Kinder in den Ostertagen dort weggeschickt wurden, weil die Notaufnahme überbelegt war – ich hätte nicht gewusst, was dann passiert wäre!“ Nach ihrer Erkrankung und der Notaufnahme der Kinder wurde ihr vom Jugendamt eine flexible Erziehungshilfe bewilligt, die ihr in dieser Krisenzeit unterstützend zur Seite stand.



70% der erwerbstätigen Alleinerziehenden haben das Gefühl, dass durch die Aufgabe, die Kinder allein zu erziehen und erwerbstätig zu sein, ein oder mehrere Bereiche des Lebens zu kurz kommen – meistens haben sie insbesondere das Gefühl, keine Zeit für sich selbst mehr zu haben, „nie eine Pause“.

Was sich Alleinerziehende wünschen

Im Treffpunkt für Alleinerziehende beim Sozialdienst katholischer Frauen in Wuppertal-Barmen haben Alleinerziehende einmal wöchentlich die Gelegenheit zum gemeinsamen Frühstück, während ihre Kinder im Nebenraum betreut werden. Sie können in dieser Zeit miteinander Erfahrungen austauschen, den Rat anderer Alleinerziehender oder professioneller Beraterinnen suchen oder die Zeit für wichtige Erledigungen nutzen. Bei der Frage, was für sie hilfreich wäre, um „alles unter einen Hut“ zu bekommen, haben sie viele Ideen.

An erster Stelle steht der Wunsch nach einer **guten und preiswerten Kinderbetreuung**. Vorteilhaft wäre natürlich auch, wenn die Kinderbetreuung nahe des Arbeitsplatzes erfolgen könnte, damit nicht zusätzlich Zeit und Energie für die Bewältigung langer Wegestrecken mit Kleinkind in öffentlichen Verkehrsmitteln aufgewendet werden muss.

Außerdem wünschen sich die Mütter, dass ihnen neben der Erwerbstätigkeit noch **Zeit für die Kinder** bleibt. Es ist ihnen wichtig, eine gute Bindung zum Kind aufzubauen und in den ersten Lebensjahren Zeit für das Kind zu haben. Nach der Einschulung wollen sie dem Kind einen guten Ausbildungsstart geben, Fragen beantworten und für Gespräche da sein können.

Die **Qualität der Kinderbetreuung** ist den Alleinerziehenden ebenfalls sehr wichtig. Monika fordert: „Es wäre gut, wenn es Standards gäbe! Ich habe von anderen Alleinerziehenden gehört, deren Kinder die offene Ganztagschule besuchen, und dann haben die Mütter abends die Hausaufgaben der Kinder kontrolliert und festgestellt, dass sie völlig fehlerhaft sind! Wenn das Kind schon in der Ganztagsbetreuung ist, möchte ich mich auch darauf verlassen können, dass es vernünftig bei der Erledigung der Hausaufgaben betreut wird!“

Da das Geld knapp ist, darf die Kinderbetreuung natürlich nicht zu teuer werden.

Bildungs- und Betreuungsgutscheine würden die Alleinerziehenden gerne in Anspruch nehmen. Auch die **Hilfe ehrenamtlicher Paten** wäre für sie eine große Entlastung.



... dass neben der Erwerbstätigkeit noch Zeit für die Kinder bleibt.

Doch Karin berichtet: „Ich habe viele Flyer gefunden, in denen ehrenamtliche Unterstützung bei der Kinderbetreuung angeboten wird oder über das Modell Familienpaten informiert wird. Überall habe ich angerufen – aber es werden Paten gesucht, vermittelt werden konnte mir nie jemand!“

Auch die finanzielle Situation ist sehr belastend. Mit dem Einkommen aus ihrer Erwerbsarbeit liegen viele Alleinerziehende knapp oberhalb der Berechtigungsgrenzen für Wohngeld o. Ä. – und dennoch reicht es nicht für ein eigenes Auto oder Nachhilfeunterricht für die Kinder. Die **steuerliche Benachteiligung** ist überhaupt nicht nachvollziehbar, die **aktuellen Kürzungen (für Eltern) im ALG II-Bezug** schon gar nicht (Anrechnung von Elterngeld auf ALG II und Rentenkürzungen).

Eine deutliche Anhebung des Kindergeldes wäre deshalb sicher entlastend.

„Alles unter einen Hut“ zu bekommen, ist für Alleinerziehende noch schwieriger als für Familien, in denen sich die Eltern die Aufgaben und die Verantwortung teilen können – um so bewundernswerter ist es, wie viele Mütter und Väter den Alltag mit Kind/Kindern gut meistern!

Kess-erziehen: Staunen. Fragen. Gott entdecken.

Der Kurs zeigt Wege, auf denen Eltern die seelische Entwicklung ihres Kindes auch in spiritueller Hinsicht unterstützen können. Sie werden ermutigt, religiöse Themen aufzugreifen, gemeinsam mit ihrem Kind nach Antworten auf die großen Fragen des Lebens zu suchen und sich hierbei von der christlichen Tradition leiten zu lassen.

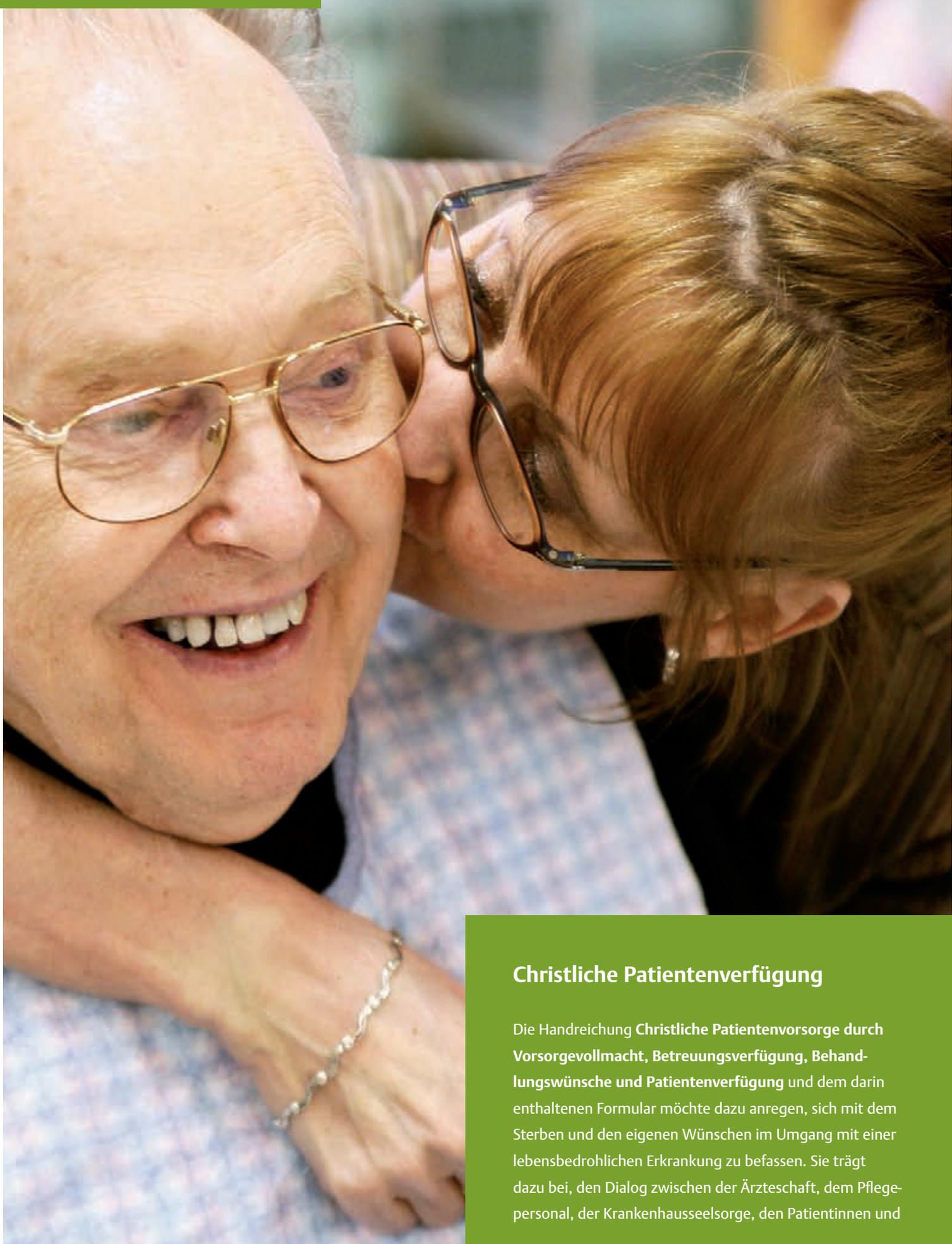


Die Themen der fünf Einheiten

- Die Beziehung zum Kind gestalten – das positive Lebensgefühl stärken
- Sich mit dem Kind auf die fragende Seite stellen – selbstentdeckendes Lernen stützen
- Mit dem Kind reden über Gott und die Welt – kindliche Gottesbilder achten
- Der Spiritualität Raum geben – sich von Gott anrühren lassen
- Das Leben leben, deuten und feiern – sich von christlichen Traditionen anregen lassen

Mehr zu **Kess-erziehen** sowie Adressen von Kooperationspartnern und Kursleiter/innen unter www.kess-erziehen.de





Christliche Patientenverfügung

Die Handreichung **Christliche Patientenvorsorge durch Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung, Behandlungswünsche und Patientenverfügung** und dem darin enthaltenen Formular möchte dazu anregen, sich mit dem Sterben und den eigenen Wünschen im Umgang mit einer lebensbedrohlichen Erkrankung zu befassen. Sie trägt dazu bei, den Dialog zwischen der Ärzteschaft, dem Pflegepersonal, der Krankenhauseelsorge, den Patientinnen und



Situationen und Erfahrungen

Die Sache mit der Gartenpflege ...

Ursula Sottong

„Einen alten Baum verpflanzt man nicht. Wir gehen nur mit den Füßen voraus aus unserer Wohnung.“ – Diese stereotype Antwort auf ihre vielfältigen Versuche mit den Eltern eine Lösung für all die Schwierigkeiten zu finden, die sich nach dem Schlaganfall des Vaters für die gesamte Familie aufgetan haben, verfolgt Katrin S. bis in den Schlaf.

Die beiden heranwachsenden Kinder, die mit ihren Problemen regelmäßig zu später Stunde den Rat der Mutter suchen, der Arbeitsplatz mit seinen Anforderungen an Mobilität und Flexibilität, der Ehepartner, der mehr denn je Zeit mit ihr verbringen möchte, der Haushalt, der sich seit der Pflegebedürftigkeit ihres Vaters um zwei Personen und einen weiteren Standort vergrößert hat – da bleibt kein Raum mehr für eigene Wünsche und eigenes ehrenamtliches Engagement, das sie viele Jahre mit großer Leidenschaft im Rahmen der Gemeinde wahrgenommen hat.

Wie Katrin S. geht es vielen Frauen ihrer Generation, die sich in dieser Doppelbelastung zwischen Pflege und

Erwerbsarbeit aufreiben. Sie hat nach einer längeren Ausbildung ihre Berufstätigkeit aufgenommen und dann mit Anfang 30 ihre Zwillinge bekommen. Nach einigen Jahren Familienpause ist sie an den Arbeitsplatz zurückgekehrt. Nicht nur, weil die Tätigkeit ihr sehr viel Freude bereitet, sondern auch, weil das Einkommen ihres Mannes als Familieneinkommen nicht ausreicht. Ihre Eltern haben bis zum Schlaganfall des Vaters den „Unruhestand gepflegt“, sich auch mit um die Enkel gekümmert und immer darauf vertraut, dass die Tochter „es schon regeln werde“, wenn es mal nicht mehr gehen sollte. Die Brüder leben weiter entfernt, außerdem sei Pflege, so die Eltern, auch Frauensache. Nur „im Notfall“ sind die Eltern bereit, über einen Umzug in eine altengerechte Wohnung nachzudenken oder einen Pflegedienst hinzu zu ziehen. Dass der Notfall mit Rollstuhl im ersten Stock ohne Aufzug und Pflegebedarf schon eingetreten ist, sehen sie anders. Dass die Tochter erschöpft ist und kurz vor dem „Burn out“ steht, liegt außerhalb ihrer Vorstellungskraft.

Patienten sowie ihren Angehörigen über die verschiedenen Möglichkeiten der Patientenvorsorge zu intensivieren. Damit soll ein Weg zwischen unzumutbarer Lebensverlängerung und nicht verantwortbarer Lebensverkürzung aufgezeigt werden. Die Christliche Patientenvorsorge berücksichtigt theologisch-ethische Aspekte eines christlichen Umgangs mit dem Ende des irdischen Lebens und erläutert die wichtigsten juristischen Gesichtspunkte.

In der Christlichen Patientenvorsorge werden vier Möglichkeiten der selbstbestimmten Vorsorge angeboten: Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung, Äußerung von Behandlungswünschen und Patientenverfügung. Die Neuauflage der Christlichen Patientenvorsorge wird ab Anfang des Jahres 2011 beim Sekretariat der **Deutschen Bischofskonferenz**, Kaiserstraße 161, 53113 Bonn, www.dbk.de, erhältlich sein.

Katrin S. ist hin und her gerissen. Sie liebt ihre Eltern, ist ihnen dankbar für alles, was sie von ihnen empfangen hat, freut sich an ihnen und mit ihnen. Sie versteht, dass es ihnen schwer fällt, die geliebte Wohnung aufzugeben und in ihre Nähe zu ziehen. Sie sieht, dass ihre 79-jährige Mutter mit der Versorgung des Vaters überfordert ist und immer mehr vereinsamt, weil sie ihren Mann nicht länger allein in der Wohnung lassen kann oder auch will.

Auf der anderen Seite hat Katrin S. nach vielen Jahren der räumlichen, zeitlichen und emotionalen Bindung durch ihre heranwachsenden Kinder zum ersten Mal wieder Luft für ihre Ehe, für Freunde, kulturelle Aktivitäten und vor allem auch für sich selbst. Nun kommen ihre Eltern nicht mehr alleine zurecht und warten jeden Morgen und jeden Nachmittag auf ihr Erscheinen, auf die vielen kleinen notwendigen Handgriffe, auf ein gutes Wort und ein liebevolles Zuhören. Gelegentlich entlasten ihre Kinder sie, manchmal auch ihr Mann, aber die Hauptlast liegt bei ihr.

Katrin S. steht mit dieser Situation nicht alleine da. So wie Katrin S. geht es heute vielen Menschen. Ihre Situation steht stellvertretend für eine der größten Herausforderungen unserer Zeit. Niemals zuvor sind so viele Menschen so alt geworden wie heute, und zu keiner Zeit haben gleichzeitig so viele Menschen über so lange Zeiträume erhöhten Pflege- und Betreuungsbedarf gehabt. Nicht selten versorgen 70-jährige Töchter 90-jährige Mütter, leben hoch betagte Menschen isoliert in ihren Wohnungen, weil der Lebenspartner verstorben ist und die Kinder und Enkel in anderen Städten arbeiten und leben, reiben sich pflegende Angehörige in ihrer Doppelbelastung auf und werden selbst krank darüber und hilfebedürftig.

Es ist eine Herausforderung für uns alle. Wie wir alle mit dieser Bedürftigkeit alternder Menschen umgehen, aber auch, welche Aufmerksamkeit und Unterstützung und welches Verständnis wir den betroffenen Angehörigen zukommen lassen, wird zu einem Gradmesser

gelebter Mitmenschlichkeit und echter Nächstenliebe für uns alle werden.

Die unsichtbare Arbeit sichtbar machen

Den Umfang an Arbeit, den pflegende Angehörige aufbringen, sichtbar zu machen, ist schon lange ein Anliegen der kirchlichen Frauenverbände beider Konfessionen. Geschätzte 4,9 Milliarden unbezahlte Stunden, das entspricht 3,2 Millionen Vollarbeitsplätzen, werden jährlich für die private Pflege von ca. 980.000 älteren Menschen durch einen oder mehrere Angehörige aufgebracht. Dabei pflegen Frauen – Töchter, Schwiegertöchter, Ehefrauen und Mütter – deutlich häufiger als Männer, arbeiten Frauen eher als Männer in Teilzeit oder geben ihre Erwerbstätigkeit wegen der Pflege von Nahestehenden auf. Das bleibt unter den gegebenen gesetzlichen Rahmenbedingungen für viele Frauen nicht ohne Konsequenzen, begeben sie sich damit doch oft in finanzielle Abhängigkeiten und erleben im Alter, dass ihre eigene Rente schmal bemessen ist.

Familie, die erste Adresse

Familie ist der erste und auch wichtigste Ort, wo Menschen Beziehung erleben. Hier werden soziale Verhaltensweisen erfahren und eingeübt. In vielen Kulturen steht es deshalb auch außer Frage, dass Kinder Verantwortung für die Betreuung und Versorgung ihrer Eltern übernehmen, wenn diese alt werden und auf Hilfe angewiesen sind. Dieses „sich sorgen“ um die Vorfahren ist Ausdruck eines angeborenen menschlichen Bedürfnisses nach sozialer Gemeinschaft und, darüber hinaus, nach christlichem Selbstverständnis, konkreter Ausfluss des vierten Gebots: „Du sollst deinen Vater und deine Mutter ehren“. Was allerdings oft übersehen wird: Die Hochachtung und Liebe, die diesem Gebot zugrunde liegen, gelten für alle Familienmitglieder.

Nicht nur die nachfolgende Generation ist für die Sorge um die Älteren verantwortlich, sondern die ältere auch für das eigene Wohl und das der Kinder und Kindes-



kinder. Wie das in der gegenseitigen Verantwortung der verschiedenen Generationen füreinander und unter welchen familiären wie gesellschaftlichen Rahmenbedingungen geschehen kann, gilt es sowohl individuell als auch gesellschaftlich zu klären.

Neue Formen des Zusammenlebens und Arbeitens

Für viele Menschen besteht die klassische Familie immer noch aus Vater, Mutter und Kindern. Doch das ist heute nur noch eine mögliche Definition. Katrin S. ist die Vertreterin einer neuen Generation von „Sandwichfrauen“, die auf Grund der demographischen Entwicklung Pflege und Sorge „nach unten und oben“ leisten (müssen) und die Familie über mehr als zwei Generationen definieren. Denn neben der Sorge um die Eltern stehen für sie gleichzeitig die Begleitung der eigenen Kinder hinaus ins Leben und der Wunsch nach erfüllter und gelebter Partnerschaft.

Das alles unter einen Hut zu bringen kann nur gelingen, wenn u. a. auch der Arbeitgeber mitmacht. Viele Akteure in der Gesellschaft setzen sich für neue Arbeitsplatz- und Arbeitszeitmodelle ein – für Frauen wie Männer – zur Unterstützung der Vereinbarkeit von Familie und Beruf. Dabei geht es auch darum, die Vorstellung aufzubrechen, dass nur Frauen sich für die Pflege von älteren Angehörigen vom Arbeitsplatz zeitlich begrenzt freistellen lassen.

Es braucht aber auch eine Neudefinition von Pflege. Es geht um mehr als ein „Wisch und sauber“, mehr als um ein Management der körperlichen Pflege. Es geht vor allem um eine neue Kultur, um Pflege als Aufgabe für beide Geschlechter ähnlich wie bei der Kinderbetreuungsarbeit, um die Überwindung der Einsamkeit im Alter, um neue Formen der Wohngemeinschaften für Senioren und um die Entstehung von Solidargemeinden im Nahraum. Das Schaffen unterstützender Strukturen im Umfeld ist eine klassische Aufgabe für die Altenpastoral. In vielen Gemeinden hat hier die Zukunft bereits begonnen.

Einen neuen Garten anlegen

Häusliche Betreuung entspricht zwar dem Wunsch der meisten Menschen, aber es braucht auch Formen, die das ermöglichen. Es wird zukünftig nicht mehr funktionieren, wenn wir uns in der eigenen Vorsorge auf die Kinder verlassen und nicht rechtzeitig anfangen, das eigene Alter zu gestalten.

Heute wünschen immer mehr Menschen mehr Teilhabe und Mitbestimmung im Alter. Das heißt aber gleichzeitig auch die Übernahme von mehr Verantwortung für die, die sie umsorgen, was durchaus bedeuten kann, mit allem gärtnerischen Geschick, einen alten Baum an einen neuen Platz zu verpflanzen.



Situationen und Erfahrungen

Wie ein ständiges Jonglieren

Flexible Arbeitszeiten bestimmen den Familien-Alltag von Beate und Clemens Frey, in dem beide gewinnen – und ihren Preis zahlen

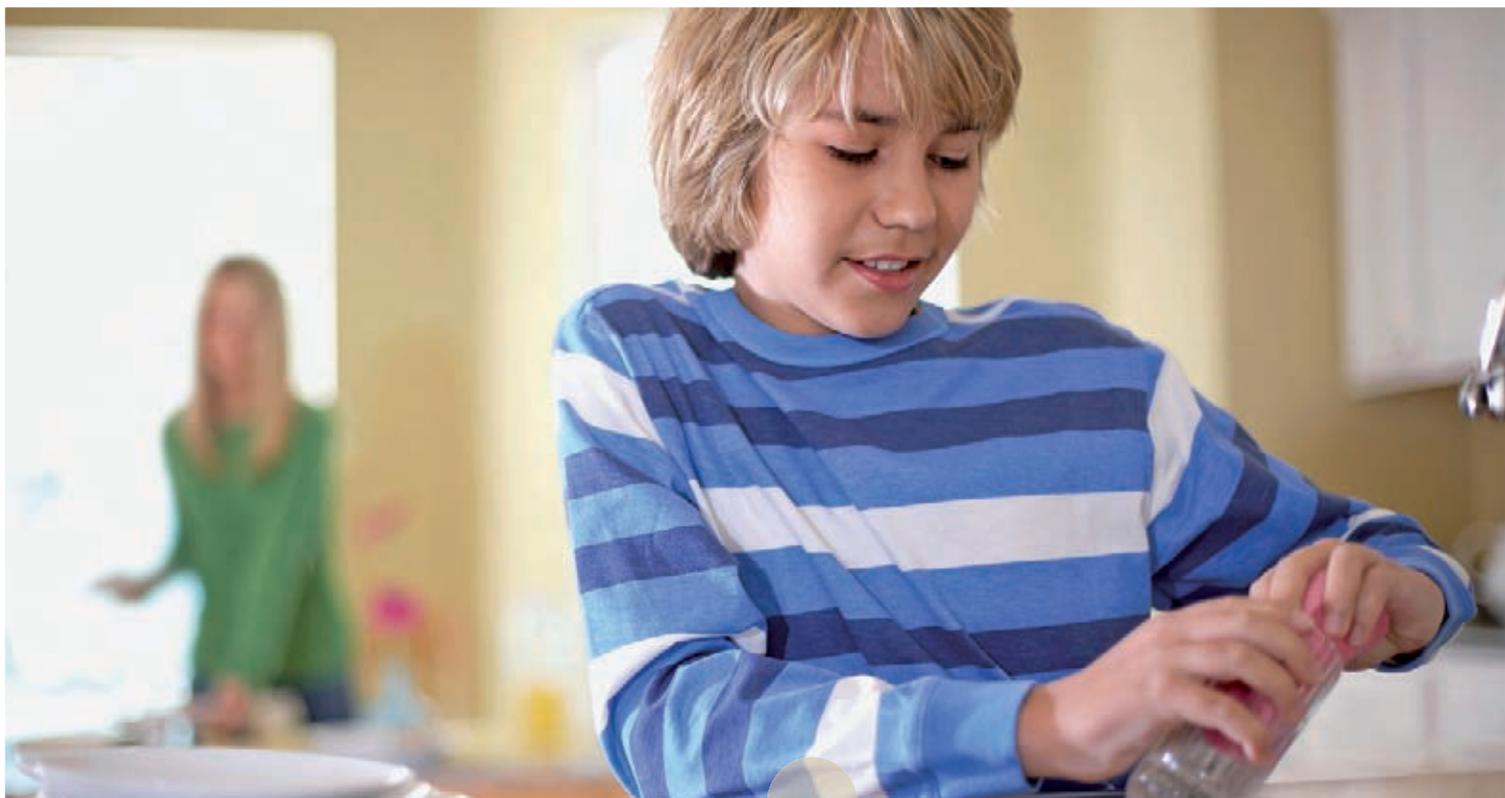
An mir ist keine Super-Mama verloren gegangen

Beate Frey

Er: „Nach den Sommerferien habe ich tierisch viele Seminare. Mein Kollege hat mich gebeten, ein paar seiner Termine zu übernehmen.“ Ich: „Oh nein, schon wieder so viele Wochenenden. Muss das denn sein?“ Ich schenke mir den anschließenden Wortwechsel über die Entbehrlichkeit oder Notwendigkeit der freiberuflichen Tätigkeit als Coach. Über Ansprüche und Bedürfnisse, Wünsche und Befürchtungen. Aber immer wieder geht es bei uns darum. Und über die Fragen, die sich daran anschließen: Wer ist für was zuständig? Wie steht es um den Ausgleich von Spaß und Last, Pflicht und Kür? Wer hat es mehr verdient, am Samstagabend als erster aufs Sofa zu sinken und die Spülmaschine Spülmaschine sein zu lassen: Derjenige, der erst spätnachmittags nach Hause kommt, müde und erschöpft, aber im Moment der Heimkehr bestens gestimmt. Oder diejenige, die den verregneten Tag mit drei kleinen Kindern größtenteils zuhause verbracht hat, ohne Termin- und Leistungsdruck, aber geräumt, gekocht, gewaschen, gespielt, Geschrei ausgehalten, kleine Gäste bewirbt, verschmierte Gesichter gesäubert hat ...

Nein, an mir ist nicht die Super-Mama, -Haus- und -Ehefrau verloren gegangen. Mir geht der runde Geburtstag der Nachbarin durch die Lappen, im Stapel auf dem Schreibtisch versteckt sich bestimmt auch die Mahnung vom Finanzamt und in der Flickwäsche liegt

jetzt schon seit drei Wochen die Lieblingshose meiner Tochter. Wir waren einmal angetreten, die Aufgaben rund um Familie, Haus und Hof partnerschaftlich anzugehen. Ähnlich gut ausgebildet sind wir ins Berufsleben eingestiegen. Als ich ein halbes Jahr nach der Geburt unseres ersten Kindes wieder vormittags arbeiten ging, war es für uns selbstverständlich, dass mein Mann drei Vormittage zuhause blieb und für unsere Kleine sorgte. Nach dem zweiten Kind klappte es noch so gerade, wieder in den geliebten Beruf einzusteigen, diesmal aber nur mit sehr viel mehr bezahlter Hilfe, da auch mein Mann stärker eingespannt war. Doch mit dem dritten Kind und einem Hausumbau schien mir eine weitere Berufstätigkeit schier unmöglich – mir schwante schon, dass meine Kraft dafür nicht auch noch reichen würde. Eine Auszeit stand an, diesmal für eine längere Zeit als nur ein halbes Jahr. Diese Entscheidung fiel mir auch deswegen leicht, weil mein Arbeitgeber den Geschäftsbereich, in dem ich tätig war, bei uns am Ort aufgelöst und in den Süden verlegt hatte. Meinem Job hinterherziehen und künftig vor allem auf mein Einkommen setzen – das wollten wir beide nicht. Wir fühlten uns wohl an unserem Wohnort. Auch war uns die Nähe zu unseren Elternhäusern sehr wichtig: Binnen einer Autostunde konnten wir beide unsere Eltern erreichen, von denen zwei schon pflegebedürftig waren und unsere Unterstützung schätzten.



Fortan ging's eher „klassisch“ bei uns zu: Er baute seinen Beruf aus, übernahm mehr und mehr Aufgaben, nicht zuletzt um mein fehlendes Einkommen aufzufangen; ich regelte in der Hauptsache die Dinge zuhause. Die drei Kinder und das Leben mit Haus und Garten forderten mir jedenfalls soviel Lebensenergie ab, dass ich froh über jeden Tag war, an dem unsere kleine Welt abends wieder ruhig einschloß. Haushalt, Elternabende, Sozialkontakte, Minijob: Muttersache; Geldverdienen, im Beruf fortkommen: Vaters Ding. So richtig glücklich war keiner von uns mit dieser Aufteilung. Ich beäugte neidisch alle Frauen, die ein richtiges Bein in der Berufswelt hatten, er war oft frustriert, weil er zuhause so vieles nicht mehr mitbekam und viel weniger Zeit mit den Kindern verbringen konnte, als er sich früher vorgestellt hatte. Zusätzlich erschwerten seine unregelmäßigen Arbeitszeiten ein Familienleben in gleichmäßigen Rhythmen. Letztlich war es aber diese seine Flexibilität, die es mir ermöglichte, nach fast fünf Jahren Auszeit vom Beruf den Wiedereinstieg zu testen: beim alten Arbeitgeber, auf einer halben Stelle, die meiner alten ganz ähnlich war, jetzt aber weit weg in einer süddeutschen Großstadt und befristet auf ein Jahr. Gerade diese Befristung hat es mir erleichtert, ja zu sagen. Ein Jahr! Das musste doch klappen! Das konnte doch ein gutes Signal sein: Hey, Arbeitsmarkt, mit mir kannst du wieder rechnen.

Eigentlich habe ich nicht lange überlegt. Ich war glücklich, dass mein berufliches Können nachgefragt wurde, zumal ich mich in den letzten Jahren kaum fortgebildet hatte. Diese Chance wollte ich auf jeden Fall nutzen. Und mein Mann? Der war ebenfalls Feuer und Flamme, hat mich ermutigt: Ja, trau dich, wir kriegen das schon hin, das müssen wir uns auch etwas kosten lassen. Denn dass unter diesen Bedingungen nichts zu verdienen war, war uns ebenfalls klar: Pro Woche würde ich zwei oder drei Tage weg sein, wir bräuchten zuhause eine entsprechend flexible Hilfe, die ab mittags für die Kinder da sein sollte, mein Mann müsste seine freiberufliche Arbeit einschränken.

Rückblickend sind wir recht gut durch dieses Jahr gekommen. Mein Mann hatte seine Arbeitszeiten reduziert, hatte so viel Zeit für die Kinder und auch für das Klein-Klein, das alltäglich zu regeln ist. Klar: Für die Zeiten meiner Abwesenheit sorgte ich für vieles im Voraus: Einkäufe, Essenspläne, Bring- und Holdienste, Verabredungen. Aber ich finde immer noch, dass ich den angenehmeren Part hatte: Wenn ich weg war, war ich weg. In jeder Woche hatte ich ein bis zwei richtige Feierabende, an denen ich tun und lassen konnte, was ich wollte – fern von Wäschebergen und Kindergeschrei. Sicherlich hat mir dieses Jahr letztlich geholfen,

» *Die gemeinsame Zeit intensiv miteinander erleben, ohne sie mit übertriebenen Erwartungen zu belasten.*

meine jetzige Arbeitsstelle zu finden. Der große Aufstieg ist mir zwar nicht gelungen – dafür sind mir andere Dinge zu wichtig im Leben, dafür investiere ich letztlich zu wenig in den Beruf.

Auch weiterhin ist mein Mann viel unterwegs. Daran wird sich vielleicht noch viele Jahre nichts ändern. Vielleicht entwickeln Familien, die wochenlang auf ihren Vater verzichten müssen, Rituale, einander auf dem Laufenden zu halten, was Klein und Groß bewegt – so stelle ich es mir zumindest vor. Doch mein Mann ist ja „nur“ drei Tage unterwegs, dann zwei Tage zuhause, anschließend aber wieder ein paar Tage weg. Nie ist es so lang, dass er „richtig“ draußen wäre. Und sooo viel passiert ja auch gar nicht, normalerweise. Aber just an solchen Tagen ist das Gemeindefest (immer wieder an solchen Tagen), feiert die Großmutter Geburtstag, wird die Mathearbeit vermässelt und die Kaninchen hauen ab.

Auf diesem Wege kommen übers Jahr einige zig Nächte und viele Wochenenden Familienzeit ohne Partner, ohne Vater zusammen. Schade, aber so ist nun einmal. Für uns als Paar, als Familie bleibt die ständige Herausforderung: die gemeinsame Zeit intensiv miteinander erleben, ohne sie mit übertriebenen Erwartungen zu belasten.

Elternbriefe du + wir

„Elternbriefe“ unterstützen Eltern bei der Erziehung ihrer Kinder. Die 36 Briefe sind thematisch auf das jeweilige Alter der Kinder abgestimmt. Sie kommen per Mail viermal, per Post zweimal jährlich ins Haus – kostenlos.

Mit dem „Start-Set“ haben Priester, Pastoral- und Pfarrteams oder Besuchsdienste etwas in der Hand, mit dem sie persönlich auf junge Eltern zugehen können, etwa bei Geburt eines Kindes oder beim Taufgespräch. Es besteht aus dem Glückwunschschreiben des jeweiligen Diözesanbischofs, den Elternbriefen zur Geburt, zur Taufe, den Briefen zum 3., 6. und 9. Lebensmonat sowie einer Bestellpostkarte.



Das Start-Set kann ebenso kostenlos angefordert werden wie Informationsmaterialien zur Auslage in KiTas, Beratungsstellen oder Gemeindezentren bei:

Elternbriefe du + wir e.V. , Geschäftsstelle,
Mainzer Straße 47, 53179 Bonn,
Tel. 02 28/93 29 97 95 (vormittags),
info@elternbriefe.de,
www.elternbriefe.de



Nicht richtig da – nicht richtig weg

Clemens Frey

Ich drücke den Lichtschalter. Mist – stimmt ja: Schon den fünften Tag funktioniert es nicht. Wieder einmal habe ich nicht daran gedacht, Birnen zu besorgen und zu wechseln. Na – morgen aber. Nein, doch nicht: Da bin ich ja für einen Tag in Hamburg. Früh weg, spät zurück; dann also doch später mal.

Seit 13 Jahren leben wir eine recht flexible Arbeitsaufteilung. Mal 50:50 in Sachen Arbeit und Erziehung; dann wieder in klassischer Rollenaufteilung – dies nun eben wieder seit 7 Jahren, von einem Jahr der Arbeitsaufteilung unterbrochen. Die 50:50 Zeiten waren für mich eine enorme Bereicherung. Auch wenn gerade die Zeit, als meine Frau beruflich in Süddeutschland war, hauptsächlich von Minutenmanagement geprägt war und so manches wie Sport und Unternehmungen hintenüberfiel, ich konnte beides, Familie und Beruf, intensiv erleben. Inzwischen steht unser Familienleben jedoch wieder unter dem Diktat einer „modernen klassischen Familie“: Ich in der Rolle, das Familieneinkommen zu sichern, meine Frau meistert in einer beruflichen Orientierungsphase die Doppelbelastung von Familie und einer Halbtagsbeschäftigung. Mein Beruf erfordert viel Flexibilität: Es gibt Phasen von 12 Stunden-Tagen, sieben Arbeitstagen pro Woche;

dann aber auch wieder terminfreie Wochen und ruhigere Zeiten, insbesondere zu den Ferienzeiten der Kinder. Für die Familie bin ich je nach dem da – und auch wieder nicht. Beides nicht zuverlässig. Will heißen: Anwesenheit und Abwesenheit wechseln willkürlich. Mit mir ist grundsätzlich erst einmal nicht „zu rechnen“. Bin ich daheim, wünsche ich mir, Familie zu erleben oder auch einfach in Ruhe gelassen zu werden, je nach vorangegangener Belastung – und hoffe auf Achtsamkeit, Verständnis und – ja: Flexibilität. Manchmal beißen sich die Interessen – dann wieder nicht.

Jüngst kam ich nach Tagen konzentrierter Arbeit erschöpft nach Haus und wollte nur noch eins: Zur Ruhe kommen. „Aber“, so meine Frau, „du weißt doch, ich habe einen Termin in der Gemeinde und in der Schule ist gleichzeitig Klassenpflegschaftssitzung. Wir haben ja abgemacht, dass Du dort hingehst.“ Ja, hatten wir – doch nun kann und will ich nicht mehr. Nicht schon wieder sitzen, reden, diskutieren. Was tat es gut, als meine Frau mit Verständnis reagierte und sagte: „Na, dann bleib mal hier. Ich besorg mir schon die notwendigen Informationen.“

Dann gibt es auch das andere: Ich freue mich auf die Familie und auf die bereits angekündigte Radtour mit allen. Die Erwartungen sind hoch, sie konnten sich ja auch über Tage aufbauen. Dann aber platze ich zu Hause in eine Situation, in der alle gerade in eigene Dinge vertieft sind. Kaum einer nimmt Notiz von mir, geschweige, dass jemand Lust dazu hat, mit mir eine Radtour zu machen. Familienzeit ist, obwohl von mir gerade so „geplant“ und gewollt, nicht dran. Wann aber dann?





Es ist ein ständiges Jonglieren mit den Zeiten, mit den Erwartungen und Bedürfnissen aller Beteiligten. Familienzeiten, Zeit mit der Partnerin, die Übernahme von Verpflichtungen, Zeiten mit Freunden oder für eigene Hobbys sind immer wieder neu zu planen, abzusprechen, auszuhandeln. Was natürlich für jede Familie gilt, erhält bei uns eine zusätzliche Brisanz: Jetzt, wo ich nach drei Tagen Abwesenheit endlich zuhause bin, will ich mit den Kindern raufen und spielen und nichts im Haus tun! Hab' ich mir das nicht gerade verdient? Umgekehrt hat meine Frau gerade dann Entlastung nötig. Sie will raus, die Kinder mal hinter sich lassen. Und sie hat es genauso verdient. Mir täte etwas Sport gut oder ab und an ein Treffen mit einem Freund – aber die Familie ist mir ja auch wichtig. Soll ich schon wieder Adieu sagen oder doch besser daheim bleiben – gerade jetzt, wo die Kinder noch so jung sind. Schnell, allzu schnell ist diese Phase ja vorbei ... Einen Rhythmus

gibt es nicht. Und allen nötigst diese Situation Flexibilität ab. Zum Glück springen, wenn alles reißt, die Großeltern ab und an ein. Wenn es gar nicht anders zu planen war oder mein Management doch versagt hat. Gut, wenn man solch einen Notnagel hat.

Und dann gibt es wieder die Zeiten, in denen ein gelassenes, ruhiges Miteinander möglich ist, und jeder Tag erst einmal so beginnt wie der vorangegangene: Alle sind daheim, die Kinder gehen zur Schule, Mutter und Vater zur Arbeit, beide kommen nach ihrem normalen Arbeitspensum heim. Und was zu tun ist, lässt sich gemeinsam erledigen, Familienzeiten ergeben sich spontan ... und Notwendigkeiten wie das Kaufen und Wechseln von Glühbirnen geschehen mal eben so nebenher.



Texte und Gebete

Einführung

„**Alles unter einen Hut bringen**“ – so sagt man, wenn viele verschiedene Interessen, Wünsche und Bedürfnisse miteinander in Einklang zu bringen sind.

„**Alles unter einen Hut bringen**“ – das ist herausfordernd und anstrengend.

„**Alles unter einen Hut bringen**“ – das ist etwas, das gerade Familien aus ihrem Alltag gut kennen: Alle Aufgaben miteinander in Balance halten, allen gerecht werden, keinen draußen stehen lassen, alle einbeziehen.

Wenn wir uns zum Gottesdienst versammeln, bringen wir auch unsere Alltagsorgen mit, dürfen sie mitbringen und vor Gott hinstellen. Zugleich unterbrechen wir den Alltag und hören auf das Wort, das Gott in unser Leben hineinspricht.

So wollen wir in der gemeinsamen Feier Gott Raum geben in unserem Leben und aus der Hoffnung leben, dass er es ist, der uns behütet.

Mitten drin

Inmitten
von Terminen
von Erledigungen
den Kopf voll
von Sachen
suche ich dich

fast von selbst
gehe ich in die Knie
hocke auf dem Boden
mitten in meinem Zimmer
und werde still

um mich herum
Unerledigtes
Unaufgeräumtes
Bücher
Bilder
Blumen
Ausdrücke von mir
und meinem Leben

ich lasse
meinen Blick schweifen
durch den Raum
und die Zeit
den Kopf voller Gedanken
den Bauch voller Gefühle
sie ziehen vorbei

und ich weiß
mittendrin
bist Du
und
Du liebst mich
Danke

Aus: Wenn Frauen beten, Kösel 1989, S. 90



Du Jesus

Du Jesus
wenn Du der Weg bist
dann führe mich hinaus
aus der schrecklichen Enge
meiner Zerrissenheit

Du Jesus
wenn Du die Wahrheit bist
dann erhelle mit Deinem Licht
das undurchdringliche Dickicht
widerstrebender Ansprüche
in mir

Du Jesus
wenn Du das Leben bist
lass mich schlafen
in Deinem Schatten
und stärke mich neu
durch den Charme
Deiner mitreißenden
Zärtlichkeit

Marianne Willemssen

Dann halte ich inne

Manchmal habe ich das Gefühl
keine Luft mehr zu bekommen
Und um mich herum
Erwartungen
Forderungen
Ansprüche
Familie
Beruf
Haushalt
kein Raum mehr, Luft zu holen.

Dann halte ich inne
und versuche dem nachzuspüren
was mich in Atem hält.



Das Lachen und die Wärme
kleiner und großer Menschen
und
Sonnenschein
und Leidenschaft
und
Ebbe und Flut
und
Auseinandersetzung
und
Bäume
und
eine tröstende Umarmung
und
Vögel ganz oben am Himmel
und
Lust an Entdeckungen
und
Lust daran etwas zu schaffen
und
in all dem
das Wunder des Lebens.

So öffnet sich staunend mein Mund
und ich halte Zwiesprache mit meinem Gott.

Aus: Wenn Frauen beten, Köchel 1989, S. 8

Den Alltag unterbrechen

Den Alltag unterbrechen
ausrasten
in einer Zeit
der Ruhe und Stille
der Betrachtung des eigenen Lebens
der Suche nach Begegnung
der Suche nach Gott

In Gemeinschaft
den Weg von Ostern nachgehen
durch Leid
Einsamkeit
Wüste
tief unten
das Leben entdecken

Aus: Wenn Frauen beten, Kösel 1989, S. 92



Fürbittgebete

Gott, unser Vater, unsere Zeit und unser Geschick
liegen in deinen Händen. Voll Vertrauen bringen wir
unsere Bitten vor dich:

- Für** die Welt in der wir leben: hoffnungsvoll und schön, aber auch gespalten und zerrissen.
Schenke den Menschen auf dieser Erde Zeichen der Hoffnung darauf, dass dein Heil zu ihnen kommt.
- Für** deine Kirche, zu der wir gehören: treu in der Nachfolge und unermüdlich auf der Suche, aber auch erneuerungsbedürftig und bedroht vom Rückfall in die alten Sünden.
Stärke die Christen in ihrem Bemühen und gib ihnen weise Hirten.
- Für** die Ehepaare, die gemeinsam unterwegs sind, um Liebe miteinander zu leben.
Sei mit ihnen auf dem Weg, in guten und gerade auch in bösen Tagen.
- Für** die Familien, die Orte des Lebens sind:
tatkräftig und menschenfreundlich,
aber auch bedrängt und belastend.

Komm und sei unter uns und in unseren Herzen, wenn wir einander stärken, miteinander arbeiten und streiten, gemeinsam auf der Suche sind.

- Für** unsere eigene Familie und alle, die uns am Herzen liegen: geliebt und Liebe schenkend, aber auch gefährdet und verletzend.
Schreibe du die Namen unserer geliebten Menschen in deine Hand.
- Für** alle, die am Leben und an den Lasten der Alltagsorge scheitern.
Wisch du die Tränen ab und heile,
wo unsere Hilfe fehlt.



Tipps und Anregungen

Für unsere Toten: für die, die heimgegangen sind, nachdem sie den guten Kampf gekämpft haben, aber auch für die, die unvermittelt aus dem Leben gerissen wurden; für die, die uns schmerzlich fehlen, aber auch für die, an die keiner mehr denkt.
Führe du sie in die Vollendung, nach der unsere Sehnsucht uns umtreibt.

Denn unter deiner Verheißung leben wir und auf deine Liebe und Güte bauen wir unsere Hoffnung und Zuversicht.

Amen

Segensgebet

Herr, segne uns auf unseren vielfältigen Wegen.
Segne uns und die, mit denen wir zusammenleben:
Unsere Ehepartner, unsere Familien,
Kinder, Eltern, Geschwister
Segne alle, die uns besonders am Herzen liegen.
In deinem Segen wollen wir miteinander unsere Wege gehen.
In deinem Segen vertrauen wir darauf,
dass unsere vielfältigen Wege ihr Ziel finden in dir.

Gott, du bist überall – 100 Gebete von und für Familien

Das Gebet in der Familie ist heute nicht mehr selbstverständlich. Dennoch wollen viele Familien es in ihren Lebensalltag einbinden. Das Buch enthält 100 Gebete von Familien, aus denen andere Familien Anregungen für ihr Gebet schöpfen können. Texte, die zeigen, dass Gott überall, in jeder Situation, für die Familie da ist.

175 Seiten

Dialogverlag, Münster

ISBN 978-393314499X, Preis: 11,80 €



Einblicke in Männerleben

„**Man(n) arbeitet – Man(n) ist Vater – Man(n) glaubt**“ ist der Titel einer DVD mit Interviews, die ungeschminkte, ehrliche und erhellende Einblicke in das Leben

von Männern heute geben: in das, was ihnen in ihrem Leben wichtig ist, in ihrer Partnerschaft, ihrer Familie, ihrer Arbeit. Und sie geben Auskunft über Hoffnungen und Sehnsüchte von Männern. Ein idealer Einstieg, um darüber ins Gespräch zu kommen, was Männer heute bewegt.

Bezug: Kirchliche Arbeitsstelle für Männerseelsorge und Männerarbeit,
Neuenberger Straße 3–5, 36041 Fulda,
Tel. 06 61 / 7 34 63, Fax 06 61 / 9 01 28 99,
arbeitsstelle-maenner@t-online.de

Einstieg, Umstieg, Aufstieg



Viele Frauen, die für die Erziehung der Kinder oder die Pflege von Angehörigen „pausiert“ haben, möchten wieder beruflich tätig werden. Dabei sind die Motive und der Zeitpunkt der Entscheidung sehr unterschiedlich, nicht jedoch die Fragen und Unsicherheiten, die mit der Entscheidung verbunden sind. Der Katholische Deutsche Frauenbund berät Frauen in dieser Phase mit einem Workshop und persönlichen Gesprächen. Und er hat eine „**WiedereinstiegsLotsin**“ entwickelt: Mit einer Wählscheibe werden die Leitfragen „Was will ich?“, „Wann entscheide ich mich?“, „Wo stehe ich?“ und „Was muss (s)ich noch ändern?“ verschiedenen Bereichen zugeordnet, zu denen dann jeweils Impulse zum Weiterdenken und Handeln gegeben werden.

Info und Bezug: KDFB, Kaesenstraße 18, 50677 Köln, bundesverband@frauenbund.de, www.frauenbund.de

Gemeinsam erziehen bei berufsbedingter Trennung

Die vom Zentralinstitut für Ehe und Familie in der Gesellschaft ZFG herausgegebene



Broschüre „**Wir schaffen das!**“ versteht sich als eine Hilfestellung für Eltern, die mit ihren Kindern die Zeiten berufsbedingter Trennung meistern wollen. Es wird u. a. dargestellt, welche Auswirkungen die Abwesenheit eines Elternteils auf die Eltern-Kind-Beziehung, auf die Entwicklung des Kindes sowie auf die Paarbeziehung im Hinblick auf die elterliche Erziehungskompetenz haben kann.

Bezug: ZFG, Am Marktplatz 4, 85072 Eichstätt, zfg@kuei.de

Autorenverzeichnis

Stefan Becker

Präsidiumsmitglied im Familienbund der Katholiken
Geschäftsführer der Beruf und Familie Service gGmbH

Dr. Michael Feil (Redaktion)

Theologe und Sozialpädagoge,
Referent für Ehe- und Familienpastoral
im Sekretariat der Deutschen Bischofskonferenz

Beate Frey

Bankkauffrau

Clemens Frey

Betriebswirt

Hubert Heeg (Redaktion)

Theologe und Pädagoge

Dr. Dr. Walter Schmidt

Geschäftsführer einer Personalberatungsfirma

Dr. Ursula Sottong

Ärztin und Medizinische Fachreferentin
bei den Malteser-Werken gGmbH

Georg Kardinal Sterzinsky

Erzbischof von Berlin, Vorsitzender
der Kommission für Ehe und Familie (XI)
der Deutschen Bischofskonferenz

Petra Winkelmann

Pädagogin, Referentin beim
Sozialdienst katholischer Frauen

Impressum

Herausgeber

Sekretariat der Deutschen Bischofskonferenz
Kaiserstraße 161
53113 Bonn
www.dbk.de

Bestellungen

Sekretariat der Deutschen Bischofskonferenz
broschueren@dbk.de
Telefon 02 28/1 03-205

Gestaltung

kipconcept, Bonn

Fotos

Getty Images: Titel; Dreamstime: S. 33;
Fotolia: S. 15, 19, 23, 26, 27, 32;
iStockphoto: S. 7, 10, 11, 13, 18, 24, 28, 29, 31,
35, 38, 39, 40; Pixelio: S. 8; Shutterstock: S. 20;
Veer: S. 6, 7, 14, 15, 16, 22, 25, 34, 36, 37



Deutsche Bischofskonferenz

