

„Angestrengt, müde, am Limit“

Überstunden weg, Ferien vorbei, Krise bleibt: Berufstätige Eltern balancieren zwischen Job und Kinderbetreuung

Von Julia Anderton

WIESBADEN. Obwohl Charlotte von Opel jeden Abend erschöpft ist, kommt sie erst spät ins Bett: Die Wiesbadenerin arbeitet seit der pandemiebedingten Schließung von Kindergärten und Grundschulen regelmäßig bis in die Nacht. Tagsüber wechselt sie sich bezüglich der Bürozeiten mit ihrem Mann in ihrer gemeinsamen Agentur ab. Doch das normale Pensum sei schlicht nicht zu stemmen. Die Töchter sind erst drei Jahre und acht Monate alt und brauchen somit durchgehend die Anwesenheit von Mama oder Papa. „Man braucht unglaublich viel Disziplin. Wir sind angestrengt, müde, am Limit“, schildert Charlotte von Opel. Einen Ausgleich gibt es nicht: Die Zeit als Paar oder für sich allein fällt völlig flach.

Sprechzeiten kollidieren mit den Wünschen der Kinder

Judith Rapp hat drei Kinder im Kita- sowie Grundschulalter. Auch sie teilt sich als Sozialarbeiterin mit ihrem Mann, einem Toningenieur, die Tage zwischen Büro und zuhause auf, wo sie indes auch zu festen Sprechzeiten telefonisch erreichbar sein muss. „Das kollidiert natürlich des Öfteren mit den Wünschen und Bedürfnissen der Kinder“, schildert sie.

„Zusammenfassend können wir sagen, dass wir es irgendwie schaffen. Es gibt Tage, da geht es gut, es gibt Tage, da läuft es mit allem irgendwie schlecht. Dennoch können wir beide dieses Grundgefühl nicht leugnen, das wir allem nicht gerecht werden können, den Kindern, dem Job und uns. Wir versuchen, gefühlt alles gleichzeitig zu machen.“ Zena Malocho arbeitet Vollzeit im Homeoffice. Sie ist froh, dass ihre beiden Kinder noch nicht die Schule besuchen und somit der Homeschooling-Teil entfällt. Im Dauereinsatz ist sie als Mama dennoch. Ihr Arbeitgeber sei verständnisvoll,



Arbeiten im Homeoffice und das eigene Kind betreuen: Viele berufstätige Eltern haben derzeit das Gefühl, ihren Aufgaben auf Dauer nicht so recht gewachsen zu sein. Foto: dpa/Christian Beutler

ebenso der Chef ihres Mannes – die Kunden jedoch nicht immer. Spätabends und am Wochenende wird nachgearbeitet. Anders geht es nicht, das Privatleben steht völlig hintenan. „Man hat das Gefühl, man ist ständig im Dienst. Sehr viel geht verloren, auf der Arbeit und zuhause“, bedauert sie.

Bei manchen kommen finanzielle Sorgen hinzu

„Es gibt überhaupt keine Möglichkeit zur Erholung“, konstatiert auch Inga Abel. „Ich sitze mit meinem Sechstklässler mehrmals die Woche bis 21.30 Uhr an den Schulaufgaben. Dazu noch Homeoffice und Haushalt. Die Situation belastet unsere ganze Familie.“

„Die Corona-Krise wirbelt den Alltag aller Familien durcheinander und stellt sie vor große Herausforderungen“, bekräftigt Karin Redeker vom Wiesbadener Institut für

Beratung und Therapie von Familien und Jugendlichen.

Bereits die Kombination aus Homeoffice, Homeschooling und Betreuung kleinerer Kinder Sorge für Überforderung. Hinzu komme oft ein erheblicher zusätzlicher Zeitaufwand bei technischen Schwierigkeiten, wenn etwa das WLAN ausfällt, ein Programm nicht funktioniert oder kein Drucker vorhanden ist sowie fehlende Medienkenntnissen, was zu vermehrten Belastungen innerhalb der Familie führt.

Die Vermittlung von Unterrichtsstoff sei besonders knifflig – nicht umsonst bedeuteten die Hausaufgaben schon vor Corona einen häufigen Streitpunkt. Dazu gesellen sich finanziellen Sorgen sowie Konflikte auf der Paarebene. Und das alles ohne Ventil: „Eltern haben plötzlich keinen emotionalen Ausgleich mehr. Hobbys können nicht mehr wahrgenommen werden, soziale Kontakte fallen weg.“ Zahlrei-

che Angebote zur Stressbewältigung durch Sportangebote sowie Entspannungsübungen ließen sich im Netz finden, ob als Ausgleich für den Einzelnen oder als Familienzeit. Auch Auszeiten in der Natur seien hilfreich. Den Alltag erleichtere eine klare Struktur, etwa mit festen Lernzeiten für Schulkinder sowie Gelassenheit: „Eltern sollten sich erlauben, auch manchmal unpädagogische Maßnahmen wie mehr Fernsehen ohne schlechtes Gewissen einzusetzen, wenn zum Beispiel Telefonkonferenzen anstehen. Es muss nicht alles perfekt sein“, appelliert Redeker. Ebenso könne ein Gespräch mit dem Chef helfen, individuelle Lösungen zu erarbeiten. Doch dürfe dabei kein Modell die Familie finanziell schlechter stellen, weil das weitere Ängste schüre. Die Umsetzung ist schwierig: Die Zweifach-Mutter Kim Svenja Bachmann arbeitet derzeit nur vormittags

im Büro, während der Mann auf den Nachwuchs aufpasst, und baut Überstunden ab. „Die sind aber in absehbarer Zeit aufgebraucht, ich werde wohl reduzieren müssen“, fürchtet sie. „Es wird zu einem gravierenden finanziellen Verlust führen“, beschreibt auch eine 39-jährige Mutter die Situation ihrer Familie. „Einerseits durch Kurzarbeit, andererseits weil wir uns in der Betreuung abwechseln müssen und somit nicht viel arbeiten können. Zusätzlich nervig ist, dass dafür jetzt viele Urlaubstage verschleudert werden und man nicht mal etwas Besonderes unternehmen kann.“

Hoffnung auf Besserung machen die am Dienstagabend gefassten Beschlüsse der Familienminister der Länder, die Kitas stufenweise zu öffnen: Dabei handelt es sich um Empfehlungen für das Treffen der Ministerpräsidenten mit Bundeskanzlerin Angela Merkel (CDU) am Donnerstag.