

VORWORT

Wenn mich jemand fragt, ob sich in den 13 Jahren zwischen der Geburt meines ersten und meines vierten Kindes viel verändert hat im Elternsein, dann erzähle ich immer drei Geschichten. Die erste handelt davon, dass der Vater meiner Kinder anfangs in unserem Freundeskreis eine Debatte darüber auslöste, ob es männlichkeitstechnisch in Ordnung sei, ein Baby im Tragegurt mit sich herumzutragen. Die zweite Geschichte ist die von den Spielplatzdates mit meiner Freundin Stephanie, bei denen wir auf unserer Lieblingsbank eine Zigarette nach der anderen rauchten, während unsere Einjährigen im Sandkasten buddelten. Und die dritte Geschichte handelt vom Rat eines älteren

Kollegen. Als ich ihm erzählte, dass ich mich als Journalistin auf Familienthemen konzentrieren will, empfahl er mir, lieber gleich in die Mode zu gehen. Das sei ähnlich trivial, aber man könne damit wenigstens Geld verdienen.

Nicht nur bei mir, auch generell hat sich in den letzten beiden Jahrzehnten für Familien in Deutschland viel verändert. 2007 wurde das Elterngeld eingeführt. Erste Elternblogs starteten, die bald in einer neuen, authentischen Sprache das Narrativ vom kitschigen Familienglück dekonstruierten. Die Kinderwunschmedizin entwickelte sich rasant. Familienformen wurden bunter und vielfältiger. 2012 stieg die Geburtenziffer in Deutschland nach langer Zeit erstmals wieder an. Heute arbeiten so viele Mütter wie nie zuvor, manche

von ihnen werden sogar Chefinnen. Und ab und an nehmen Väter Elternzeit.

Also alles hervorragend gelaufen für Familien? So gut die Entwicklungen auf den ersten Blick wirken, so sehr ist mit ihnen leider auch der Stress gewachsen. 40 Prozent der Mütter und Väter in Deutschland fühlen sich laut der Forsa-Umfrage »Eltern unter Strom« von 2019 in ihrem Alltag dauerhaft gestresst. Auch wenn das nicht permanent so empfunden wird: Dass das Familienleben zwischen Kinderbetreuungszwängen, Jobstress, Zukunftssorgen, eigenen Wünschen der Erwachsenen und Sehnsüchten und Bedürfnissen der Kinder oft sehr anstrengend ist, lässt sich aus fast jedem Elterngespräch heraushören. Als Hauptursache geben die Befragten der Forsa-Umfrage ihren eigenen

hohen Anspruch an: Sie tun alles, um es den Kindern, dem Partner oder der Partnerin, den Anforderungen im Job und auch sich selbst recht zu machen. 21 Prozent der Befragten führen den Stress zudem auf gesellschaftlichen Druck zurück. Was steckt genau hinter diesen Wahrnehmungen? Von wo kommen die Kräfte, die an uns Eltern zerren?

Ein Stressfaktor für Familien heute ist die Erwerbsarbeit. Rasant wurde in ganz Deutschland üblich, was es vorher nur im Osten gab: Der Großteil der Mütter kehrt schon mit Kleinkindern in den Job zurück, während Väter unverändert weiterarbeiten. Während 2006 im dritten Lebensjahr eines Kindes 44,1 Prozent der Mütter wieder arbeiteten, waren es 2018 schon 60,1 Prozent. Eine Zeit lang nannte man den Spagat zwischen Care- und Lohnarbeit, den

viele Frauen hinlegen (manche gern, manche, weil es gar nicht anders geht), »Doppelbelastung«. Mittlerweile heißt es freundlicher »Vereinbarkeit von Familie und Beruf« oder, noch stärker auf das individuelle Jonglieren abzielend, »Work-Life-Balance«. Letzteres ist ein fieser Begriff, denn er suggeriert, dass es unsere ganz persönliche Verantwortung ist, das Rattenrennen zwischen Zuhause und Büro ordentlich hinzukriegen.

Natürlich ist es großartig (und übrigens ein Menschenrecht), dass Frauen in Deutschland heute auch mit Kindern ihr eigenes Geld verdienen, die Möglichkeit haben, einen Beruf auszuüben und, ja, in diesem sogar erfolgreich zu sein. Wie viel schwieriger bis unmöglich diese Aufgabe allerdings wird, wenn der Staat nicht hinterherkommt, gute Betreuungsplätze zu