

# Blogparade zum Buchtipp: Papa kann auch stillen



© Karin & Uwe Annas - Fotolia.com

#70276137

Das ist auch immer wieder gerne mein Thema: Wer stillt hier eigentlich am meisten?

Nein Quatsch, wie teilen der Mäusepapa und ich uns die Aufgaben beim Arbeiten, im Haushalt und bei der Kinderbetreuung? Möchte das noch jemand wissen? Ich lese selbst immer wieder ganz gerne darüber, wie andere das Thema für sich lösen, also schreibe ich auch gerne nochmal, wie das bei uns so ist. Danke für das Thema an die [Blogparade](#) von „Das Elternhandbuch“. Das Buch ist schon gekauft. Vielleicht gibt es dazu dann bald eine Stillesung von mir.

## **Prinzip 50/50**

Nun aber erst einmal zum Thema Aufgabenteilung seitdem wir Eltern sind: Darin haben wir jetzt schon drei Kinder lang Erfahrung und einiges zu [berichten](#). Seit der Geburt der Maus leben wir grundsätzlich das Prinzip 50/50. Das ist zum einem dem geschuldet, dass ich meinen Beruf sehr mag und wir mein Einkommen gut brauchen können (oder ich sollte besser schreiben, dass der Mäusepapa seinen Beruf sehr mag und wir *sein* Einkommen gut gebrauchen können) und zum anderen bin ich

in der ehemaligen DDR mit einer berufstätigen Mutter groß geworden, so dass es für mich – ganz ehrlich- nur dieses Modell gibt. Alles andere empfinde ich als Rückschritt in meiner Biographie. Ich will Kinder *und* Beruf, auch wenn es manchmal schwer ist.

### ***Elternzeiten, Teilen und Putzfrau***

Bis auf die Elternzeiten, die jeweils ich übernommen habe, sind wir beide die meiste Zeit voll arbeiten gegangen, haben uns beim Abholen und Betreuen der Mäuse abgewechselt und den Haushalt geteilt. Zwischenzeitlich gab und gibt es auch demnächst wieder eine Putzfrau in unserem Leben (auch in der Elternzeit) und ich behaupte mal etwas provokant, das hat unsere Ehe gerettet. Jedenfalls hat es viel Streitpotenzial und Stress genommen.

### ***Wiedereinstieg nach einem Jahr und Promotion***

Der Mäusepapa ist selbstständig und konnte daher nicht monatelang mit einem Baby zu Hause bleiben, also habe ich jeweils das erste Lebensjahr von Maus und Mäuserich in der Elternzeit verbracht. Wobei der Mäuserich mit 7 Monaten in die KiTa kam, damit ich meine Promotion vor dem beruflichen Wiedereinstieg voranbringen konnte. Nach einem Jahr habe ich dann jeweils wieder gearbeitet. So ist es auch jetzt mit der Minimaus geplant. Ich werde zunächst vollzeitnah mit 34 Stunden wieder einsteigen und dann nach einem halben Jahr aufstocken. Der Mäusepapa will dann kürzer treten und mehr Familienarbeit übernehmen. Das bedeutet dann für ihn ungefähr 30 Wochenstunden (soweit das für ihn als Selbstständiger planbar ist) und für mich wahrscheinlich 36 Wochenstunden oder auch Vollzeit (weiß noch nicht).

### ***Flexible Arbeitszeiten und ideale Wochenstundenzahl***

Der Mäusepapa hat schon immer zeitlich flexibel gearbeitet, dafür aber auch viel abends noch erledigt. Ich habe zunächst Vollzeit, zwischendurch auch mal kurz 75%, dann wieder

Vollzeit und in den letzten 8 Monaten vor dem Mutterschutz mit der Minimaus vollzeitnah (34 Wochenstunden) gearbeitet. Das hat sich für mich am besten angefühlt, denn so hatte ich ein nahezu volles Einkommen und trotzdem ein wenig Luft, wenn es darum ging, die Mäuse abzuholen, zweimal in der Woche nachmittags etwas mehr Zeit zusammen zu haben, die Zeiten für Arzttermine etc. nachzuholen und nicht immer nur zu hetzen.

### **Öffentlicher Dienst**

Ich war nicht immer im öffentlichen Dienst, bin es aber seit dem Ende der Elternzeit mit der Maus, was für mich entgegen meiner anfänglichen Vorbehalte zum ÖD letztlich ein absoluter Glücksgriff war. Innerhalb des ÖD habe ich noch zweimal die Stelle gewechselt, um meine Wunschstelle zu bekommen. Ich hatte also neben den Kindern auch beruflich einige Veränderungen und Neuanfänge in den letzten 6 Jahren, was ich nicht immer einfach fand. Im ÖD bin ich allerdings zeitlich ebenfalls recht flexibel, so dass ich meistens die Arzttermine, Freizeittermine, Krankheitstage etc. mit Maus und Mäuserich wahrgenommen habe. Nebenbei sollte meine Promotion fertig werden und das wurde sie dann im letzten Jahr auch.

Das klingt alles viel, aber irgendwie hatte ich jede Menge Energie und fand gerade auch meine Promotionszeit sehr schön. Der Mäusepapa hat mich unterstützt, wo es nur ging und wir fühlen uns in allem weitestgehend gleichberechtigt.

### **Krimskrams**

Mir fällt dennoch immer wieder auf, dass mir neben meinen beruflichen Pflichten diese typischen alltäglichen Krimskrams-Aufgaben obliegen wie familiäre Termine koordinieren; an diese Termine mehrfach! erinnern; alles notwendige dafür vorbereiten wie zB Tickets buchen, Geschenke kaufen und einpacken, Gäste einladen, Glückwünsche schreiben oder daran erinnern, dass man das bald tun sollte; Fotos sortieren und Fotobücher daraus machen (auch für die Omas); Arzttermine, Freizeittermine etc.

für die Mäuse ausmachen und wahrnehmen oder daran erinnern, dass er das dieses Mal übernehmen wollte; nochmal an familiäre Termine erinnern; Wäsche waschen, legen und einsortieren; mit den Mäusen basteln; Elternabende wahrnehmen; den Mäusen die Nägel schneiden und die Haare waschen; Wickeltasche griffbereit vorbereiten und meistens auch wickeln („Bei dir klappt das besser.“); wissen wo Mützen, Handschuhe, Sonnencreme, der lila Bär, der Feuerwehrhut von Sam, Hundi...(to be continued) sich gerade befinden (was durch Mäusepapas Neigung, diese Dinge nach dem Abholen aus der KiTa im Auto liegen zu lassen, erschwert wird) oder besser schon vorausschauend einpacken.

Der Mäusepapa macht auch viel zB den Frühstückstisch decken; Küche aufräumen; den Müll hinaus tragen; die Wohnung aufräumen, wo es nötig ist; Glühbirnen und Sicherungen wechseln; Lampen montieren (Ikeamöbel baue ich auf); bei Bedarf die Böden wischen. Meistens kümmert er sich auch um so einmalige Dinge wie Monteur bestellen, TÜV machen lassen, Keller aufräumen. Wird es hingegen kleinteiliger und unübersichtlicher bin ich dran oder es geht dann eben auch ohne Mütze, Schal oder Strumpfhose (niemals ohne Sonnencreme) oder er fragt mich!, warum wir das denn bitte nicht dabei haben.

### **Auszeiten**

Es ist bei uns auch immer mal wieder ein Thema, wer öfter die Kinder abholt und wer mehr Zeit für sich alleine hat. Der Mäusepapa ist besser darin, sich abzugrenzen und sich mal eine Auszeit zu nehmen. Auch wenn er das gerne noch öfter tun würde, ihm gelingt das im Unterschied zu mir eher.

### **Emotionaler Punkttestand**

Wenn ich das jetzt so lese, finde ich mich vor allem in dem kleinteiligen Alltagskram wieder. Vielleicht sollten wir das anders aushandeln, denn ich bin oft an einem Punkt, da fühlt

sich mein Kopf übervoll an. Listen, Kalender und iPhone helfen, aber vieles muss ja dann auch erst einmal abgearbeitet werden. Irgendwie muss sich das doch entschlacken lassen, denn ich neige dazu, innerlich Punkte an uns zu vergeben. Was mache ich und was machst Du? Wer macht mehr und wer macht die schwierigeren, nervigeren oder unberechenbaren Sachen? Ich glaube, das ist ganz typisch, wenn sich beide überlastet fühlen. Dann ist das emotionale Konto schnell unausgewogen und es kommen Hinweise wie „Du musst selbst dafür sorgen, dass Du Dich nicht für alles verantwortlich fühlst“ (er) und „Du kannst Dir das auch mal selbst merken“ (ich).

### **Fazit**

Kann ich ein Fazit ziehen? Im Vergleich zu anderen Paaren, die wir so kennen, sind wir definitiv bei 50/50 und ich halte uns für ein sehr gutes Team. Im Detail sehe ich, dass die Aufteilung natürlich nach Vorlieben oder nach Einsicht in die Notwendigkeit erfolgt. In manchen Punkten läuft es dann auch mal nicht so rund und ich fühle mich eher nach 80/20. Das lässt sich leider nicht immer vermeiden und ist wohl auch eine Frage dessen, wie man selbst auf ein paar Dinge wie allzeit bereite Wickeltaschen, abends immer aufgeräumte Kinderzimmer u.ä. verzichten kann, um sich zu entlasten. Es läuft ohne das sicher auch noch gut...Ich starte mal einen Selbstversuch...