

Können wir mit Schuldgefühlen produktiv umgehen?

Ich mag Schuldgefühle nicht. Sie hindern Frauen, sich selber gegenüber freundschaftlich gesinnt zu sein, beeinträchtigen die Lebenslust und erschweren die volle Entfaltung der Persönlichkeit.

Was aber können wir tun?

Wir können zum Beispiel als Fachfrauen und -männer mit unserem Wissen und unseren Qualifikationen uns dafür einsetzen, dass Fremdbetreuungsformen im Vorschulalter ein alltägliches Dienstleistungsangebot einer modernen Sozietät werden. Wir können Bestrebungen, Initiativen und Gesetze unterstützen, welche die gesellschaftliche Arbeitsteilung zwischen Mann und Frau aufweichen.

Ich bin der Überzeugung, dass sich ohne ein vermehrtes Engagement der Väter für ihre Kleinkinder, der Männer für den Frühbereich, die Probleme um die Fremdbetreuung im Vorschulalter und die damit verbundenen Schuldgefühle der Mütter nicht produktiv lösen lassen.

Zum Schluss nochmals zu meinen Freundinnen:

Meine Freundin aus Zürich erzählte mir kurz vor Fertigstellung dieses Beitrages, dass sie nach langjähriger beruflicher Tätigkeit mindestens ein Jahr aus ihrem Job aussteigen wolle, Zeit für sich und ihren Sohn haben möchte - und sich in Ruhe überlegen wolle, wie sie ihr weiteres Leben gestalten möchte. Ihre Aussagen haben mich zuerst irritiert. Meine Vorzeigefrau in Sachen Vereinbarkeit von Mutterschaft und Berufstätigkeit verlässt den Rahmen meiner Argumentation und meiner Sorge - wird quasi selbständig - und dies alles ohne ersichtliche Schuldgefühle.

Ein Jahr freie Zeit, zum Überdenken von alten Entscheidungen und zum Suchen nach neuen Wegen: Ich wünsche mir dies für alle berufstätigen Mütter.

Gina Schmid ist Koordinatorin für Krippenfragen des Sozialamtes der Stadt Zürich. Der vorliegende Artikel ging aus einem Referat hervor, das Gina Schmid im Rahmen der Veranstaltung «Forum des Kindes» im Mai 1988 hielt und das erstmals abgedruckt wurde in <undKinder> Nr. 39/Oktober 1990.

Lebens-Erfahrungen mit einem hoffnungsvollen Dilemma:

« EIGENTLICH GEHT DAS GAR NICHT: KINDER HABEN UND EINEN BERUF, DEN MAN LIEBT »

■ Ein Gespräch mit Bettina Egger.
Interview: Christian Urech

Bettina Egger sagt von sich selbst, sie sei in ihrer Doppelrolle als Mutter und Berufsfrau privilegiert, und ihre Situation sei kaum mit der einer Frau zu vergleichen, die aus finanzieller Not einen schlechtbezahlten Job ausüben müsse. Trotzdem hatte und hat auch für sie die Doppelbelastung ihren Preis. Bettina Egger, Psychologin, Maltherapeutin, Fachdozentin, Publizistin, liebt ihre Kinder Cora (19) und Alma (13) - und sie liebt ihre berufliche Tätigkeit: Sie hat neben den leiblichen noch andere «Kinder». Zum Beispiel ihr Malatelier, in welchem sie seit über 25 Jahren das von ihr entwickelte «Ausdrucksmalen» vermittelt. Oder ihre Bücher - das letzte, das 1991 unter dem Titel «Der gemalte Schrei» erschienen ist und die «Geschichte einer Maltherapie» erzählt, liest sich spannend wie ein Roman.

Pro Juventute: Bettina, erzähle mir aus Deinem Leben und von Deinen Erfahrungen als Mutter und Berufstätige. Wie

machst Du das, wie managst Du diese Doppelrolle und -profession, wie bringst Du dieses «Wunder» zustande?

Bettina Egger: Ich brachte und bringe es zustande, weil ich ein Organisationstalent bin und sehr diszipliniert. Ich hatte auch Glück: Meine Ausbildung als Gestalt-Psychotherapeutin habe ich erst gemacht, als ich 1980 nach Amerika ging. Mit dem Malatelier habe ich 1965 angefangen, drei Jahre vor meiner Heirat und sieben Jahre vor der Geburt meiner ersten Tochter Cora. Zuerst kam der Beruf, dann der Mann, und erst später das Kind. Ich konnte also schrittweise in die Doppelrolle Berufstätige-Mutter hineinwachsen.

Auch die äusseren Umstände waren günstig: Malatelier und Wohnung befanden sich damals, als Cora klein war, im selben Haus. Dazu kam, dass Marc, mein Mann, zu Hause war. Er ist Kunstmaler und malte immer in der Wohnung, auf dem Fussboden. Das gab natürlich auch Probleme - Platzprobleme, und es war bei uns sehr chaotisch damals. Meine heutige Situation empfinde ich im Vergleich dazu direkt als «Lebenssonntag».

Hat sich Marc auch beteiligt am Haushalt und der Erziehung der Kinder?

Seine Stärke war die Präsenz. Er war einfach da, und es hat ihn nicht gestört, wenn Cora über seine Leinwände kroch. Im Haushalt hat er nicht viel gemacht, aber es hat ihn auch nicht gestört, wenn es in der Wohnung chaotisch war. Deshalb lief alles ganz gut, obwohl ich damals etwa sieben Kurse in der Woche durchführte. Ich habe viel gearbeitet, das schon. Zu den Kursen kamen die

Büroarbeiten - die An- und Abmeldungen, die Verschiebungen - , und zudem musste ich in jener Zeit sehr viel Aufbauarbeit leisten, weil das Ausdrucksmalen noch nicht so bekannt war, Interviews geben, Vorträge halten, Artikel schreiben...

Wie hast Du da auftanken, Deine Kräfte regenerieren können?

Ich war schon immer sehr kräftig, und die Begeisterung für das, was ich tat, hat mich getragen. Ich habe es wahn-sinnig gern gemacht, und ich hatte eine gesunde Naivität: nichts schien mir so schwierig, dass es keine Lösung dafür gegeben hätte.

Du hast gesagt, Du seist ein Organisations-talent...

Ja. Vieles hängt davon ab, ob man gute Tagesabläufe programmieren kann. Es ist wichtig, dass man eines nach dem anderen tut. Dann springt auch jene halbe Stunde, die man für den Haushalt braucht, heraus. *Ein* Problem lässt sich damit allerdings nicht beseitigen: die Müdigkeit, die sich vor allem bemerkbar machte, als dann Cora da war.

Cora wurde nie fremdbetreut?

Nein. Marc war ja da. Und das Atelier, in dem die Kurse durchgeführt wurden, lag im Stock unter der Wohnung. Aber am Abend war ich jeweils schon ganz schön erledigt. Und das einschneidendste am Leben als Mutter im Clinch zwischen Familie und Beruf ist vielleicht der Umstand, dass man keine Zeit und Musse mehr für sich selbst hat.

Ich hatte immerhin einen Mann, der viel zu Hause war. Trotzdem war es so: letztlich hatte *ich* die Kinder. Marc war zwar anwesend - aber *gesorgt* für die Kinder habe ich.

Vielleicht war das etwas, das ihm nicht besonders gelegen hat...

Er hat die Kinder sehr gern. Manchmal, wenn ich drei, vier Wochen weg war, war er alleine mit ihnen. Und immer, wenn ich zurückgekommen bin, waren die Kinder ein bisschen verwahrlost... aber sehr selbständig!



Aber zurück zu Deiner eingangs gestellten Frage. Als ich an meinem ersten Buch schrieb («Faszination Malen», erschienen 1980), war ich voll eingespannt. Wir wohnten damals in einer völlig überladenen Vierzimmerwohnung. Marc war auf Reisen. Cora war fünf und Alma gerade auf die Welt gekommen. Ich führte Kurse durch, und ich schrieb an diesem Buch. Das ging nur, weil ich eins nach dem anderen tat. Jeden Tag schrieb ich eisern während genau zwei Stunden. Zwei Stunden kann man immer abzwängen. Man macht häufig den Fehler, Berge von Arbeit vor sich zu sehen und zu meinen, man müsse sie aufs Mal fertigmachen. Diesen Anspruch hatte ich nie. Ich ging immer so vor, dass ich mir beispielsweise sagte: Jetzt wird eine halbe Stunde geputzt. Und nach einer halben Stunde habe ich dann auch wirklich damit aufgehört. Ich habe zwei Stunden geschrieben, und nach zwei Stunden den Griffel konsequent weggelegt - meinetwegen mitten im Satz. Ich habe immer zwischen 8 und 10 Uhr am Morgen geschrieben, ob ich nun inspiriert war oder nicht.

Langfristig denken und handeln

Von Victor Hugo sagt man, dass er nur drei Stunden pro Tag gearbeitet habe - und er hat mit seinen Werken Bücherge-stelle gefüllt.

Meistens denkt und handelt man zu kurzfristig. Wenn man eine längerfristige Strategie hat und sich nicht hetzen lässt, geht es ganz locker.

Welche Nachteile und welche Vorteile siehst Du in Deiner Doppelrolle als Berufstätige und Mutter?

Der grösste Vorteil ist der, dass ich wirklich beide Erfahrungen gemacht habe. Ich habe keine Entwicklungsstufe

meiner Kinder verpasst. Ich lebe die Mutterrolle und bin gleichzeitig erfolgreich im Beruf.

Der grösste Nachteil: Man ist nie wirklich voll für die Kinder da - oder zu selten. Es reicht immer nur für eine halbe Stunde zum Spielen, dann wartet der nächste Termin. Die Taktik des Vorgehens, die beispielsweise für das Schreiben von Vorteil ist, erweist sich im Umgang mit den Kindern als Nachteil. Ein Beispiel: Es war in jener Periode, als ich mein erstes Buch schrieb. Cora war viereinhalb Jahre, Alma etwa einen Monat alt. Ich lag völlig erschöpft auf dem Bett, als Cora zur Tür rein kam. Sie schaute mich an und sagte: «Bruchs Rue?» Und ich sagte: Ja. Da machte sie leise die Tür wieder zu hinter sich. Die Kinder mussten früh Rücksicht nehmen auf mich. Sie mussten mich immer mit dem Beruf teilen, hatten mich nie ganz für sich.

Dazu kommt, dass die Gesellschaft es den Frauen wahn-sinnig erschwert, diese Doppelrolle auszufüllen - etwa dadurch, wie die Schule heute in der Schweiz organisiert ist.



Wenn Du rückwirkend und auch für die Gegenwart die berühmten drei Wünsche frei hättest: was würdest Du Dir für eine Mutter/Berufsfrau in Deiner Situation wünschen: von der Gesellschaft, den PolitikerInnen, den Männern, den Frauen, den Kindern? Gibt es in deinem Kopf die Utopie einer Gesellschaft, die auch Frauen, Müttern gerecht wird?

Erster Wunsch: die Ganztages-schule. Zweiter Wunsch: die Ganztages-schule. Dritter Wunsch: die Ganztages-schule. Ich kann mir vorstellen, dass es für eine berufstätige Mutter in einer anderen Situation andere Wünsche geben



würde, mehr Horte, besser organisierte Tagesmütter etwa, aber für mich waren die ewigen Mittagspausen, in denen die Kinder heimkamen, und die unterschiedlichen Anfangszeiten in der Schule etwas vom schlimmsten.

Was ich mir von den Kindern wünsche? Ich hatte Glück mit den Kindern, es gab eigentlich nie Probleme mit ihnen, sie haben nachts geschlafen, waren kaum krank... Wie du es als berufstätige Mutter schaffst, hängt in vielem von den Kindern ab.

Stichwort Männer: Da war meine Situation immer schon etwas speziell. Marc hat nie voll verdient, ich habe immer mindestens die Hälfte des Einkommens eingebracht, und in den letzten drei Jahren, vor der Scheidung, sogar alles. Ich habe dadurch viel Verständnis für die Situation der Männer bekommen, die eine wirklich riesengrosse Verantwortung damit tragen, dass sie Monat für Monat für einen bestimmten Geldbetrag sorgen müssen, um ihre Familien zu ernähren.

Vielleicht sind die Lasten nicht gut verteilt, stimmt etwas in der traditionellen Arbeitsteilung zwischen Männern und Frauen nicht, unter der eben nicht nur die Frauen leiden...

Sie sind wahrscheinlich nicht ideal verteilt. Aber es ist schwierig, das zu ändern. Ich habe Bekannte, ein Therapeutenpaar, die teilen sich wirklich in die Aufgaben, aber sie befinden sich auch in einer privilegierten Position, in der sich das organisieren lässt. Ich glaube schon, dass es besser wäre, wenn die Männer weniger und die Frauen dafür ergänzend etwas mehr beruflich arbeiten würden. Aber vielleicht kommt das mit den kürzeren Arbeitszeiten in Zukunft sowieso.

Das oben angesprochene Problem der Lastenverteilung kann man wohl nicht als reines Frauen-/Männerproblem sehen, losgelöst von anderen gesellschaftlichen Problemen: den teuren Lebenskosten, unserem übermässig hohen Lebensstandard...

Genau. Aber alles wäre besser lösbar für uns Frauen, wenn uns zu allem hinzu nicht auch noch ein schlechtes Gewissen aufgebürdet würde. Wenn du dich als Frau zum Beispiel für Tagesschulen einsetzt, dann sagen die Politiker dir, du seist eine schlechte Mutter.

Mein grösster Wunsch richtet sich an die Frauen. Für die meisten Frauen beginnt, wenn die Kinder grösser werden und ausfliegen, eine schwierige Lebensphase. Es ist eine Zeit des Übergangs, ob die Mutter nun berufstätig ist oder nicht - eine Zeit, in der es oft zu einer Krise kommt. Meiner Ansicht nach ist es genau der richtige Moment, um sich als Frau politisch zu engagieren.

Selbsthilfe als Lösungsansatz

Ich bin jetzt in der Bezirksschulpflege, weil mich das Thema «Schule» besonders interessiert. Ich finde es wichtig, dass die Frauen ihre Erfahrungen aus dem Mutter-Beruf-Dilemma in die Politik hineintragen, und dass sie nicht die Hände in den Schooss legen und sagen: Für mich ist die ganze Geschichte ja ausgestanden. Dass sie in diesem Moment am Ball bleiben und nicht in Gleichgültigkeit versinken.

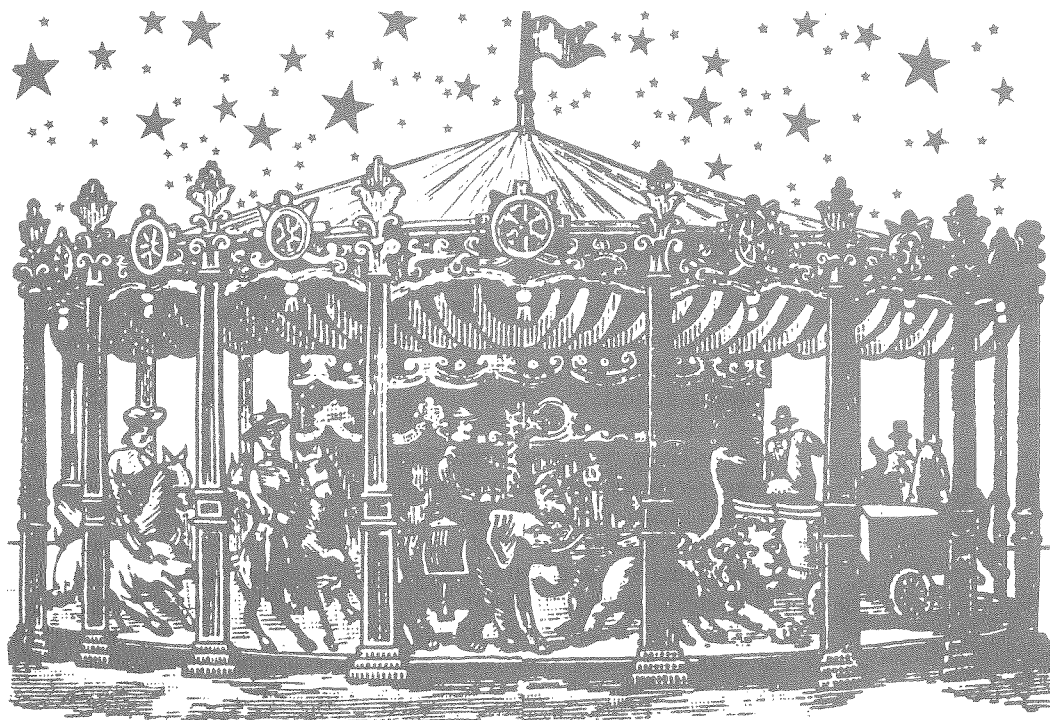
Kommen wir noch einmal zurück auf die Tagesschulen. Letzthin an einer Bezirksschulsitzung wurde darüber diskutiert, ob es nicht besser wäre, zurück zur Sechstageswoche zu gehen - anstatt einen Schritt vorwärts zu tun! Natürlich

ist die momentane Situation mit den kurzen Pausen zwischen den Lektionen unbefriedigend. Aber wenn die Schüler/innen über Mittag betreut würden, dann könnte man die Mittagspause verkürzen und dafür die Pausen zwischen den Lektionen wieder verlängern. Und ich denke, man müsste die Mütter selbst einspannen dafür, dass sich diese Art von Tagesschule verwirklichen lässt. Ich bin überzeugt, jede Mutter mit Kindern im Schulalter wäre bereit, einmal pro Quartal mitzuhelfen, die Kinder über Mittag in der Schule zu betreuen.

Da sehe ich enorme Erleichterungen, auch für jene Frauen, die keinen Beruf haben. Und eine Möglichkeit zusätzlicher Betätigung - eine Möglichkeit, das bei den Leuten - auch den Vätern! - vorhandene Potential zu nutzen. Ich könnte mir gut vorstellen, dass sich ein Mann dazu entschliesst, in seinem Beruf 10% weniger zu arbeiten, um in diese Art von Freiwilligenarbeit einzusteigen - und dass es ihm Spass machen würde.

Das ist mein grösster Wunsch, meine grösste Utopie: Dass sich das Einzelengagement von Mann und Frau an der Gesellschaft, am sozialen Geschehen, besser entwickelt. Wenn jeder und jede in Zürich nur einmal im Monat etwas in dieser Richtung tun würde - Kinder betreuen, mit Behinderten ausfahren, was weiss ich -, die Stadt hätte ein ganz anderes Gesicht. Wir würden anfangen, wieder aneinander zu denken und über die eigene Nasenspitze hinauszusehen.

Du arbeitest als Selbstständigerwerbende in einem freien Beruf, du bist Pädagogin, Psychologin, Publizistin, Lehrerin - befindest Dich also in einer privilegierten Position. Wo siehst Du die Unterschiede zwischen Dir und beispielsweise einer Frau - etwa einer



Ausländerin -, die in der Migros an der Kasse sitzt? Es gibt ja verschiedene Gründe, warum eine Mutter arbeitet, und es ist bestimmt ein grosser Unterschied, ob sie arbeitet, weil sie es des Geldes wegen muss, oder, um es mal ein bisschen salopp zu formulieren, weil sie sich «selbst verwirklichen» will.

Es gibt eigentlich keine Gemeinsamkeiten zwischen diesen beiden Grundvoraussetzungen. Die Situation einer Frau, die aus wirtschaftlicher Not einen schlecht bezahlten Job annehmen muss, ist sehr schwierig. Sie verpasst die Entwicklung ihrer Kinder viel nachhaltiger, als es zum Beispiel bei mir der Fall war. Wenn man den ganzen Tag ausser Haus ist, dann findet das Kinderleben automatisch bei jemand anderem statt.

Wohl allen berufstätigen Müttern ist gemeinsam, dass sie für einen bestimmten Zeitraum ihr Leben vollständig daraufhin ausrichten müssen, für den Beruf und, so gut es geht, für die Kinder da zu sein. Damit spreche ich noch einmal die Tatsache an, dass man seinen Anspruch auf «Eigenleben» für diese Zeit suspendieren muss. Und in der zweiten Lebenshälfte dann vor der Herausforderung steht, mit sich selber weiterzukommen.

Bei manchen Frauen in meinem Alter ist eine enorme Wut zu beobachten. Eine Haltung, dass ihnen jetzt mal alle den Buckel runterrutschen können, dass sie jetzt drankommen mit ihren Bedürfnissen. Diese Frauen krempeln ihr Leben noch einmal völlig um. Ein Mann, der seit 13 Jahren bei mir malt, hat es so ausgedrückt: Wenn er die Frauen beobachtet, sagte er, wie sie innert kürzester Zeit ihre Bilder «von unten nach oben umpflügen» und wie ganz neue Sachen in diesen Bildern entstehen, dann werde ihm klar, was das sei: Frauen-Power. Ich glaube, dass manche Frauen zwischen 40 und 50 dazu imstande sind, ihr Leben genauso «umzupflügen». Und diese Fähigkeit ist eine grosse Chance.

Ein unlösbares Dilemma

Schuldgefühle ausser Haus arbeitender Mütter - einige Beiträge dieses Hefts befassen sich mit diesem Stichwort. Hastest Du manchmal Schuldgefühle Deinen Kindern gegenüber wegen Deiner Arbeit?

«Ich finde es wichtig, dass die Frauen ihre Erfahrungen aus dem Mutter-Beruf-Dilemma in die Politik hineintragen.»

Ich kann es mir gar nicht vorstellen ohne Schuldgefühle. Man hat ja deshalb Schuldgefühle, weil man nicht bereit ist, an der Situation der Doppelbelastung etwas zu ändern. Ich hätte das eine oder andere aufgeben müssen, um keine Schuldgefühle mehr zu haben, weil das eine oder andere eben immer zu kurz gekommen ist - und es waren eher die Kinder. Und die Politiker fördern diese Schuldgefühle noch. Wenn sie den berufstätigen Müttern wenigstens sagen würden: doch, ihr leistet Unglaubliches,

«Schuldgefühle sind die Münzen, mit denen man dafür bezahlt, dass man das tut, was man sowieso tun will.»

und wenn sie sich um jede Erleichterung, die möglich ist, bemühen würden, dann wären auch die Schuldgefühle weniger gross. Und noch immer dominiert die öffentliche Meinung, dass es besser wäre, wenn die Mütter keinem Beruf nachgingen.

Die Ansichten darüber, was Kinder von ihren Müttern brauchen (und wie sehr sie gerade ihre Mütter als Bezugspersonen brauchen), gehen extrem auseinander - ebenso wie die Ansichten darüber, ob das, was man ist, ererbt oder angelernt ist. Vielleicht sind berufstätige Mütter ja die «besseren» - die zufriedeneren, die anregenderen, die weniger «besitzergreifenden» Mütter? Vielleicht entwickeln sich die Kinder zu «sozialeren» Wesen, wenn sie nicht so exklusiv auf ihre Mutter hin orientiert sind? Und vielleicht haben die Väter eher eine Chance, sich wirklich als Väter zu erleben - ihre Kinder besser zu kennen, intensiver mit ihnen in Kontakt zu stehen?

Es gibt Untersuchungen von Depressiven und Schizophrenen, die besagen, dass Depressionen tendenziell eher in einem Milieu entstehen, das geschützt und «normal» ist, und dass die Schizophrenen eher aus «chaotischen» Familienverhältnissen kommen und eher vernachlässigt wurden. Am besten für die Kinder wäre wohl eine gut ausgewogene Mischung, wären Mütter, die nicht ganz so überlastet sind, wie es heute bei berufstätigen Frauen die Regel ist, und

die trotzdem ausser Haus tätig sein könnten. Aber das ist manchmal, wie gesagt, schwierig zu verwirklichen. Als Angestellte hat man vielleicht das Glück, 50% arbeiten zu können, aber als Selbständigerwerbende ist das nicht möglich. Da hat man eigentlich immer nur die Wahl zwischen einem 120%-Pensum und der Angst vor dem Nichts.

Lass mich noch einmal auf die Schuldgefühle zurückkommen. Die Gestalt-Therapie sagt, Schuldgefühle seien die Münzen, mit denen man dafür bezahle, das zu tun, was man sowieso tun wolle. Ich kenne keine voll berufstätige Mutter, die keine Schuldgefühle hat. Das ist etwas, womit man leben muss. Man kann sie sich ein bisschen ausreden, kann ab und zu etwas mehr Zeit für die Kinder aufbringen, aber dann leidet wieder der Beruf darunter, man muss den Rückstand aufholen, wodurch neue Schuldgefühle erzeugt werden... ein Teufelskreis.

War Deine Mutter auch berufstätig? Wie unterscheidet sich Dein Leben in Bezug auf die Frauenrolle von dem Deiner Mutter?

Der Unterschied ist relativ gering. Meine Eltern waren, als ich ein Kind war, beide freie Grafiker. Wir hatten eine Riesenwohnung mit acht oder zehn Zimmern, in der auch das Atelier untergebracht war. Auch meine Mutter war beruflich sehr engagiert und hatte Freude daran. Der Unterschied lag darin, dass sie ein Dienstmädchen hatte, das uns Kinder betreute. Und dass sie vielleicht noch mehr Schuldgefühle hatte als ich - es war ja auch eine andere Generation, ihr Leben wich viel mehr von der Norm ab. Und ihr Mann hat - im Gegensatz zu meinem - sehr erfolgreich verdient.

Deine Grossmutter, die Schriftstellerin Mary Lavater-Sloman, war ja auch eine sehr erfolgreiche, aktive Frau...

Ja, aber sie gehörte einer noch früheren Generation an. Sie musste es noch einmal anders machen. Sie fing erst mit 40 an zu schreiben, als ihre vier Kinder schon grösser waren. Wir haben das Problem der Berufstätigkeit also alle drei etwas anders gelöst: meine Grossmutter fing spät an, meine Mutter stellte jemanden zur Betreuung der Kinder an, und ich... ich habe mich - mit Hilfe meines Mannes - durchgewurstelt! ■

Bücher von Bettina Egger:

- Faszination Malen, Zytglogge Verlag, Bern 1980
- Malen als Lernhilfe, Zytglogge 1982
- Bilder verstehen, Zytglogge 1984
- Der gemalte Schrei, Zytglogge 1991

