



Wenn Eltern flügge werden

Oft stellt es Eltern auf eine harte Probe, wenn die Kinder von zu Hause ausziehen. Paare, die auf ihre eigene Beziehung achten, schützen sich vor falscher Wehmut in der neuen Lebensphase und stärken ihren Kindern damit den Rücken. Ein Fallbeispiel.

TEXT: Romana Klär // FOTO: Johny Schorle/photocase

ES ist Montagabend, Maria Bauer und ihre Tochter Barbara haben es sich im Wohnzimmer gemütlich gemacht. Die Beine hochgelegt, die Köpfe zusammengesteckt schauen die beiden Frauen dem turbulenten Treiben junger ÄrztInnen in einer TV-Serie zu. Ganz so wild wie

bei Meredith, Cristina, Derek & Co in „Grey's Anatomy“ geht es im Leben der Bauers nicht mehr zu. Die Töchter, Barbara, 26, und Johanna, 29, haben das heimische Nest verlassen und übernachten nur hin und wieder bei den Eltern. Was sich mit ihren Partnern und im Job tut, welche Pläne und Träume sie haben, wissen Mutter und Vater aber allemal. Vorher jedoch gab

es schwierige Zeiten, und die idyllische Szene von Mutter und Tochter vor dem Fernseher wäre vor ein paar Jahren undenkbar gewesen.

Seit die Mädchen ausgeflogen sind, sei das Beisammensein mit ihnen entspannter und sehr viel schöner geworden, sind sich Maria und Manfred Bauer einig. „Ich empfinde jeden Besuch als freudiges Ereignis. Es ist, wie wenn

**Eigenen
Leidenschaften
nachzugehen
erleichtert den
Start in ein
Leben ohne
Kinder im Haus.**

gute Freunde kommen, mit denen wir uns bewusst zusammensetzen und plaudern. Das ist anders, als wenn man unter einem Dach wohnt, die Tochter nach der Schule heimkommt und wortlos in ihrem Zimmer verschwindet.“ Die räumliche Nähe, elterliche Pflichten, das tagtägliche Sorgenkarussell um die Heranwachsenden sind tiefer Verbundenheit und Vertrautheit

des Ehepaars Bauer gewichen. Die anfangs ungewohnte Stille im mädchenleeren Haus ist überwunden.

SINGEN UND TANZEN

Bis dahin war es für die Bauers ein langer Weg. Als Paar haben sie immer zusammengehalten und eine lebendige Beziehung geführt, was ihnen die Herausforderungen, denen man als Eltern nie entkommt, leichter machte. Auch nach langen Arbeitstagen besuchten sie Tanzabende, die Leidenschaft fürs Singen hatten sie auch nicht vernachlässigt, als die Kinder noch klein waren. Im Chor kennt man beide nur als Paar. „Das wirkt von außen enorm stabilisierend“, sagt Manfred Bauer. Fixe Termine für Proben und Kurse haben geholfen, die gemeinsamen Interessen in aufreibenden Lebensphasen zu pflegen. Die Bauers wissen: Viele Paare schauen während der Erziehungsjahre zu wenig auf ihr eigenes Glück und merken zu spät, dass später dann kaum noch Gemeinsamkeiten übrig sind.

Seit die Kinder flügge sind, ist die partnerschaftliche Zugewandtheit kostbarer denn je. Im Alltag sind die Bauers jetzt auf sich zurückgeworfen – für sie ist das eine neue Erfahrung, waren sie doch fast von Beginn ihrer Beziehung an zu dritt. Die erste Schwangerschaft hatte die beiden nach wenigen Monaten „hinterrücks überrascht“. Neben allen Familienbelangen war in den vergangenen mehr als 20 Jahren die jeweilige Arbeit wichtiges Gesprächsthema. Beide Bereiche – Arbeit und Kinder – waren zuverlässiger Anker.

Dann brach beides fast zur selben Zeit weg. Manfred Bauer verlor seine Stelle als Abteilungsleiter in einem großen Unternehmen. Während er die Ruhe im Haus zu schätzen begann, neue berufliche Pläne schmiedete und sich darüber freute, dass „wir die Kinder gut durchgebracht haben“, reagierte seine Frau ganz anders auf die neue Situation. „Mich hat eine ungeahnte Sprachlosigkeit befallen. Die Kinder waren weg. Sein Beruf war weg. Ich weiß nicht, ob wir noch da saßen, wenn wir nicht über die Jahre

hinweg ein gutes Fundament für unsere Beziehung gebaut und gemeinsame Interessen entwickelt hätten“, sagt die Physiotherapeutin. Der prinzipielle Unterschied in der Herangehensweise an Probleme: Manfred Bauer will eine Hürde nach der anderen nehmen. Seine Frau hat alle realen und möglichen Hindernisse gleichzeitig im Visier, was diese oft als nicht bewältigbar erscheinen lässt.

DER SCHLIMME FREUND

Das war schon vor Jahren so, als Tochter Johanna ihre Eltern mit einer schwierigen Partnerwahl erschütterte. Der junge Mann, mit dem sie ankam, verkörperte durch sein sozial unangepasstes Verhalten das komplette Gegenteil eines bürgerlichen Lebens. Immer war er in irgendwelchen Schwierigkeiten. „Das wünschst du dir nicht für deine Tochter“, meint Herr Bauer heute trocken. Trotzdem überwogen bei ihm die Zuversicht, der Glaube an eine positive Entwicklung und das Wissen: Wir haben alles gegeben. Unsere Tochter ist klug. Sie wird selber erkennen, dass diese Beziehung keine Basis hat. Der Mutter setzte die Sorge zu, dass die Tochter schwanger werden und durch den Jungen auf die schiefe Bahn geraten könnte.

Zurufe von Bekannten, das sei eine Phase und schnell vorbei, halfen nichts. Die Verbindung hielt drei lange Jahre. Versuche, der Tochter den Mann auszureden, gingen ins Leere. Es gab aber einen Nebeneffekt: Die harte Zeit hat das Elternpaar noch mehr zusammengeschweißt. Sie waren sich einig: Je mehr sie gegensteuern, desto eher werde die Tochter zu ihrem Freund halten. Gelegenheiten, bei denen sich Johanna seiner genießen musste, boten sich ohnehin genug und waren weit wirksamer. Im Nachhinein stellte Johanna klar, dass sie den unleidlichen Mann nur deshalb so lange ausgehalten habe, weil sie einen Gegenpol zum behüteten Heim brauchte und jemanden, mit dessen Hilfe sie das Band zur Familie lockern konnte.

Die innere Abnabelung war vollzogen, und der Schrecken vorbei. >>



Dominik Borde,

vierfacher Vater und Beziehung-coach für Singles und Paare in Wien, kennt die Nöte von Eltern, denen es schwerfällt, ihre fast erwachsenen Kinder ziehen zu lassen. Frauen seien davon häufiger betroffen als Männer, sagt er. Probleme würden vor allem dann auftreten, wenn Mütter es verabsäumt hätten, etwas anderes zu tun, als sich um ihre Kinder zu kümmern.

>> „Jetzt muss sie selber wurschteln!“, meint Mutter Bauer. Und doch blieb die Sorge: „Wird es reichen, was wir ihr in all den Jahren beigebracht und mitgegeben haben?“ Das fragten sich die Eltern etwa mit leichter Wehmut, als sie der älteren Tochter beim Bezug ihrer ersten Studentenwohnung halfen. Das Mädchen hingegen genoss nach anfänglicher Nervosität ihren Sprung in die Unabhängigkeit nach dem Motto „Die Welt gehört mir“.

MODERNES KIND

„Flüggeworden ist ein Drang von klein auf, und es ist das Ziel, auf das wir als Eltern hinarbeiten müssen. Das hatten wir immer im Blick“, betont Maria Bauer. Als Johanna an ihrem zehnten Geburtstag der Mutter die Zimmertür vor der Nase zuknallte und absolut keine „Nachbesprechung“ ihrer Kinderparty wollte, sei das ein skurriles, aber deutliches Zeichen der Abgrenzung gewesen. „Ab heute bin ich modern“, meinte die Kleine, ließ Kurt Co-

bain in voller Lautstärke laufen und tauschte die friedlichen Kelly-Family-Plakate an ihren Wänden durch die des wilden Rockidols aus. „Das war ja noch zum Schmunzeln“, erinnern sich die Eltern. Diskussionen in der Pubertät über mögliche und unmögliche Kleidung, über Schulaufgaben, die erledigt werden mussten, über Mithilfe und gegenseitige Rücksichtnahme unter dem gemeinsamen Dach waren schon weniger lustig, aber gerade deshalb hilfreich: „Vielleicht freundet man sich so leichter damit an, dass es schon richtig ist, wenn die Jungen einmal ihre eigenen Wege gehen.“

Im Gegensatz zur älteren Johanna war die jüngere Barbara immer „the good guy“ (der gute Kerl), wie sie selbst sagt, sie brauchte die Rebellion zur Abgrenzung nicht. Mittlerweile leben beide Töchter dauerhaft in ihren eigenen vier Wänden, mit netten Partnern, nach ihrer eigenen Fassung. „So ist es gut, so soll es sein. Lieber rechtzeitig loslassen als alt gewordene Kindern im eigenen Haus“, formulieren die Bauers ihre „Horrorvorstellung“. Sie haben auch kein Verständnis für Eltern, die ihren erwachsenen Kindern immer weiter hinterherräumen, weil sie ihre eigene Vorstellung von einem ordentlichen Leben durchsetzen wollen. „Nur nicht mehr hingreifen!“ lautet die Devise der Bauers. Was dabei hilft: die eigenen Ansprüche nicht über die Kinder zu stülpen. Dass ihr solch „falscher Perfektionismus“ tatsächlich nicht dazwischenfunkt, habe sie selber überrascht, sagt Maria Bauer: „Ich hatte nicht einmal den Impuls, Johanna zu fragen, wann sie einmal aufräumen und putzen wird, als ich in ihrer Wohnung war.“

„Es ist gut, nicht ununterbrochen an der Nabelschnur zu zupfen“, resümiert das Ehepaar. Dazu gehöre auch, den Jungen nicht mit ständigen Anrufen unterschwellig das Gefühl zu vermitteln, dass sie es alleine nicht schaffen. Damit würde man es ihnen nur noch schwerer machen, ein behütetes Zuhause hinter sich zu lassen. Auf Flüggeworden kann man sich vorbereiten. Den Realitäts-Check bestehen muss aber jede und jeder für sich. ❖

Bring Wind unter deine Flügel!

Anregungen, um Eltern den Start in ein Leben ohne Kinder im Haus zu erleichtern

Kümmere dich frühzeitig um dich selber! Finde etwas, was dir echte Freude bereitet und mache nicht das Kind zu deinem Lebensmittelpunkt. Ist es derzeit aber so, dann ändere das bewusst.

Kinder gibt es, weil es die Eltern gibt. Die Paarbeziehung steht an erster Stelle. Kinder fühlen sich geborgen und glücklich, wenn sich Mama und Papa wohlfühlen – und darum auch Grenzen setzen.

Verbringen Mutter und Vater Zeit miteinander, lernen Kinder ehrliche Rücksichtnahme.

Kinder lernen durch das, was man ihnen vorlebt.

Mütter brauchen ernste Pflichten über die Kindererziehung hinaus. Wenn du einen Fixstern hast, etwas, was du anpeilst, und nicht nur deine Kinder für dein Glück verantwortlich machst, lernen auch sie, später ihren Leidenschaften zu folgen.

Kinder sollen sehen, was alles notwendig ist, um das Leben zu bestreiten. Zeige ihnen, wo und was du arbeitest.

Zeige ihnen, dass man lernen und sich anstrengen muss und manchmal weniger Zeit hat. Lass dich von Partner und Kind bekochen. Dadurch lernen Kinder, andere zu respektieren.

Nimm ihnen nicht zu viel aus der Hand, sonst werden sie schwache Menschen, die Widerstände schwer überwinden.

Zeige deinen Kindern, dass du nicht perfekt bist, aber nimm sie nie in Anspruch, um deine Probleme zu lösen.

Neues Buch von „Welt der Frau“ und Verlag Anton Pustet



Sie erhalten drei „Glücks-Postkarten“ zum Versenden oder Sammeln kostenlos zu jedem Buch.

Kinder sind Naturtalente für Lebensfreude. Grund genug, bei ihnen in die Lehre zu gehen. 25 „Welt der Frau“-AutorInnen, schreiben über ihre ganz persönlichen Erfahrungen als Eltern. Vom kleinen Jan, der seine Mama einiges über Wutanfälle lehrte, oder von Nikolai, der jeden Schönheitsstress hinwegfegt. Es gibt keine größere Wertschätzung, als jemandem zu sagen: „Das habe ich von dir gelernt.“

Herausgegeben von Christine Haiden
Hardcover, 160 Seiten, € 19,95



Wir nehmen Ihre Bestellungen gerne entgegen:
Telefon: 0732 77 00 01 14, E-Mail: neuebuecher@welt-der-frau.at oder auf www.welt-der-frau.at