

SABINA SCHUTTER

Frauenrolle vorwärts

Wie Sie
Familie, Job und Finanzen
unter einen Hut bekommen –
ohne Mental Load

GRÄFE
UND
UNZER

Der Kassensturz: War das schon alles?

Jan und Anne sind ein glückliches Paar. Sie haben sich mit Ende 20 im Internet kennengelernt, sich verliebt und schnell gemerkt, dass sie im Leben ganz ähnliche Ziele haben. Jan leitet mittlerweile eine Abteilung im Headquarter einer großen Bank. Anne ist eigentlich Sozialpädagogin. Eigentlich. Momentan ist sie allerdings »nur« Mama von Lena. Jan ist natürlich total engagiert als Papa. Er würde sich jederzeit um Lena kümmern – wenn er nicht viel mehr Geld als Anne verdienen würde. Und wenn sie sich nicht beide hingesetzt und ausgerechnet hätten, dass es einfach vernünftiger ist, wenn Anne erst mal zu Hause bleibt. Bevor Lena zur Welt gekommen ist, hat Anne als Sozialpädagogin ein Jugendprojekt geleitet. Wenn sie an die jungen Menschen denkt, denen sie damals geholfen hat, vermisst sie ihren Job sehr. Zeit für nostalgische Gedanken bleibt ihr allerdings keine. Denn Anne ist nun Spülmaschinenausräumerin, Staubsaugerin, Badputzerin Kuchenbäckerin, Erbrochenes-von-der-Bettwäsche-Kratzerin, Windelwechslerin, Einschlafbegleiterin, Entdeckerin, Vorleserin, Heldin, Stimmenimitatorin, Kindergeburtstagsplanerin – und manchmal auch Nervenverliererin. Jan und Anne waren sich einig, dass der Feminismus heute keine Frage mehr ist, sondern die Antwort.

Kommt Ihnen das irgendwie bekannt vor? Was Jan und Anne erleben, ist die statistische Realität in Deutschland im Jahr 2021. Wir leben in einer Gesellschaft, in der für Frauen und Männer alles möglich ist. Die Gleichstellung der Geschlechter wurde mit mehreren Wellen der Emanzipation erstritten, zuletzt waren die Feministinnen der 1980er-Jahre dabei, die »gläserne Decke« zu durchbrechen und Frauen in Führungspositionen zu bringen. Mit der #MeToo-Bewegung wurde gerade in den letzten Jahren auch aufgedeckt, wie sich Sexismus und die Abwertung von Frauen durch alle Branchen ziehen. Es müsste also eigentlich kein Thema mehr sein, dass Frauen über genau die gleichen Chancen, finanziellen Mittel und die glei-

che Macht verfügen. Immerhin ist in Deutschland eine Frau Bundeskanzlerin. Das muss doch was bedeuten! Theoretisch ist das richtig.

Die Zahlen sprechen aber eine andere Sprache. Drei Viertel aller Professuren sind von Männern besetzt, zwei Drittel der Bundestagsmandate gingen 2017 an Männer,¹ 80 Prozent der Vorstandsmitglieder in DAX-Unternehmen sind männlich und in TecDAX-Unternehmen sind es sogar 96,1 Prozent.² Der Gender-Pay-Gap, also die Einkommenslücke zwischen Männern und Frauen, lag 2019 bei 19 Prozent.³ Das Einkommen erwerbstätiger Frauen beträgt also nur vier Fünftel von dem der Männer – unter anderem weil sie in Teilzeit und in schlechter entlohten Branchen arbeiten. Das Mehr an Einkommen zahlt sich für Männer lebenslang aus, denn das Alterseinkommen von Frauen liegt 46 Prozent unter dem der Männer.⁴ 16,4 Prozent der Frauen ab 65 Jahren waren im Jahr 2018 von Altersarmut betroffen; von den Männern waren es nur 12,4 Prozent.⁵ Das Erschreckende: Der Anteil von Frauen in Altersarmut steigt: Die jetzt 65-jährigen Frauen profitieren noch von den Renten ihrer Ehemänner, die jetzt 30-Jährigen können das nicht mehr erwarten. Das heißt, das Risiko für Frauen, spätestens im Alter zu verarmen, steigt.

Ihr Unbehagen bei diesen Zahlen, das Gefühl, dass irgendwas nicht stimmt, obwohl Sie persönlich vielleicht glücklich sind, ist durchaus berechtigt. Trotz aller verbalen und theoretischen Gleichberechtigung ist es vermutlich aktuell auch bei Ihnen so, dass Sie einen kleineren Teil zum Haushaltseinkommen beitragen, in Teilzeit arbeiten und/oder der nächste Karriereschritt nicht direkt vor der Tür steht. Vielleicht haben Sie sogar das Gefühl, beruflich und finanziell in einer Sackgasse zu sein, und vor lauter täglichen Aufgaben wissen Sie auch nicht, wie Sie das ändern können. Klar, Sie haben einen Mann, der das mit der Gleichberechtigung voll unterstützt. Er würde wirklich, wenn er könnte. Aber weil Sie eben bisher alles erledigt haben, ist es irgendwie einfacher, wenn Sie diese Dinge auch weiterhin mal eben schnell übernehmen. Leider bezieht sich das »mal eben schnell« dann auch wirklich auf alles, von der Essensplanung bis zur Putzmittelübersicht.

Sie sind nicht allein in dieser Situation. Das Beispiel von Jan und Anne, einem nahezu typischen Paar, das uns durch dieses Buch begleiten wird, zeigt, wie aus einer gleichberechtigten Partnerschaft im 21. Jahrhundert plötzlich eine Familie wird, die so lebt wie in den 1950ern.

Mit der Geburt von Lena hat sich für Anne irgendwie alles verändert. Als Anne schwanger wurde, war ihr Plan, im Mutterschutz ihre Doktorarbeit fertig zu schreiben. Aber dann gab es so viel zu organisieren. Die Elternzeit wollte sie wirklich nutzen, endlich voranzukommen. Jan wollte ursprünglich mindestens die Hälfte der Elternzeit nehmen. Doch dann wurde seine Abteilung umstrukturiert und er bekam die Abteilungsleitung. Lena ist mittlerweile zwei und die Erzieherin in der Krippe sagt, dass sie besser nur vier Stunden, allerhöchstens sechs Stunden pro Tag in die Krippe soll. Annes Projekt in der Jugendhilfe ist ausgelaufen und sie findet keine Stelle in der Nähe, die sie mit vier Stunden in Teilzeit anfangen kann. Viele Stellen in der Jugendsozialarbeit sind auf den Nachmittag oder Abend ausgerichtet, in Wohngruppen gibt es Schichtdienst. Annes Doktorarbeit geht auch nicht voran. Jan hat von seinem besten Freund zu Weihnachten ein T-Shirt geschenkt bekommen, auf dem steht: #feminist. Fanden sie alle lustig. Echt.

Die meisten Frauen erleben nach der Geburt eines Kindes einen Knick in ihrer beruflichen Biografie. Die Gründe: Frauen nehmen länger Elternzeit als Männer, erhalten kaum ein existenzsicherndes Elterngeld und arbeiten meist in Teilzeit, nachdem sie Kinder bekommen haben.

Der überwiegende Anteil von Männern dagegen arbeitet 40 Jahre oder länger ununterbrochen in Vollzeit, kann von seiner Rente leben und unterbricht bei der Geburt eines Kindes die eigene Arbeit lediglich für maximal drei Monate. Übrigens gilt das für west- und ostdeutsche Bundesländer gleichermaßen. Das ist nicht der Boshaftigkeit von Männern geschuldet, sondern der Tatsache, dass auch

Männer äußerer Rollenerwartungen unterliegen und versuchen, ihnen zu entsprechen.⁶ Ein »neuer Vater« zu sein, wird im Beruf zwar als attraktiv angesehen, aber nur wenn damit keinerlei Einschränkungen einhergehen. Viele Frauen kehren nach einer Elternpause gar nicht in ihren alten Beruf zurück, sondern nehmen eine schlechtere Position an. Entweder hatten sie schon vor der Familiengründung einen Job, für den sie nicht gebrannt haben, oder sie denken, ihre Arbeitsbedingungen lassen sich nach der Elternzeit schwer mit der Familie vereinbaren.

Falls es Ihnen also ähnlich geht, kann ich Sie beruhigen: Sie sind nicht allein mit Ihrem aktuellen Lebensentwurf, Sie sind die Norm. Die Frage ist allerdings, ob die Norm das ist, was Sie langfristig glücklich macht, was Ihnen ein sicheres finanzielles Polster gibt und Ihnen Unabhängigkeit verleiht. Ein Problem an der relativ traditionellen Lebensführung vieler Familien ist nämlich, dass die individuelle Lebensplanung nicht mit gesetzlichen Regelungen vereinbar ist. So ermöglicht das aktuelle Unterhaltsrecht beispielsweise geschiedenen und getrennten Müttern nur noch eine kurze Pause, bevor sie voll für ihren Lebensunterhalt sorgen müssen.

Und jetzt? Egal, ob Sie geschieden, getrennt, alleinerziehend, kinderlos oder in einer glücklichen Partnerschaft sind: Jetzt steht ein Kassensturz an: Soll das alles so bleiben? Oder will ich doch noch wissen, was geht, was ich noch erreichen kann und was ich wirklich will?

Ab dem Berufseinstieg haben Sie Verpflichtungen, die Sie meistens nicht einfach so umschmeißen können. Kommen dann Kinder dazu, weiß man vor lauter Aufgaben und Erwartungen plötzlich nicht mehr, wo man anfangen soll. Da einfach mal an sich selbst zu denken, erscheint unmöglich. Es gibt immer tausend Gründe, das Durchstarten zu verschieben. Auf den Zeitpunkt, wenn die Kinder aus dem Gröbsten raus sind zum Beispiel. Die Frage ist, was genau das Gröbste ist – Kita, Schule, Pubertät, Abitur? Oder wenn Ihr Partner nicht mehr in dem »krassen Projekt« steckt. Doch kommt dann vielleicht das nächste Projekt?

Ich habe in meiner Forschung Interviews mit Ärztinnen geführt, mit Doktorandinnen, mit ehemaligen weiblichen Führungskräften und auch mit Erzieherinnen. Alle waren Mütter. Keine hat mir gesagt, dass es ihr leichtfällt, Teilzeit zu arbeiten oder ganz aufzuhören. »Ich vermisste meinen Beruf. Wirklich. Sehr«, sagte die Mitarbeiterin einer Uniklinik zu mir. Und trotzdem sah sie sich in der Pflicht, ihre eigenen Träume von der Klinikkarriere zu begraben. »Ich wollte gar nicht in der Kita arbeiten, aber das war das Einzige, was sich mit Kindern machen ließ«,⁷ sagte eine andere.

Die Erwartungen an gute Elternschaft sind heute so hoch, dass Mütter ihnen nur noch gerecht werden können, wenn sie ihre eigenen Ziele der Elternschaft unterordnen. Es ist keineswegs so, dass Mütter Latte macchiato trinken und die Füße hochlegen. Im Gegenteil: Sie lesen Ratgeber über sichere Bindung, sie wagen es nicht, ihren Blick vom Kind zu wenden, während sie stillen (weil Bindungszeit), sie kochen Brei aus Biogemüse, versuchen interessiert bei den Entdeckungsreisen ihres Kindes zu sein und erstarren vor Angst, wenn die Erzieherin sie zum Elterngespräch einlädt. Die Angst zu scheitern ist wahrscheinlich bei niemandem so ausgeprägt wie bei Müttern.

Es wird also aller Wahrscheinlichkeit nach nicht so sein, dass Sie die Pausenbrotdose fallen lassen und sich fortan um Ihre Karriere kümmern, während Ihr Partner weiterhin im »krassen Projekt« arbeitet und Ihre Kinder sich ihr Mittagessen selbst im Kühlenschrank zusammensuchen. Für Ihr persönliches Durchstarten brauchen Sie einen Plan. Dieser Plan fußt auf drei Säulen.

Die erste Säule lautet: »Zu Hause abstauben«. Frauen leisten zwei Drittel ihrer Arbeitszeit unbezahlt, Männer weniger als die Hälfte.⁸ So wird eine scheinbare Gleichberechtigung aufrechterhalten, indem Männer nichts an ihren biografischen Plänen und Alltagspraxen ändern und alle zusätzlichen Belastungen von Frauen aufgefangen werden. Damit die Frauen nicht durchdrehen, machen sie dann eine Runde Achtsamkeitsmeditation und lassen los. Nun denn: Damit Sie wirklich nicht durchdrehen, schauen wir uns bei Säule I an, wie Sie entlastet werden.

Mit der zweiten Säule widmen wir uns Ihrer finanziellen Situation. Ein Blick unter die Motorhaube ist hier meist sehr ernüchternd. »Ich kann einfach nicht mit Geld umgehen«, hört man auch heute noch selbst von hartgesottenen Kassiererinnen. Der angeblich zerstreute Umgang von Frauen mit Geld ist eine Schwäche, die als verzeihbar gilt und belächelt wird. Zynisch betrachtet können Frauen jedoch offenbar wirklich nicht mit Geld umgehen: Ihre Einkommen liegen wie gesagt lebenslang unter denen der Männer, sie haben keine Rücklagen und befassen sich weder mit Steuer- noch mit Unterhaltsrecht. Im Ernstfall sind die meisten Frauen dann blank – sowohl finanziell als auch strategisch. Anhand von Modellrechnungen versuchen wir bei der zweiten Säule, einen sicheren Finanzplan aufzustellen, der Ihnen Luft für neue Pläne verschafft. Mit dieser Stabilität im Rücken können Sie erstens durchstarten, zweitens wissen Sie, dass Sie auch im Alter abgesichert sind, und drittens können Sie sich auf das konzentrieren, was Sie wirklich wollen.

Mit der dritten Säule ist die Frage nach Ihrer Rolle als erfolgreiche Businessfrau und Mama verbunden. Es ist kein Zufall, dass sich die Löhne von Männern und Frauen genau zum statistischen Erstgeburtentalter von Frauen auseinanderentwickeln; diese Lücke schließt sich bis zur Rente nicht mehr.⁹ Zu Karriereunterbrechungen gibt es zahlreiche Daten. Sie belegen, wie ungünstig sich lange Erwerbsunterbrechungen auf die Einkommen von Frauen auswirken. Das Mind-set »Mama« und die sehr deutschen Normen, die mit guter Mutterenschaft verbunden sind, stellen vielen Frauen ein Bein. Wir schauen uns bei dieser dritten Säule auch die Fakten an: Was schadet Kindern wirklich? Welche Beweise gibt es, dass Kinderbetreuung Stress erzeugt? Und wer ist die wichtigste Komponente im kindlichen Aufwachsen?

Ihre dritte Säule führt also Ihre ersten beiden Säulen zusammen: Nur wenn Sie Ihre privaten Player im Boot haben und Ihre Finanzen im Griff, haben Sie die Freiheiten, sich auch für einen tollen Job zu entscheiden oder für eine Fortbildung, um Ihren persönlichen Zielen näher zu kommen.

Die öffentliche Diskussion dreht sich im Moment um politische Maßnahmen, die die Vereinbarkeit von Familie und Beruf verbessern sollen, oder um Frauenquoten in Vorständen. Mit der Lissabon-Strategie im Jahr 2000 hat die Europäische Union unter dem Stichwort Wissensgesellschaft vereinbart, dass die Chancengleichheit von Frauen und Männern erhöht werden soll und die Frauenerwerbsquote gesteigert wird. Ein Resultat davon war das Elterngeld. Der immer noch bestehende Fachkräftemangel zeigt, dass Frauen dringend gebraucht werden. Genau in der entscheidenden Karrierephase, zwischen 30 und 40 Jahren, stecken sie aber aller Politik zum Trotz zurück. Wir können lange über die Passgenauigkeit von Familien- und Gleichstellungspolitik diskutieren, es gibt sicherlich viel Verbesserungspotenzial.

Und ja, es gibt Ausnahmen. Es gibt Partnerschaften, in denen Mann und Frau sich die Verantwortung für das Private gerecht teilen. Es gibt alternative Lebenskonzepte, multiple Elternschaft, queere Eltern, Familien, die ihren Fokus nicht auf der Teilhabe am Erwerbsleben sehen und für eine lebenswertere Gesellschaft kämpfen. All diese Konzepte verdienen volle Anerkennung. Statistisch wachsen heute noch mehr als 70 Prozent der Kinder mit beiden leiblichen zusammenlebenden Eltern auf. In 85 Prozent dieser Konstellationen sind Männer die Haupteinkommensbezieher, während die Mütter in mehr oder weniger existenzsichernder Teilzeit arbeiten.^{10, 11}

In diesem Buch geht es um genau diese Arrangements und darum, wie sie verändert werden können. Ich weiß, dass der Kapitalismus in diesem Kontext eine große Rolle spielt und dass es auch revolutionär sein kann, sich davon abzuwenden. Ich weiß und ich stimme zu, dass jede Frau ein Recht darauf hat, sich gegen eine Karriere zu entscheiden. Das Stichwort ist aber Entscheidung. Wenn diese Entscheidung auf dem Weg des geringsten Widerstandes beruht, wenn die Entscheidung nicht selbst getroffen wird, sondern sich eigentlich so ergeben hat, und wenn dieses Ergehen dem Großteil aller Frauen alternativlos scheint, dann ist es keine Entscheidung, sondern ungerecht.

Alle politischen Maßnahmen bringen nichts, wenn Frauen nicht im großen Stil und in großer Breite ihr Mindset ändern. Die Idee, was alles unmöglich ist, wurde uns so lange eingeimpft und vorgelebt, dass wir hinter unseren Möglichkeiten zurückbleiben. Im Kindergarten werden wir gefragt, wen wir heiraten wollen. Wir bilden uns in der Schule ein, dass wir kein Mathe können. Wir wählen ein Studienfach, das etwas mit Menschen zu tun hat, weil wir angeblich nicht mit Zahlen können. Wir steigen in einen Job ein und fordern zu wenig Gehalt, weil wir glauben, dass wir nicht alle Kriterien erfüllen. Uns schreckt eine Führungsposition ab, weil wir an eine zukünftige Familie denken. Wir stecken in der Elternzeit zurück, und weil das so schön ist, hängen wir direkt eine Teilzeit hintendran. Wir bekommen das nächste Kind und noch weniger Elterngeld. Wir kommen zurück und sind dankbar für die Teilzeitstelle, die uns dann angeboten wird. Und das wird uns dann als Vereinbarkeit von Familie und Beruf verkauft.

Das kann nicht alles sein.

Deshalb habe ich dieses Buch geschrieben. Ich habe Soziologie mit dem Schwerpunkt Familiensoziologie studiert und wurde in meinem ersten Job nach einem Jahr gekündigt. Und dann wusste ich erst mal nicht weiter. Über Umwege bin ich in die Familienpolitik geraten, wo ich mich ein paar Jahre in Berlin für Alleinerziehende eingesetzt und nebenbei promoviert habe. Nach meiner Doktorarbeit habe ich mich noch mehr mit Familien befasst: Ich habe dazu geforscht. Und ich habe zu Kitas, zu Kindern, zu Familienpolitik, zu Alleinerziehenden und zu Kinderrechten geforscht. Ich bin sehr, sehr neugierig und habe deshalb auch viele Menschen zu ihrem Privatleben ausgefragt. Die ganze Forschung muss irgendwo Anwendung finden, deshalb bin ich Professorin geworden, damit junge Studierende irgendwann mit dem ganzen Wissen die Welt besser machen. Und seit 2021 arbeite ich als Vorstandsvorsitzende für SOS Kinderdorf e. V. Mir ist es wichtig, dass eine Gesellschaft allen Menschen gerecht wird. Kindern und Erwachsenen, Männern und Frauen, allen Individuen gleichermaßen. Es gibt nichts, was rechtfertigt, dass

irgendwelchen Gruppen weniger Rechte zugestanden werden. Und ich kann und will nicht akzeptieren, dass im Jahr 2021 Frauen eher am Herd stehen, als das zu tun, wofür sie brennen.

Die Zeit durchzustarten ist jetzt. Politik und Gesellschaft zeigen, dass sie bereit sind für Frauen, die ihr Leben in die Hand nehmen. Holen Sie sich Ihr Stück vom Kuchen. Holen Sie sich die ganze Bäckerei, wenn Sie wollen. Mit einer Stabilisierung der drei Säulen haben Sie den richtigen Plan, um an Ihr persönliches Ziel zu kommen.

Eine kurze Anmerkung zu den Daten, die hier verwendet werden: Ich stelle Ihnen in diesem Buch wissenschaftliche Erkenntnisse zu Männern und Frauen, zu Beziehungen und Familien, zur Verteilung von Arbeit und Einkommen vor. Dabei werden sowohl große repräsentative Datensätze verwendet als auch kleinere qualitative Studien, die auf Interviews oder Beobachtungen beruhen. Diese Daten ergänzen einander. Während Befragungen von Tausenden von Personen eher einen Überblick über die ganze Gesellschaft geben, sind es gerade die kleinen Studien, die individuelle Begründungen und Handlungsweisen abbilden. Ich werde deshalb nicht immer im Detail darauf eingehen, welche Daten welche Aussagekraft haben – auch weil Sie sonst wahrscheinlich nach zwei Seiten einschlafen. Denn übermüdet sind Sie vermutlich ohnehin.

Nicht nur ein Stück vom Kuchen, sondern gleich die ganze Bäckerei

Mitte Dreißig, vielleicht Mutter, glücklich. Oder? Doch irgendetwas scheint zu fehlen: Sie hatten mal höhere Ziele und auf dem Weg dahin sind Sie ins Stocken gekommen. Jetzt steht ein Kassensturz an: Soll das alles so bleiben? Oder geht da noch mehr? Jedes verlorene Jahr schlägt negativ zu Buche, denn Ihr Umfeld überholt Sie einfach. Aber umgekehrt zahlt sich jedes Jahr doppelt aus, in dem Sie aktiv in sich und Ihren Lebensplan investieren.

Prof. Dr. Sabina Schutter, Expertin für Kindheit, Geschlecht und Familie, erläutert humorvoll und auf Augenhöhe, wie das gelingen kann. Raus aus der Mental Load Falle, rein ins pralle Leben.



Dieses Buch ist auf PEFC-zertifiziertem Papier aus nachhaltiger Waldwirtschaft gedruckt.

WG 481 Lebenshilfe
ISBN 978-3-8338-8056-8

