



# *Los, Papa!*

Wegweiser für Väter



**FAMILIEN  
LEBEN IN  
HANNOVER**



# Liebe Väter,

theoretisch ist es schon geklärt: Kinder brauchen Väter, die nicht nur zum Geld verdienen da sind, und Mütter, die auch für Anderes als das Umsorgen der Kleinen zuständig sind. Mädchen und Jungen brauchen Männer und Frauen, die die ganze Vielfalt dessen zeigen, was Mannsein und Frausein ausmacht. Und tatsächlich verändern sich die Lebensentwürfe von Frauen und Männern. Zunehmend wollen sie ihr Leben über traditionelle Geschlechtergrenzen hinaus gestalten.

Mit der vorliegenden Broschüre wollen wir Väter ermuntern und motivieren, ihre Vater-schaft aktiv und bewusst zu leben. Wenn es um Familie, Haushalt und Erziehung geht, werden sonst in erster Linie Frauen und Mütter angesprochen. Ob in der Kindertagesstätte, in der Familienbildung, beim Kinderturnen – Väter sind Außenseiter; zum Teil tragen sie selber dazu bei, zum Teil werden sie dazu gemacht.

Es ist erklärtes Ziel der Landeshauptstadt Hannover, die Gleichstellung von Frauen und Männern zu fördern. Für das Heranwachsen von Jungen und Mädchen einerseits und für die gesellschaftlich gewollte und gesetzlich festgeschriebene Gleichberechtigung der Geschlechter andererseits, ist es notwendig, dass Väter ihre Verantwortung in Haushalt und Erziehung wahr- und ernst nehmen. Das kann nicht verordnet werden. Aber zunehmend gehen Väter diesen Weg. Vor dem

Hintergrund der „Mütterdominanz“ in Familie und Erziehung brauchen Väter gezielte Angebote, die sie gleichberechtigt in den Blick nehmen.

Das neue Elterngeldgesetz schlägt die richtige Richtung ein und zeigt bereits Erfolge. So waren Ende Juni 2007 schon sieben Prozent der Antragsteller und Antragstellerinnen Väter – gegenüber 3,5 Prozent noch Anfang Januar. Das sind zwar nach wie vor wenige, und über die Dauer ihrer Elternzeit ist noch nichts gesagt, aber das Gesetz zeigt Wirkung. Denn mit ihm steigt auch das Bewusstsein für „Väterzeit“ in anderen gesellschaftlichen Bereichen.

Neben Informationen und Gedanken über die Bedeutung des Vaters für Mädchen und Jungen enthält diese Broschüre sehr praktische Anregungen dazu, was Vater und Kind in Hannover gemeinsam „so alles anstellen“ können. „Praktizierende“ Väter und die AG Geschlechterdifferenzierung der Stadt Hannover haben sich mit vielen Ideen beteiligt. Vielen Dank dafür! Weitere Kapitel, die sich mit Vätern in Betrieben, mit Vätern in besonderen Lebenslagen sowie mit Vätern in Kindertagesstätten beschäftigen, deuten die Spannweite des Themas an.

Diese Broschüre will Vätern Mut machen, Ja zum Vatersein zu sagen und ihre Freude daran selbstbewusst zu zeigen.



# Inhalt

Vorwort .....	1	<b>Jeder Vater ist anders</b> .....	70
<b>„Wie gut kennst du dein Kind?“</b>		Kleine Reisen – Trotz Trennung	
Der Vater-Selbst-Test .....	5	zueinander finden.....	71
<b>Ganz der Vater?</b>		Hilfe, mein Stiefkind kommt! .....	71
Was zu einem		„Von der Rolle“ – Der Vater	
„guten Vater“ dazu gehört.....	6	eines kranken Kindes berichtet.....	74
<b>Nach dem Spiel ist vor dem Spiel</b>		Durch Teilen wird die Freude	
Praktische Tipps und		gestärkt und das Leid halbiert .....	76
Ideen für Väter und Kinder .....	16	„Hey Boss, ich brauch mehr Zeit“ –	
<b>Papa mobil</b>		Ein Vater nimmt Erziehungsurlaub.....	77
Ausflugsziele in und um Hannover.....	38	Vater im Doppelpack – Ein Männerpaar	
<b>Kinderleicht</b>		entscheidet sich für ein Pflegekind.....	78
Babymassage und Babyschwimmen.....	42	Zum Weiterlesen .....	81
<b>„Sachenstauner“ und „Ausprobierer“</b>		<b>Da sein, wo die Kinder sind</b>	
Zusammen im Museum.....	44	Väter in Kindertagesstätte und Schule ..	82
<b>Ein kleiner Urlaub nur mit Papa</b>		<b>„Sag mir, wo andre Väter sind ...“</b>	
Vater-Kind-Wochenenden .....	50	Kontaktangebote in und um Hannover ..	87
<b>„Papa arbeitet noch“ –</b>		<b>Zum Vorlesen</b>	
<b>Väter im Betrieb</b> .....	58	Vier Buchtipps .....	90
Wie die Ing-Diba aktive		<b>Literatur für Männer und Väter</b> .....	92
Vaterschaft unterstützt.....	59	<b>Internetadressen für</b>	
Väterfreundliche Arbeitszeit-		<b>Männer und Väter</b> .....	94
modelle bei Windwärts Energie.....	61	<b>Und was können wir sonst tun?</b>	
Kleine Schritte zugunsten der Familie ...	63	Eine Ideensammlung .....	96
Elterngeld, eine Chance für Väter ...		<b>So wollte ich doch nie sein</b> .....	98
und andere gesetzliche Infos.....	65		
<b>Exkurs: Gesund werden und bleiben</b>			
Vater-Kind-Kur.....	68		





## Der Vater-Selbst-Test:

# „Wie gut kennst du dein Kind?“

Wann haben Sie Ihrem Sohn oder Ihrer Tochter das letzte Mal etwas zum Anziehen mitgebracht – von einer Geschäftsreise, nur mal so vom Klamotten-Discounter oder weil Sie den Pulli einfach schick fanden? Vielleicht haben Sie das ja bislang immer der Mutter des Kindes, der Patentante oder Großmutter überlassen. Aber warum eigentlich? Vielleicht sind Sie sich einfach über die aktuelle Konfektionsgröße nicht im Klaren?

Okay – Mann kann nicht alles wissen. Aber je mehr Vorlieben und Eigenarten Ihres Kindes Sie kennen, desto bessere Karten haben Sie nicht nur im Kaufhaus, sondern auch bei Ihrem Kind. Solches Wissen hilft, um als Vater seinen Mann zu stehen.

Was glauben Sie: Kennen Sie sich aus? Hier finden Sie 13 Fragen nach dem Motto „Was Vater über sein Kind weiß, was er wissen sollte, was er wissen könnte“. Sie müssen nicht über jeden Schritt Ihres Kindes informiert sein. Aber schauen Sie doch einmal, was Sie von ihm so alles wissen – oder auch nicht.

Nehmen Sie sich zehn Minuten Zeit für den Selbst-Check und versuchen Sie, die Fragen

(vorerst ohne Hilfe Ihres Kindes) zu beantworten. Vielleicht fällt Ihnen dabei auf, wie gut Sie Ihr Kind schon kennen oder wo Sie Ihre Aufmerksamkeit steigern möchten.

## Nur 13 Fragen, kinderleicht ...

- Weißt du wie die Freundinnen oder Freunde deines Kindes heißen?
- Was isst dein Kind am liebsten?
- Was ist sein Lieblingsspielzeug?
- Welche Kleidergröße hat dein Kind?
- Wann seid ihr beide das letzte Mal zusammen glücklich gewesen?
- Wovor fürchtet sich dein Kind?
- Was kann dein Kind besonders gut?
- Wen bewundert dein Kind?
- Was hast du zuletzt von deinem Kind gelernt?
- Was wünscht sich dein Kind zurzeit am meisten?
- Was ist die schönste Geschichte, die du von deinem Kind erzählen kannst und wem hast du sie zuletzt erzählt?
- Hast du eine Idee, was du deinem Kind zum Geburtstag schenken willst?
- Mit welcher Ausflugsidee könntest du dein Kind begeistern?



## Ganz der Vater?

### Was zu einem „guten Vater“ dazu gehört

Seinem Kind ein guter Vater sein – das ist eine Herausforderung. Was macht einen guten Vater aus? Was sollte er tun, was sollte er tunlichst lassen? Die Erwartungen an Väter sind in den letzten Jahren nicht gerade weniger geworden. Immer noch sind weit mehr Männer berufstätig als Frauen. Und im Beruf werden immer stärker Flexibilität, Zeitmanagement, längere Arbeitszeit, Mobilität gefordert. Gleichzeitig sollen Männer immer mehr Verantwortung und Arbeiten in der Familie übernehmen – sowohl in der Erziehung als auch im Haushalt. Erfreulicherweise wollen und tun sie das auch immer öfter.

Die Herausforderung liegt darin, allen Ansprüchen, inklusive der eigenen, gerecht werden zu wollen. Wer das schafft, der scheint ein Superdaddy zu sein. Alltags-

vätern kann das kaum gelingen – sie können aber diese Erwartungen kritisch betrachten und den Blick dafür schärfen, was ihnen eigentlich in ihrem Leben wichtig ist.

Zum „guten Vater“ gehört die ganze Vielfalt von Männlichkeit. Um wirklich eine Bereicherung für Kinder zu sein, reicht es nicht mehr aus, sich ausschließlich als Ernährer zu präsentieren – diese Rolle entspricht nicht den modernen Anforderungen an Väter. Mädchen und Jungen brauchen von ihren Vätern männliche Fürsorge, Emotionalität und Hingabe. Von Frauen wird erwartet, diese Qualitäten im Prozess des Erwachsenwerdens zu erlernen, von Männern eher nicht.



## Teils, teils?

### Zur Erwerbs- und Hausarbeit von Männern und Frauen

**HAUSARBEIT IST IN DEUTSCHLAND NOCH IMMER FRAUENSACHE. ZWAR HABEN DIE FRAUEN IHREN ZEITAUFWAND DAFÜR SEIT ANFANG DER NEUNZIGER JAHRE UM KNAPP ZEHN PROZENT REDUZIERT. ABER DEUTSCHE MÄNNER VERWENDEN FÜR HAUSHALT UND FAMILIE HEUTE NICHT WESENTLICH MEHR ZEIT ALS DAMALS.**

**DIE ZAHLEN DER ERWERBSTÄTIGEN HABEN SICH FOLGENDERMASSEN ENTWICKELT:**

		1991	2004	VERÄNDERUNG
in Teilzeit	Frauen	4,3 Mio	6,1 Mio	+ 41 %
	Männer	0,4 Mio	1,0 Mio	+ 150 %
in Vollzeit	Frauen	10,0 Mio	8,4 Mio	- 16 %
	Männer	19,1 Mio	15,8 Mio	- 17 %

**ABSOLUT GESEHEN ARBEITETEN 2004 NOCH SECHS MAL MEHR FRAUEN IN TEILZEIT ALS MÄNNER. DER ANTEIL DER MÄNNER IN TEILZEIT HAT ABER VON 1991 BIS 2004 STARK ZUGENOMMEN.**

Quelle: WSI – FrauenDatenReport 2005 / Hans-Böckler-Stiftung

Für Männer bedeutet es also sogar eine große Herausforderung, in diesem Sinne ein guter Vater zu werden. Sie sollten sie mit Mut, Zuversicht und Neugier annehmen. Und sie sollten sich selbst dabei aufmerksam im Auge behalten. Denn es ist gut, als Vater sowohl die eigenen, väterlichen Qualitäten zu erkennen, als auch die Momente, in denen ein Rat gebraucht wird – vielleicht und gerade von anderen Vätern.

Foto: Axel Hengst



*Zum guten Vater gehört die ganze Vielfalt von Männlichkeit.*



Foto: Axel Heingst

*Mädchen machen sich über den Vater  
ihr Bild vom „anderen Geschlecht“:  
Können sie ihm vertrauen?*

## Väter und Mütter – die Mischung macht's

Väter bereichern das Heranwachsen ihrer Kinder, weil Väter und Mütter ihren Kindern auf verschiedene Art begegnen. Wer als Mann schon während der Säuglingsphase für sein Kind da ist, schafft eine ideale Basis für einen intensiven Kontakt. In dieser Zeit werden wichtige Weichen für die Entwicklung der Persönlichkeit und Bindungsfähigkeit des Kindes gestellt. Kinder brauchen dabei sinnvoller Weise beide Eltern. Der Vater ist gerade auch am Anfang wichtig, weil die Welt des Kindes gerade in dieser Zeit eher weiblich dominiert ist.

Dass Mütter ihre Kinder von Natur aus mehr als Väter prägen, gehört wissenschaftlich betrachtet längst in das Reich der Legende. Wenn Mutter und Vater aktive Bezugspersonen sind, zeigen Kinder beiden Elternteilen gegenüber das gleiche Bindungsverhalten. Aber Väter haben ihre eigenen Arten zu spielen und zu erziehen. Sie geben eigene Impulse und führen sogar Hausarbeiten auf ihre eigenen Arten durch. Und Väter zeigen ihre eigenen Gefühle und eigene Formen von Fürsorge und Hingabe.

## Mädchen und Jungen

Für Kinder ist die Vielfalt wichtig - für Jungen und Mädchen zum Teil aus unterschiedlichen Gründen: Für Jungen ist der Vater ein lebendiges Beispiel des eigenen Geschlechtes. Sie sehen, was es bedeuten kann, ein Mann zu sein und zu werden. Mädchen können sich am Vater ein Bild des „anderen Geschlechts“ machen: Können sie ihm vertrauen, mit ihm auskommen? Was scheint „männlich“, was scheint „weiblich“ zu sein?

Ohne es zu merken, benehmen wir uns gegenüber Sohn und Tochter unterschiedlich, so wie wir das erlernt haben. Damit werden wir aber nicht den Möglichkeiten gerecht, die für Mädchen und Jungen zu einer vielfältigen Entwicklung ihrer Persönlichkeit wichtig sind. Um Jungen und Mädchen als Vater ein ehrliches Vorbild zu sein, ist es wichtig, für solche „Ungleichbehandlung“ aufmerksam zu werden.

*Für Jungen ist der Vater ein lebendiges Beispiel für das „Mann-sein“.*

## Der dritte Weg

**BENJAMIN, 4 JAHRE ALT, SPIELT MIT PUPPEN. PAPA TYP X UND PAPA TYP Y ZEIGEN UNTERSCHIEDLICHE REAKTIONEN.**

**PAPA X: „WENN DU DAS NÄCHSTE MAL DEIN ZIMMER NICHT AUFRÄUMST, SAGE ICH DEINEM FREUND LUKAS, DASS DU MIT PUPPEN SPIELST – HA, HA, HA ...“ PAPA Y: „TOLL, BENNI, DASS DU ALS JUNGE AUCH MIT PUPPEN SPIELST!“**

**PAPA X RÜHRT MIT SEINER BEMERKUNG ZEMENT AN, FESTIGT ROLLENSTEREOTYPE UND GRENZT BENNIS RAUM FÜR EINE EIGENSTÄNDIGE ENTWICKLUNG EIN. PAPA Y MEINT ES GUT – ABER AUCH SEIN BENNI NIMMT ES DURCH DAS „LOB“ GENAU SO ALS ETWAS BESONDERES WAHR, ALS JUNGE MIT PUPPEN ZU SPIELEN. AUCH ER WIRD ES SCHWER HABEN, DIESES BESONDERE IN DAS ERWARTETE BILD EINES „TYPISCHEN JUNGEN“ ZU INTEGRIEREN.**

**VIELLEICHT SIND SIE JA EIN PAPA Z – SCHNAPPEN SICH EINE PUPPE UND SPIELEN MIT.**

Foto: Axel Hengst



## Spiel-Zeit – die Masse macht's?

Wie viel Zeit braucht ein Mann, um ein guter Vater zu sein? Die Meinungen dazu gehen auseinander. Reichen 15 Minuten am Tag, in denen ich ganz im Hier und Jetzt intensiv für mein Kind da bin? Oder muss ich als guter Vater meine Arbeitszeit im Beruf reduzieren? Es gibt dafür kein Rezept – die Zutaten können je nach Ausgangssituation in unterschiedlichen Zusammensetzungen und Dosierungen passend und richtig sein.

Aber es gilt zu bedenken: Die angemessene Zeit und Qualität hängen mit dem Alter des Kindes und mit der Situation zusammen. Möchte meine 10-jährige Tochter mit mir angeln gehen? Möchte mein „großer“ Sohn mich den ganzen Abend oder gar die ganze Nacht um sich haben? Je älter die Kinder werden, um so mehr gewinnen Menschen

Foto: Axel Hengst



Gemeinsames Sammeln macht Spaß

außerhalb der Familie für sie an Bedeutung. Dann haben sie eher Bedarf nach kürzerer intensiver Zuwendung durch ihren Vater – für Hausaufgaben vielleicht oder um ein Problem zu lösen und um sich zu vergewissern: Mein Vater ist (immer noch) für mich da. Sicher ist: Wie viel Zeit Vater und Kind miteinander verbringen und von welcher Qualität dieses Zusammensein ist, das sollte sich nicht in erster Linie nach den Bedürfnissen des Vaters richten, sondern nach den Notwendigkeiten des Kindes.

Bei Kleinkindern ist das Bedürfnis nach der Versicherung „Ich bin nicht alleine“ viel größer. Dabei reicht es manchmal, das Kind einfach „dabei zu haben“ beim Aufräumen, beim Einkaufen, beim Wege erledigen. Das Kind spürt, „Schau, ich bin da“, und es nimmt am Alltag des Vaters, an seinen Gefühlen

## Lynn geht schlafen

*„Ein letztes direktes Kräftemessen am Abend, schöne Erfahrungen des Tages abschließend austauschen, wichtige Dinge fühlen, ansprechen, vielleicht auch abschließen können. Grenzen meiner väterlichen Beziehung zum Kind erkennen, entwickeln, Hindernisse lösen. Oft tun sich im abendlichen Übergang auch neue überraschende Entwicklungen auf, wenn zum Beispiel gerade am Abend noch etwas zu klären war, so dass die Deadline nicht entspannte 20 Uhr, sondern Einiges später war (was ich mir während des oft engen Tagesablaufes so nicht hätte „leisten“ können). Eine persönlichere Erfahrung als Vater mit den eigenen Kindern als das eigenverantwortliche Zu-Bett-bringen kann es, abgesehen vom Dabeisein bei der Geburt, fast nicht geben.“*

*Christoph Gad*

und Taten teil. Außerdem wollen die Windeln gewechselt, das Essen sehr regelmäßig zubereitet, mit dem Kind geschäkert werden – Dinge, die mit den Jahren (hoffentlich) weniger gefragt sind. Es ist also ungeheuer wichtig, gerade in der ersten Lebensphase des Kindes viel Zeit dafür zu haben.

Kind bei ihren Vätern und auch von anderen Männern selbst kaum erlebt.

Bis ins letzte Jahrhundert hinein fungierte der Vater vor allem als Lehrmeister und strafende Instanz. Das hat sich in den letzten Jahren verändert – sonst hielten Sie jetzt nicht diese Broschüre in den Händen. Aber was können Väter heute leisten?

## Was ein Kind vom Vater braucht

Für einen Vater kann es eine echte Herausforderung sein, den Bedürfnissen nach Nähe und den Gefühlen seines Kindes nachzukommen. Männer haben das in der Regel als

Sie können und sollten ganz der Vater sein – mit allen Sinnen, Gefühlen und Erfahrungen. Väter, die ihre Kinder an ihren Welten teilhaben lassen, an dem, was sie bewegt, an ihren Fragen, an ihrer persönlichen Geschichte, sind eine Bereicherung für ihre

Foto: Axel Hengst



*Manchmal reicht es, einfach zusammen zu sein. Das Kind spürt: „Schau, ich bin da.“*



Foto: Axel Hengst

*Die Kraftprobe muss nicht immer der Vater gewinnen.*

Kinder. Sie sind ihnen „greifbar“ und damit eine wichtige emotionale Stütze im Heranwachsen.

Väter dürfen ihrem Kind auch „Lehrmeister“ sein – wenn wir Lehrmeister nicht nur als Wissenden verstehen. Ein Vater kann seinem Kind etwas zeigen und erklären, ihm zuhören und mit Tochter oder Sohn gemeinsam Neues in der Welt entdecken. Dazu muss ein Vater kein Held sein. Vielleicht ist das Kind auch einmal ganz vorne, wenn Papi Angst vor Spinnen hat oder das Kind beim Memory-Spiel ein deutlich besseres Erinnerungsvermögen an den Tag legt, als der Vater. Und dann kann man zu zweit fürchterlich stolz sein!

Kinder brauchen Väter, die ihre Gefühle zeigen – auch die eher „unangenehmen“ oder diejenigen, die nicht so ganz zum *Starksein* passen. Wenn ein Vater mal nicht mehr weiter weiß, einfach erschöpft oder traurig ist, merkt das Kind: Auch Erwachsene, auch Männer, können nicht immer Alles leisten – wie beruhigend, denn mir selbst geht es auch manchmal so!

## Wer putzt das Klo?

**DIE REINIGUNG SANITÄRER ANLAGEN – ALSO DAS KLOPUTZEN – IST EINE GERING BEWERTETE ARBEIT, DA SIE HAUTNAH MIT DEN TIEFEN MENSCHLICHER ABGRÜNDE ZU TUN HAT. ABER DAS KLO PUTZEN KANN JEDE/R, UND WER FÜHLT SICH AUF EINEM SCHMUTZIGEN WC SCHON WOHL?**

**BEI DER ARBEITSAUFTEILUNG IM HAUSHALT KANN ZUM BEISPIEL DAS STREICHEN DES GARTENZAUNS UND DAS PUTZEN DES KLOS NUR DANN GLEICHGESTELLT WERDEN, WENN ALLE IN DER FAMILIE DIESER GLEICHWERTIGKEIT ZUSTIMMEN. BLEIBT DAS KLOPUTZEN FÜR ALLE EINE UNANGENEHME SACHE UND WIRD DIE GLEICHBERECHTIGUNG BEI DER HAUSARBEIT GROSS GESCHRIEBEN, MUSS DIESE UNANGENEHME ARBEIT VON DER MUTTER WIE VOM VATER (WIE VON DEN KINDERN) MÖGLICHST GLEICH HÄUFIG ERLEDIGT WERDEN – EIN WEITERES PUZZLETEIL AUF DEM WEG IN EINE GLEICHBERECHTIGTE PARTNERSCHAFT, IN DER EIN VATER SEINEN MANN STEHT.**

## Vorbild Vater

Ein Vater ist in seinem Tun und Verhalten immer wieder ein männliches Vorbild. Mädchen und Jungen verstehen sein Verhalten als männliches Verhalten. Wenn sich ein Vater dieser Tatsache bewusst ist, kann er die Aufmerksamkeit für sein alltägliches Verhalten steigern, um ein „guter Vater“ zu sein. Und wenn er als wertschätzender Vater ernst genommen werden will, so tut er gut daran, sein „männliches“ Verhalten hin und wieder auf den Prüfstand zu stellen:

- Wie verhalte ich mich meiner Partnerin oder anderen Frauen gegenüber? Begegne ich ihnen auf „Augenhöhe“? Lache ich bei einem Frauen abwertenden Witz mit?
- Wie streite ich dafür, dass beide Elternteile die Möglichkeit haben, Erwerbsarbeit zu leisten und die Betreuung und Versorgung der Kinder zu übernehmen?
- Kann ich vor mir und anderen (Frau und Kindern) Fehler und Unzulänglichkeiten zugeben? Bin ich bereit, dafür Verantwortung zu übernehmen und nicht ungünstige Umstände heranzuziehen?
- Kann ich mich klein und schwach zeigen? Bin ich bereit, mir Hilfe zu holen – sowohl bei Freunden als auch bei professionellen Helfern oder Helferinnen?
- Wie beteilige ich mich an den Arbeiten im Haushalt? Gebe ich verschiedenen Arbeiten unterschiedliche Werte?

Foto: HWFS Hermannsburg



*Kinder beobachten oft sehr genau, was ihr Vater tut. Und was nicht.*



## Vier gewinnt: Vater – Mutter – Kind – Betrieb profitieren von Vater-Zeit

Viele Eltern wünschen sich partnerschaftliche Modelle bei der Kindererziehung. Wie berufliche Arbeit und familiäre Aufgaben in ein persönliches Gleichgewicht gebracht werden können, diese Frage stellt sich auch Vätern.

Aber nach wie vor erfahren Väter und werdende Väter Widerstände im Betrieb, wenn sie sich veränderte Arbeitszeiten wünschen, um mehr für die Familie da zu sein. Das Bild eines Mannes, dem der Beruf nicht die Hauptsache ist, scheint immer noch

(vor allem männliche) Kollegen zu verunsichern und zu provozieren. Prompt werden vermeintlich „männliche“ Eigenschaften in Frage gestellt und der Knick in der Karriereleiter prophezeit.

Es ist dann hilfreich, sich schon darüber klar zu sein, welchen Nutzen einem die Vater-Zeit bringt. Und es kann hilfreich sein, sich mit Vätern auszutauschen, die gute Erfahrungen mit verschiedenen Arbeitszeitmodellen gemacht haben. Manchmal hat man vielleicht auch nur die berühmte Schere im Kopf. („Mein Chef wird das sowieso nicht mitmachen.“) Hier sollte man sich nicht täuschen - es gibt immer mehr Chefs, die für Vater-Zeiten offen sind. Vielleicht geraten ja gerade Sie an so einen, und ahnen es nicht.

Nicht nur für die Kinder, auch für Väter ist Zeit mit dem Kind ein Gewinn. Sie haben die Chance, offener für eine andere Sicht der Dinge zu werden, zärtlicher und einfühlsamer im Umgang mit ihrer Umgebung und sensibler für eigene Grenzen. Es kann eine intensivere Bindung zwischen Vater und Kind entstehen, als man selbst vielleicht zu seinem Vater erlebt hat.

Männer sollten ihre Zeit als Vater nutzen. Dafür sollte, dafür muss familiäre Verantwortung auch schon mal vor berufliche Belange gestellt werden. Dann ist es möglich, neue Seiten an sich zu entdecken – und zu genießen.



Foto: Frank Jakobus

*In der Elternzeit haben Väter die Chance, neue Seiten an sich zu entdecken.*



## Zu guter Letzt – wo bleibe ich?

Neben den Anforderungen des Berufs einerseits und den Erwartungen bzw. den eigenen Ansprüchen ans Vatersein andererseits gibt es eine dritte wichtige Komponente: Sie selbst. Väter, die beruflichen und familiären Anforderungen gerecht werden wollen, fragen manchmal: Wo bleibe ich mit meinen eigenen Bedürfnissen als Mann – und nicht als Vater oder Angestellter. Ihre Bedürfnisse und Wünsche sind ein wichtiger Teil Ihrer selbst. Sie tun sich, Ihren Kindern, Ihrer Partnerschaft einen großen Gefallen, wenn Sie sie daran teil haben lassen und wenn Sie Ihre Bedürfnisse nicht immer hinten anstellen.

Es trägt zu einem gesunden Selbst, einer guten Partnerschaft und einer gesunden Vatersicht Ihrer Kinder bei, wenn es Ihnen gelingt, sich auch für eigene Belange Raum zu nehmen – und für alle Beteiligten ist es eine große Unterstützung, dann Ihre Begeisterung, Ihre Versunkenheit, Ihre Freundschaft wahrzunehmen!

Foto: Axel Hengst





## Nach dem Spiel ist vor dem Spiel

### Praktische Tipps und Ideen für Väter und Kinder

Dieses große Kapitel bietet Anregungen, wie Väter ihren Sprösslingen begegnen und was sie mit ihnen in Hannover so alles unternehmen können. Wir haben berücksichtigt, dass vor allem das Wetter und das Alter der Kinder dabei eine wichtige Rolle spielen. Die Beispiele sind von Vätern erprobt und haben erfolgreich den Praxistest durchlaufen. Wir beschränken uns jeweils auf einzelne Beispiele und gehen davon aus, dass sie zu weiteren Ideen anregen. Außerdem gibt es am Ende des Kapitels Literaturtipps für diejenigen, die noch mehr Anregungen suchen.

Bevor Sie ans Ausprobieren gehen, einige Hinweise:

- Manche Spiele und Beschäftigungen entwickeln sich spontan. Seien Sie aufmerksam für witzige, überraschende, intensive Situationen – sie bieten Anregungen, die Sie später einmal nutzen können. Kinder brauchen (auch gegenständliche) Anregungen, aber sie müssen nicht übermäßig „bespielt“ werden. Väter sind nicht die Beschäftigungs-Zampanos ihrer Kinder. Weniger ist oft mehr. Gerade für Kleinkinder ist zum Beispiel das Ordnen von Gegenständen ein wichtiges, selbstbestimmtes Spiel. Manchmal ist das Kind dann Eins mit sich und den Dingen und es reicht aus, wenn Sie in der Nähe sind. Und wenn Sie mal Zeit für sich selber brauchen oder erschöpft oder krank sind: Zwingen Sie sich nicht, jeden Beschäf-

*„Die Arbeit läuft nicht davon, wenn du dem Kind den Regenbogen zeigst. Aber der Regenbogen wartet nicht, bis du mit der Arbeit fertig bist!“*

*Chinesisches Sprichwort*

figungswunsch zu erfüllen. Ihr Kind möchte ein ehrliches Bild von Ihnen bekommen.

- Mädchen und Jungen brauchen viele Aktionsmöglichkeiten. Sie brauchen keine jungen- oder mädchentypischen Angebote, sondern vielleicht hin und wieder Unterstützung, sich mit jungen- oder mädchen-**un**typischen Dingen zu beschäftigen. Denn das erweitert ihre Möglichkeiten. Aber die Tücke lauert im Detail: Wie ist Ihre eigene Gefühlslage, wenn Ihr Sohn sich schminkt oder Ihre Tochter Wettschießen mit Pfeil und Bogen macht – spüren Ihre Kinder Ihre Zweifel oder zeigen Sie ihnen Ihre unbefangene Seite? Wenn Sie Ihrer Tochter sagen „Schön, dass Du auch ein Jungenspiel spielst“, wird sie dann schleunigst damit aufhören, um nicht als Junge zu gelten? Unterstützen Sie Ihre Kinder bei selbst gewählten Spielen – egal, ob sie Junge oder Mädchen sind, und egal, ob es „typisch“ oder „untypisch“ ist.
  
- Nehmen Sie sich Zeit für gemeinsame Neugier und Begegnung. Stellen Sie sich Fragen über Alltägliches oder Besonderes. Lernen Sie die Vielfalt von Menschen kennen. Echte Neugier auf das, was Ihnen fremd ist, bietet auch Ihrem Kind einen sicheren Rahmen, um die Welt zu entdecken. Als Vater den Abenteurer à la Indiana Jones zu geben, ist zweifellos eine Bereicherung. Es kann aber nur eine von vielen Vaterrollen sein – und für manchen Vater ist es nicht die richtige.

Foto: HVHS Hermannsburg



*Jetzt mal fein aufgepasst, was Ihre Tochter alles kann!*

- Gerade kleine Kinder mögen es oft am liebsten, lernen am meisten und haben den meisten Spaß, wenn sie das mitmachen dürfen, was ihrer Bezugsperson – hier dem Vater – wirklich gut gefällt. Nehmen Sie sich und Ihr Kind ernst und lassen es an Ihrem eigenen Leben teilhaben – dann werden auch so „schwierige Dinge“ wie Aquarellmalen oder Klavierspielen kinderleicht.

## Nach dem Spiel ist vor dem Spiel

### Highlight I

#### Übernachtung im Freien

Es gibt wirklich viele Sachen, die man mit dem eigenen Kind in der Freizeit unternehmen kann. Im Grunde genommen findet man auch ohne besondere Vorbereitungen immer irgendetwas, wozu der kleine Mensch gerade Lust hat. Ich möchte hier eine ganz einfache Sache ansprechen, die aber meiner Meinung nach der Vater-Kind-Beziehung etwas Besonderes geben kann. Dabei kann ich mein Kind in einem eher ruhigen und passiven Zustand wahrnehmen, was in unserem hektischen Tagesablauf nicht häufig vorkommt. Ich rede vom gemeinsamen Übernachten draußen im Zelt oder unter freiem Himmel.

In unserer Familie hat es damit begonnen, dass ich meinen vierjährigen Sohn einige Male zum Nachtangeln mitgenommen habe. Damals war das Zeltübernachten für uns mehr oder weniger eine Notwendigkeit, weil man nachts am Ufer verweilen musste, um Fische zu fangen. In der Folgezeit haben wir im Sommer gelegentlich bei Oma im Garten gezeltet. Nach diesen Aktionen stellten wir übereinstimmend fest, dass es uns beiden sehr viel Spaß macht, so dass das Zeltübernachten mittlerweile zu einer unserer Lieblingsbeschäftigungen gehört.

Ich meine nicht das tagelange Zelten oder Campen, sondern die eigentliche Übernachtung. Wir schlafen gerne draußen und zwar nicht nur während der nächtlichen Angelausflüge, sondern auch einfach auf unserem kleinen Reihenhausrundstück oder wo es sich sonst gerade anbietet.

#### Zur Vorbereitung gehört wirklich nicht viel

Kurz vor dem Sonnenuntergang ist das Zelt schnell aufgeschlagen, die Klappmatratzen, das Bettzeug und die Taschenlampen sind geholt. Vor dem Einschlafen lesen wir noch ein bisschen oder reden einfach über Gott und die Welt. Im Dunkeln reden wir leiser, so dass die ganze Aufmerksamkeit geschärft ist. Alles, was man in dieser Situation erzählt, ist irgendwie interessant und geheimnisvoll. Da wir schon genug Erfahrung gesammelt haben, sind wir in der Lage, jederzeit bei einer Außentemperatur über zehn Grad draußen zu übernachten. Ein sehr wirksames Mittel gegen die Kälte ist eine gewöhnliche Wollmütze. Gegen unvermeidbare Stadtgeräusche und Vogelgesang helfen mir die Ohrstöpsel. Mein Sohn schläft, wie es bei den Kindern so üblich ist, tief und fest bis zum Morgen.

Warum macht Vater so was, und wozu ist das Ganze gut? Außer einem frischen und mit Sauerstoff aufgepumpten Kopf am frühen Morgen gibt es sicherlich viele pädagogische und sonstige Gründe, die dafür sprechen würden. Ein geschulter Psychologe oder Kindererzieher würde den Sinn und Zweck des Ganzen wahrscheinlich tiefsinniger analysieren. Ich als Vater erlebe mein Kind intensiver als bei einem gemeinsamen Fußballspiel auf dem Bolzplatz. Ich habe das Gefühl, dass ich deutlich mehr Zeit mit ihm verbringe und in dieser Zeit mit ihm ungestört über Themen reden kann, über welche wir uns zu Hause vielleicht nicht unterhalten hätten.

Außerdem glaube ich, dass meine väterliche körperliche Nähe auch für ein Schulkind wichtig ist. Das gibt ihm das Gefühl der Geborgenheit und Sicherheit. Ich fühle mich als Beschützer meines Kindes, was mich in meiner Vaterrolle in diesem Moment einfach stolz und glücklich macht. Auf die Frage, warum ihm die Übernachtung im Freien mit mir gefällt, hat mein Kind eine simple und sehr präzise Antwort: „Weil es soooo gemütlich ist!“

*Konstantin Kalteis*

Foto: Axel Hengst



*Vater und Kind erobern sich zusammen die Nacht.*

## Nach dem Spiel ist vor dem Spiel

# Ideen für draußen

**Bestes Alter: Bis 2 Jahre**

### Wochenmarkt

Auch wenn die Kleinen noch im Kinderwagen liegen, kann der Markttag zu einem neuen kleinen Lebensrhythmus beitragen. Als Vater wahrgenommen zu werden, gehört genauso dazu, wie das anfängliche

Pläuschchen mit VerkäuferInnen (wofür das Kind auf jeden Fall Auslöser sein wird) und mit der Zeit die regelmäßigen Möhren und Wurstscheiben, auf die das Kind sich schon freut.

*„Schon als unser Sohn Tim noch sehr klein war, haben wir immer wieder samstags den kleinen Lindener Wochenmarkt am Pfarrlandplatz aufgesucht und sind anschließend bei Udo im Lindener Back- und Cafehaus eingekehrt. Dort konnte ich bei einem Kaffee unsere Zweisamkeit genießen, während Tim seinen „Kiba“, einen Kirschbanane-Saft, bekam und sich in der Spiele-Ecke beschäftigen konnte. Dies habe ich jetzt auch wieder mit unserer Tochter Lynn begonnen (1 1/2). Tim ist inzwischen sechs, ihm ist das jetzt zu langweilig.“*

*Christoph Gad*

**Bestes Alter: Bis 2 Jahre**

### Auf dem Spielplatz – allein unter Frauen

*„Als ich ab letztem Jahr im Oktober die Nachmittage mit beiden Kindern übernommen habe, machte ich die Erfahrung, dass ich als „verantwortlicher“ Vater auf dem Spielplatz von den meist anwesenden Müttern doch erst einmal genauer in Augenschein genommen wurde ... Inzwischen bin ich dort aber akzeptiert“*

*Christoph Gad*



Foto: Axel Hengst

Spielplätze sind das A und O der Kleinkindfreizeit und bleiben es manchmal auch darüber hinaus. Ob das Kind schläft, gefüttert wird, durch den Sand krabbelt oder erste Kletterversuche macht – hier kann es die Welt entdecken, Gemeinsamkeit und Streit mit anderen Kindern erleben, und hier können sich Mütter und hoffentlich Väter austauschen. Oft gibt es im zu Fuß erreichbaren Wohnumfeld mehrere Spielplätze – machen Sie sich doch einmal auf und schauen, wo Sie den einen oder anderen Vater finden, mit dem Sie wahrscheinlich schnell ins Gespräch kommen können.

*Auf dem Spielplatz entdecken Kinder die Welt.*

**Bestes Alter: 3 bis 8 Jahre**

## Es gibt kein schlechtes Wetter ...

... sondern nur die falsche Bekleidung. Obwohl das im Sommerregen ja auch egal ist. Welcher Vater erinnert sich nicht daran, wie viel Spaß es macht, mit voller Kraft in eine Pfütze zu springen? Am tollsten ist es, wenn noch jemand eine ordentliche Dusche abkriegt? – Wasser ist ein faszinierendes Element, das viele Möglichkeiten bietet:

- Fortbewegungselement für selbstgebastelte Schiffe ...
- ... und für den eigenen Körper
- Erfrischung an warmen Tagen
- Ästhetik (Wie unterschiedlich können Wassertropfen aussehen, und kann man ihnen unterschiedliche Namen geben? Wasser spritzt ...).

Gehen Sie mit Ihrem Kind im Regen spazieren, lassen Sie das Wasser spritzen, beobachten Sie zusammen, mit welcher Eile andere Menschen dem Regen zu entkommen versuchen. Was scheint anders als bei Sonnenschein zu sein? Seien sie ausgelassen – und versorgen Sie hinterher gemeinsam die nasse Wäsche.

*„Hamburg im Regen, es glänzt der Asphalt.  
Hamburg im Regen, grau und so kalt.  
Doch Du bist bei mir, und es ist schön  
durch Hamburg im Regen mit Dir zu gehen.  
Mit Dir, mit Dir, mit Dir, mit Dir.“*

*Mary Roos  
(Gilt auch für Hannover)*

Foto: Avel Hengst



*Und was, wenn es regnet? – Noch mehr Spaß!*





Foto: Axel Heimgst

*Ganz nah dran: Was versteckt sich hier im Laub?*

**Bestes Alter: 3 bis 8 Jahre**

## Auf der grünen Wiese ...

Gehen Sie mit Ihrem Kind einfach mal vor die Tür und steuern Sie die nächstgelegene Wiese an – sehr weit wird es bis dahin nicht

sein. Gerade im Frühjahr und Sommer gibt es dort allerhand Kriechendes, Fleuchendes und Gedeihendes zu entdecken. Suchen Sie zusammen Pflanzen, denn damit können Sie viel anstellen. Zum Beispiel:

- eine Fotogalerie für den selbst gebastelten Kalender zu Weihnachten oder für ein selbst gemachtes Memory
- Blütenblätter zählen – gibt es Regelmäßigkeiten?
- Mit Hilfe eines Buches über Wiesenkräuter und -blumen die Pflanzen bestimmen (und fantasieren, woher zum Beispiel Löwenzahn seinen Namen hat)
- Wett-Riechen (Welche Pflanze riecht am übelsten?)
- Pflanzen sammeln und trocknen – wenn man es übers Herz bringt, eine Pflanze aus dem Gras zu zupfen. Dabei kann durchaus etwas über geschützte Pflanzen gelernt werden.
- ein selbst organisierter Zeichenkurs auf der Wiese

## Einfaches Rezept für Sauerampfersalat

**Zutaten** | 200 g Sauerampfer, 2 Scheiben Brot (Grahambrot oder anderes festes Vollkornbrot), 3 EL Öl, 3 EL Essig, 3 EL Wasser, Salz und Pfeffer, Knoblauchpulver, Zucker, Margarine

**Zubereitung** | Die Sauerampferblätter gut waschen und in Streifen schneiden. Das Brot in Würfel schneiden, in ein wenig Margarine goldgelb rösten und mit dem Knoblauchpulver würzen (geht natürlich auch mit frischem Knoblauch). Für die Salatsauce Öl, Essig und Wasser verrühren und mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Mit den restlichen Zutaten vermengen und sofort servieren.

**Zubereitungszeit** | ca. 15 Minuten

Ein Blick zurück in die eigene Kindheit, kann auch hierbei Gold wert sein. Erzählen Sie Ihrem Kind: Woher haben Sie ihr (Un-)Wissen über Pflanzen? Hatten Sie einen väterlichen Begleiter – hätten Sie sich einen gewünscht? Lernen Sie jetzt genau so wie Ihr Kind?

Die Möglichkeiten sind damit noch lange nicht erschöpft: Welche Pflanzen wachsen uns täglich zu Füßen und sind nahrhaft oder schmecken gar? Und wie kann ich sie erkennen? Finden Sie zum Beispiel Sauerampfer!





**Bestes Alter: ab 8 Jahre**

## Orte für Abenteuer

Für Kinder ist es faszinierend und wichtig, „geheime Orte“ zu haben, die sie nur alleine oder wenige FreundInnen kennen. Das können Dachböden, Brücken über Bäche, Waldstücke oder Ähnliches sein. Vielleicht hätte Ihr Kind gern auch einen gemeinsamen, geheimen Ort mit Ihnen? Entdecken Sie zusammen zum Beispiel brachliegendes Gelände und kleine Waldstücke – von denen in Hannover noch einige existieren.

Zum Beispiel:

- im Stadtteil Roderbruch, zwischen Winkelriede und Karl-Wiechert-Allee
- im Stadtteil Vinnhorst: Waldstückchen, Grashöfe
- Bothfeld: Landschaftsschutzgebiet, An den Hilligenwöhren

Am besten ist es, wenn Sie mit offenen Augen durch die Stadt gehen und zusammen mit Ihrem Kind neues Terrain erkundschaffen.

Das Abgelegene, Verfallende, Undurchdringliche solcher Orte bietet Raum für Phantasie und Abenteuer. Was kann man heimlich beobachten? Wie findet man den besonderen Ort der Gemeinsamkeit wieder? Wer macht wen auf besondere Dinge oder „lauernde Gefahren“ aufmerksam? Vater und Kind können sich auf eine Suche nach gemeinsamen Orten machen, die Abenteuer, Vertrauen und Geborgenheit spüren lassen – auch, wenn die Kinder noch jünger sind.

Nach dem Spiel ist vor dem Spiel

## Highlight II

### Shopping mit Antonia (12)

Letztens kam Antonia von der Probe ihres Bigband-Orchesters nach Hause. Ein großer Auftritt stand kurz bevor und war verbunden mit ihrer Aufforderung an uns: „Ich brauche schwarze Klamotten“. Da das ganze Orchester so ausstaffiert auftreten sollte, waren wir verhältnismäßig schnell

von der Notwendigkeit überzeugt. Der kurz aufflackernde Einwand – ob es nicht auch mit einem dunkelblauen T-Shirt oder dem schwarzen Hemd vom Bruder ginge? – wurde mit einem verständnislosen Blick abgeschmettert.

Antonia und ich zogen also um 18 Uhr los in die Innenstadt. Rein ins erste Kaufhaus und schon trat auch die erste Schwierigkeit auf: Mir wurde klar, dass es keine schlichte schwarze Bekleidung für Mädchen in diesem Alter gibt. Überall waren Muster drauf, oder es waren Pailletten dran, oder die Nähte waren bunt abgesetzt, oder, oder, oder ... Als wir nach vielen Versuchen dann doch etwas gefunden hatten, war das Ganze mit schrill glänzenden Nieten verziert. Also ins nächste Geschäft.

Auch hier war es nicht besser. Ich weiß nicht, wie Antonia das ohne mich hinbekommen hätte. Meine Aufgabe bestand darin, Sachen zu holen, wieder weg zu bringen, neu zum Kleiderständer zu gehen: eine Nummer größer, eine Nummer kleiner, „Wie steht mir das?“ und so weiter.

Nach einiger Zeit und vielen Kaufhäusern später waren wir dann doch soweit, dass ich mich auf den Cappuccino freute, mit dem wir den „Einkaufsbummel“ ausklingen lassen wollten. Antonias Einwand: „Jetzt fehlen nur noch die Schuhe“ holte mich abrupt in die Wirklichkeit zurück. Nun war meine



Foto: Sandra Pietrasch

Widerstandskraft bezüglich des finanziellen Rahmens dieses Einkaufs endgültig gebrochen. Also gingen wir in die Schuhabteilung des Kaufhauses, in dem wir uns gerade aufhielten, mit der klaren Vorgabe: Hier gehen wir nur mit einem Paar schwarzer Schuhe wieder raus, koste es, was es wolle!

So kam es dann auch. Mit einem Paar sehr schöner, eleganter Schuhe von einem Hersteller, den ich normalerweise nicht in meine engere Wahl nehmen würde, verließen wir den Laden.

Nach dem wir diese Herausforderung bestanden hatten, gingen wir noch auf einen Kaffee mit viel Milch (von schwarz hatte ich genug) und einen Kakao (in einem fröhlichen braun) in ein Bistro mit Sicht auf die sich langsam leerende City und blickten, erschöpft aber glücklich, auf das Treiben unter uns.

Dieses Erlebnis hat uns einander näher gebracht und bei mir die Erkenntnis bestärkt, dass es vor allem das gemeinsame Erleben im Alltag ist, was dabei hilft, sich gegenseitig zu verstehen und zu respektieren.

Foto: Leon Schepers



„Erschöpft, aber glücklich“ – Vater und Tochter nach der Schlacht.

*Volker Schepers*

Nach dem Spiel ist vor dem Spiel

## Highlight III

### Wenn der Vater vom Holzschnitzen träumt und das Kind von „Star Wars“

Der Vater kauft sich japanische Zugsägen und schwedische Schnitzmesser in der Hoffnung, mehr Zeit zum Handwerkern zu bekommen. Und das Kind möchte gerne ein Yedi-Ritter sein und sitzt viel zu oft vor dem

Computer, um „Lego Star Wars“ zu spielen. Wie kommt man da zusammen?

Ganz einfach: „Papa, wir bauen ein Laserschwert!“ Das braucht nicht viel: einen möglichst geraden Stock und etwas Farbe. Es wird also mit dem Fahrrad in den Wald gefahren und nach geraden Stöcken gesucht.



Foto: Axel Hengst

Haselnuss-Sträucher eignen sich am besten. Die dicht gedrängten Stämme wachsen ziemlich gerade. Auch ist der Umweltschaden nicht so groß, wenn man ein paar dünne Äste abschneidet, da sowieso nicht alle Triebe bestehen bleiben. Ein weiterer Vorteil besteht darin, dass die zunächst sehr wasserhaltigen Stäbe nach dem Trocknen sehr leicht sind. Als Alternative bieten sich junge Ahornstämme an, die ebenfalls recht gerade wachsen.

Nachdem der Vater die Stöcke mit der Japan-Säge abgeschnitten hat, schält das Kind mit seinem Taschenmesser (zur Sicherheit mit feststehender Klinge und abgerundeter Spitze) die Rinde ab. Die Übergänge zum Griff werden stehen gelassen, hier kann der Vater etwas nachhelfen und den Griff verzieren. Das Abschälen geht sehr leicht, man muss nur etwas aufpassen, dass das Messer nicht auf dem glatten Holz abrutscht. Wer

*So, Papi ist erst mal beschäftigt.*

ganz vorsichtig sein will, lässt das Kind einen Lederhandschuh über die Hand ziehen, die den Stock festhält.

Als nächstes sollten die Stäbe glatt geschmiegelt werden, auch hierbei hilft das Kind kräftig mit. (Schleifpapier mindestens mit Stärke 80, je nach dem wie viele Schnitzkerben man zu korrigieren hat.)

Vor dem Pinseln zieht sich das Kind ein altes Hemd vom Vater an, damit müssten sich die schlimmsten Farbflecke verhindern lassen. Das Bemalen erfolgt dann im Duett. Das Kind darf mit „gefährlicher“ Farbe arbeiten und die abgeschälten Flächen bepinseln, während der Vater den Stock festhält bzw. diesen vorsichtig dreht. (Gut: Acrylfarbe auf Wasserbasis, das ergibt einen kräftigen, glänzenden Farbauftrag, der nicht zu stark mit Gerüchen und Giften belastet ist.) – Und welche Schwerter gibt es, welche Farbkombinationen sind laut Aussage des Kindes zugelassen? Die Griffe sind metallic-silbern, die Klingen blau, grün, rot und violett. Genauere Auskünfte gibt es im Internet bei Wikipedia unter dem Stichwort „Lichtschwert“. (<http://de.wikipedia.org/wiki/Lichtschwert>).

Am nächsten Tag ist der Stock bereits trocken und die ersten Kämpfe können beginnen. Dabei muss man natürlich schauen, ob das Kind mit den Laserschwertern vorsichtig umgehen kann...

*Henry Warncke*

### Tipp

**IM VERLAG TH. SCHÄFER IN HANNOVER SIND DREI BÜCHER ZUM GRÜNHOLZSCHNITZEN ERSCHIENEN:**

**CHRIS LUBKEMANN:** Kleinere Schnitzereien. Grünholzschnitzen – unterwegs und überall. 2007

**TOVE YDE:** Grünholz schnitzen. Ein kinderleichter Grundkurs. 2003

**JOGGE SUNDQVIST:** Schnitzen. Schwedische Tradition neu erlebt. 2005



Foto: Axel Heingst

... und zwischendurch einfach ein bisschen austoben.

### Bestes Alter: ab 8 Jahre

## Knobelgang

Spaziergänge sind langweilig? So nicht: Eine Cent-Münze entscheidet über den Weg. Schon an der Haustür wird sie das erste Mal hochgeworfen. Liegt die Münze dann mit der Zahl nach oben, geht es nach rechts. Liegt das Bild vom Bäumchen oben, geht es für Vater und Kind nach links. An jeder Ecke und Verzweigung geht das Spiel so weiter. Die Spannung steigt mit jedem Mal: Wo wird die Münze hinführen? Das Schöne: Papa wird den Weg nach Hause nachher auf jeden Fall finden. – Hoffen wir doch.

### Bestes Alter: ab 9 Jahre

## Stadtrallye

Eine tolle Aktion, die städtische Umgebung zu erkunden, die aber etwas Vorbereitung erfordert, ist die Ausarbeitung einer Fußweg-Rallye. Für eine kleine Gruppe von Kindern oder für eine Geburtstagsfeier können Väter bei der Zusammenstellung selbst einen Blick für Ungewohntes bekommen. Die Aufgaben müssen nicht verwickelt und nicht zu umfangreich sein.

Im digitalen Zeitalter ist zum Beispiel eine Fotorallye schnell und unkompliziert vorzubereiten: Fotografieren Sie Ausschnitte von Gegenständen oder Orten aus ungewöhnlicher Sichtweise, und lassen Sie die Kinder die Orte oder Gegenstände auf einem vorgegebenen Weg suchen und notieren. Oder Sie verstecken in der Nähe der abgebildeten Stellen in Film Dosen Aufgaben. Es kann während des Weges auch etwas gesammelt werden, das am Ziel vorgestellt oder abgegeben werden muss. Ein wenig Mut verlangen kommunikative Aufgaben: Zum Beispiel bei Familie Meier zu klingeln, die man nicht kennt, und nach dem Durchschnittsalter der Familie zu fragen – oder in einem Geschäft zu fragen, wann es gegründet wurde. Die Vorbereitung macht viel Spaß, wenn Vater den geplanten Rallyeweg entlanggeht (oder ihn im Gehen entwickelt) und die Augen für schöne Aufgaben offen hat!

Nach dem Spiel ist vor dem Spiel

## Highlight IV

### „Was möchtest du bei deiner Geburtstagsfeier machen?“ – „Auf jeden Fall ... Bilderbuchkino!“

Das höre ich jedes Jahr, seitdem ich zum 3. Geburtstag meiner Tochter das erste Mal ein auf Dias reproduziertes Bilderbuch mit einem Projektor an die Wand geworfen und der Geburtstagsrunde vorgelesen habe. Dabei fasziniert es mich, dass die Kinder selbst von längst bekannten Bildergeschichten begeistert sind, nur weil sie sie jetzt um ein Vielfaches vergrößert in einem verdunkelten Raum sehen können. Von Bedeutung ist sicherlich auch das Gruppenerlebnis. Jedes Kind kann die Bilder mit all ihren Details gleich gut betrachten und auf sich wirken lassen. Frage ich beim Vorlesen nach Einzelheiten zum Bild oder zur Geschichte, entwickelt sich die Diaschau meistens sehr lebhaft: Es gibt spontane Einwüfe, Zeigen auf der Leinwand, und selbst nach dem Ende der Geschichte darf der Diaprojektor nicht ausgeschaltet werden, weil die Kinder im Licht des Projektors Schatten werfen wollen. Dient das Bilderbuchkino als Gute-Nacht-Geschichte, beschränke ich mich aufs Vorlesen, und die Diaschau verläuft sehr viel ruhiger.

Bilderbuchkinos können in vielen hannoverschen Büchereien und Bildstellen entliehen werden. Für den Hausgebrauch kann man Bilderbücherfilme auch selbst herstellen – am Besten an einem leicht bewölkten

Foto: Axel Hengst



*Kinofans*

Tag im Freien, um Spiegelungen zu vermeiden: Das Bilderbuch auf den Boden legen und in der Draufsicht die einzelnen Seiten oder Ausschnitte abfotografieren. Wenn der Text mit fotografiert wird, kann beim Bilderbuchkino die Geschichte direkt von der Leinwand abgelesen werden, sonst aus dem Bilderbuch. Manche Verlage machen allerdings das Abfotografieren aus urheberrechtlichen Gründen von einer vorherigen Genehmigung abhängig.

Zur Hardware: Diafilme wird es noch lange im Handel geben. Der genutzte Fotoapparat muss keine High-Tech-Variante sein – und einen Diaprojektor findet man für ein paar Euro auf dem Flohmarkt, bei Ebay oder auf dem Dachboden von Tante oder Onkel.

*Lutz Georgy*



## Nach dem Spiel ist vor dem Spiel

### Ideen für drinnen

**Bestes Alter: 0 bis 2 Jahre**

#### **Kochtopf räumen – oder: Es reicht, wenn Du da bist, Papa!**

Wenn Kinder krabbeln können und anfangen, sich hinzustellen, sind Küchenschränke gefährdete – oder lohnende – Ziele für sie. Wenn der Papa Essen zubereitet, abwäscht

oder liest, können in aller Ruhe Töpfe und Pfannen ausgeräumt und begutachtet werden. Dazu brauchen die Kinder keine Hilfe. Sie beginnen für sich, die Welt zu ordnen und sie begreifbar zu machen, und es reicht ihnen die Gewissheit, dass Papa im Raum ist. Als Vater können Sie in so einer Situation ihren Blick dafür schärfen, mit welcher Konzentration Ihr Kind lernt – Sie brauchen nur aufmerksam zuzuschauen. Lassen Sie sich von Ihrer Eingebung treiben, wann Sie selber mitspielen wollen – vielleicht werden Sie aber auch dazu aufgefordert.

**Nützliche Hinweise:**

- Sortieren Sie das von Ihrer Oma geerbte Geschirr in einen höher gelegenen Schrank – wenn Ihnen etwas daran gelegen ist.
- Schubladen- oder Türsicherungen, die eigentlich dafür gedacht ist, das Öffnen selbiger zu verhindern, lassen sich manchmal durch „verkehrte“ Montage umfunktionieren – zu einer Sicherung, die das Zuschlagen verhindert und damit die Finger Ihres Kindes beim Erforschen des Schrankinhaltes schützt.



Foto: Axel Hengst

*Beim Ausräumen von Töpfen und Pfannen brauchen die Kinder keine Hilfe.*



**Bestes Alter: 0 bis 2 Jahre**

## Weckersuchen

Das Kind macht die Augen zu. Der Vater versteckt jetzt einen tickenden Wecker oder eine summende Eieruhr im Raum und stellt eine Zeit von etwa drei Minuten ein. Dann wird es klingeln. Jetzt kann das Kind die Augen öffnen, sich ganz auf das Ticken konzentrieren und die Uhr nach Gehör finden – möglichst bevor es klingelt! Dann ist natürlich viel Lob fällig. Und als nächstes muss Papa suchen ...

**Bestes Alter: 0 bis 2 Jahre**

## Fingerspiele

Schon wenige Monate nach der Geburt finden Kinder Gefallen an kurzen, sich wiederholenden Spielsequenzen mit direktem Kontakt. Fingerspiele, die es in unzähligen Varianten gibt, kennen Sie vielleicht noch aus der eigenen Kindheit. Große Innovationen haben sich in diesem Bereich nicht ergeben. Deswegen seien hier beispielhaft zwei Fingerspiele aufgeführt – in Kontakt mit anderen Vätern und Müttern oder unter zu Hilfenahme von Literatur (Beispiele am Ende des Kapitels) wird sich Ihr Repertoire schnell erweitern:

### Kleine Schnecke

*Kleine Schnecke, kleine Schnecke,  
Krabbelt rauf, krabbelt rauf,*

bis hierhin krabbelt eine Vaterhand einen Arm des Kindes bis auf den Kopf hinauf, ab

jetzt krabbelt sie den anderen Arm hinunter

*... krabbelt wieder runter,  
krabbelt wieder runter,  
kitzelt dann den Bauch,  
kitzelt dann den Bauch*

was jetzt geschieht, dürfte klar sein.

### Oben auf dem Berge

Mit den Fingern zeigen:

*Eins, zwei, drei,  
dort oben auf dem Berge,  
eins zwei drei,  
da tanzen viele Zwerge ...*

Zipfelmütze mit den Händen andeuten und mit dem Kopf wackeln; das Spiel geht natürlich auch im Stehen

*Eins, zwei, drei,  
dort unten auf der Wiese,  
eins, zwei, drei,  
da schläft ein großer Riese!*

Die Größe des Riesen mit großen Armbewegungen andeuten und dann den Kopf auf die Hände legen und „schlafen“.

### Tipp

## Daddy's rocking

**EINE KINDERLIEDVARIANTE, DIE BESONDERS VÄTERN GEFÄLLT (UND DANN AUCH WIEDER DEN KINDERN, DENN DAS GANZE MACHT DANN ENORMEN SPASS) SIND „ALLE MEINE ENTCHEN“ ZU DER MELODIE VON „WE WILL ROCK YOU“ – MIT DEM REFRAIN „A-LLE (WE WILL), MEI-NE (WE WILL) ENTCHEN (ROCK YOU) – ENT-CHEN (ROCK YOU)“ PROBIEREN SIE DIESE HERRLICHE KOMBINATION EINMAL AUS!**



Foto: Axel Hengst

*Kann passieren, ist aber selten: Meistens kommen erfundene Geschichten gut an.*

### Bestes Alter: 3 bis 8 Jahre

## Geschichten erfinden

„Beim Zuhören hatten meine Kinder oft am meisten Spaß, wenn ich ihnen selbst erfundene Geschichten erzählt habe.“

*Axel Hengst*

Bei manchem Vater läuten jetzt vielleicht die „kreativen Alarmglocken“. Aber mit einigen kleinen Hinweisen auf mögliche Zutaten ist die Sache kinder- und vaterleicht.

Sie brauchen

- etwas Mut, nicht zu wissen, wo es hingeht. Das Ziel ist meistens weniger wichtig als die Neugier, was als nächstes geschieht.
- Fehlerfreundlichkeit. Bei Fortsetzungsgeschichten haben Kinder zum Beispiel ein höllisches Gespür für logische Fehler. Nehmen Sie solche Hinweise dankend entgegen – Sie können dann eine gemeinsame Zufriedenheit erleben, und Ihr Kind fühlt sich auf diese Weise äußerst ernst genommen.
- die Bereitschaft, sachdienliche Hinweise und Ideen Ihres Kindes (oder der versammelten Geburtstagsgesellschaft) zur Weiterführung der Geschichte dankbar aufzunehmen. Das kann auch helfen, wenn Sie mal nicht mehr weiter wissen.
- vielleicht einige zufällig (oder gezielt) ausgewählte Gegenstände, die spontan einbezogen werden und die Story in eine unerwartete Richtung lenken können.
- vielleicht einige wenige, markante HauptdarstellerInnen, die in immer neue Abenteuer geraten können.

### Eine erste Anregung

*Das Hüpdiaглу (ein Teelöffel) wohnte einst in einer riesigen Höhle. An den Decken hingen die Morkel, die so aussahen wie Wäscheklammern. Das Morkel Mirk (eine Wäscheklammer) war der beste Freund vom Hüpdiaглу. Gemeinsam gingen sie am liebsten im nahe gelegenen Schokoladensee baden. Wenn sie dann vom Baden kamen, mussten sie als erstes ...*

Bestes Alter: 3 bis 8 Jahre

## Der Bechergeist

Bastelbücher voller kleiner Ideen, die nicht viel Zeit und Vorbereitung kosten, gibt es in allen Filialen der Stadtbibliothek Hannover. Schauen Sie sich doch einmal um! Für folgende Idee sind vielleicht Extra-Besorgungen nötig, aber sie hat eine tolle Wirkung.

Sie brauchen:

- Einen Plastikbecher, nicht zu klein (etwa 0,4 Liter) und möglichst stabil
- Einen Knicktrinkhalm (es geht auch ein einfacher)
- Einen Plastikhandschuh (z. B. aus dem abgelaufenen Verbandskasten)
- Eine Kerze
- Eine Schere oder einen großen Nagel
- Wasserfeste Stifte

Und so geht's:

In das untere Drittel des Bechers wird mit der Scherenspitze oder dem großen Nagel ein Loch eingebrannt, in das der Trinkhalm genau hineinpasst. Mit dem kurzen Knick außen wird der Halm ein kleines Stück hineingeschoben. Der Plastikhandschuh wird

Foto: Axel Heigst



*Hier ist der Bechergeist schon in Aktion getreten.*

über den Rand des Bechers gestülpt – und eigentlich sind wir schon fertig! Wenn nun Luft in den Becher geblasen wird, erscheint oben der Bechergeist – wird die Luft herausgesogen, verschwindet er auf mysteriöse Weise wieder im Becher.

Jetzt kann der Becher angemalt und der Bechergeist seine Punk-Frisur offenbaren.

### Tipp

**ACHTEN SIE DOCH EINMAL DARAUF, WIE IHRE ARBEITSAUFTEILUNG IST: FÜHREN SIE DIE MEISTEN HANDGRIFFE SELBER DURCH? WIE IST ES MIT IHRER GEDULD BESTELLT, WENN IHR KIND ANDERS ARBEITET ALS SIE? WIE UND WANN BITTET IHR KIND SIE UM UNTERSTÜTZUNG? WOLLEN SIE IHREM KIND VIELES ERKLÄREN? MIT WELCHEN ARBEITSFORMEN SIND SIE UND IHR KIND ZUFRIEDEN?**



Foto: Axel Hengst

„Tsching, tschang, tschong“ – Papier wickelt Stein ein.

**Bestes Alter: 3 bis 8 Jahre**

## Raten, raten, raten ...

Eine der beliebtesten spontanen Spiele ist das Raten irgendwelcher Dinge – und auch dabei sind der Fantasie und der Gelegenheit keine Grenzen gesetzt:

- Ich sehe was, was Du nicht siehst – der Klassiker
- Wörter raten: Eine/r denkt sich ein Wort aus, der oder die Andere muss durch Fragen herausfinden, was gemeint ist. Diese Variante ist ohne weiteres thematisch eingrenzbar (Automarken, Pflanzen, Was macht Angst ...). Als Anregungen können auch Fotos dienen.
- Ich bin ... ein Tier / von Beruf / ein Promi / ein Gegenstand – rate welcher! Einschränkungen in der Darstellung machen das Ganze lebhafter (nur Pantomime, nur Geräusche ...).

**Bestes Alter: 3 bis 8 Jahre**

## Blind bauen

Kind und Vater sitzen zusammen vor einem Haufen Bauklötze. Dem Kind werden die Augen verbunden. Jetzt soll es einen hohen Turm bauen. Da hilft es nur, sich völlig auf das Gefühl in den Händen zu verlassen. Der Vater muss die Bauklötze anreichen. Wenn der Turm umfällt, ist er an der Reihe. Schafft er es einen höheren Turm zu bauen?

**Bestes Alter: ab 9 Jahren**

## Bronco

Kennen Sie noch Bronco Lane, den Westernhelden aus den Siebzigern, der, lässig die Füße auf dem Schreibtisch, quer durch das Zimmer Spielkarten in seinen Hut warf? – Diese Erinnerung (älterer Väter) mag ein Anlass sein, um Ziele in der eigenen Wohnung ausfindig zu machen und gegenseitig damit zu trainieren. Je nach Materialauswahl sollte die Zeit berücksichtigt werden, die anschließend für das Aufräumen benötigt wird.



**Bestes Alter: 9 Jahre (und jünger)**

## Experimente

Haben Sie das mal erlebt? Jemand legt vor Ihren Augen einen Bierdeckel auf ein mit Wasser gefülltes Glas, dreht das Glas mit Bierdeckel darauf um, lässt den Bierdeckel los – und das Wasser rauscht nicht aus dem Glas? Wenn ja, waren Sie bestimmt verblüfft. Und vielleicht haben Sie als Vater schon erlebt, welche Überraschung ähnliche Phänomene bei Kindern hervorrufen können. Oft aber können Experimente auch zu neuen Erkenntnissen führen. - Probieren Sie das doch einmal gemeinsam aus!

Was vermuten Sie zum Beispiel als Ergebnis des folgenden Experiments?

Nimm einen Streifen weißes Löschpapier, der in ein Marmeladenglas passt. Mach etwa einen Zentimeter vom Papierrand entfernt drei etwas auseinander liegende Punkte mit einem wasserlöslichen, schwarzen Filzstift. Nun brauchst Du ein Glas Wasser. Tauche den Streifen Löschpapier dann bis zu der Linie ins Wasser, so dass die Punktlinie das Wasser nicht berührt. Befestige den Streifen in dieser Position (zum Beispiel mit einer Büroklammer am Glasrand) und warte. Beobachte, was geschieht, wenn sich das Löschpapier mit Wasser vollsaugt.



*Ohne Karte kein Eintritt, das ist klar.  
Und Popcorn gehört natürlich dazu.*

**Bestes Alter: 9 Jahre (und jünger)**

## Heimkino

Wenn es draußen ungemütlich ist, ist das ideal für einen „Kino“-Abend zuhause. Dazu brauchen Sie einen Videorekorder oder CD-Player. Und einen Film, der Ihre Kinder und auch Sie interessiert – wie zum Beispiel Harry Potter, Tierfilme, Dick- und Doof-Filme oder Ähnliches.

Sie brauchen aber auch Popcornmais! Das Popcorn können Sie gemeinsam zubereiten – in einem Topf mit Deckel und etwas Butter, außerdem kann aus einem Schuhkarton ein Bauchladen für den Popcornverkauf gebastelt werden. Es kann sehr lustig werden, wenn man den Deckel hebt und das Popcorn durch die Küche springt. Wenn es ein bisschen abgekühlt ist, kommt es in Papiertüten (z. B. aus zusammengerollten Zeitungsseiten).

Natürlich werden auch Einladungen, Plakate und Eintrittskarten vorbereitet und im Dunkeln mit Taschenlampen die Plätze angewiesen. Vor dem Film gibt es noch etwas „Werbung“: Jeder spielt pantomimisch ein oder zwei Werbespots vor, die anderen machen „Reklame raten“. Und nach dem Abspann des Films? Bleiben Sie noch gemütlich etwas sitzen und sprechen mit dem Kind darüber, was ihm und Ihnen am Film gefallen hat und was nicht.

## Literatur für noch mehr Spiel-Ideen

BARTL, ALMUTH: 88 Fünfminutenspiele für draußen – Für Kinder ab 5 Jahren; Falken-Verlag, Niedernhausen / Ts., 1995

BARTL, ALMUTH UND NITSCH, CORNELIA: Schlecht-Wetter-Tage ... mal ohne Stress – Beschäftigungsideen für drinnen und draußen, Christophorus-Verlag, Freiburg i. Br., 2006

BAUM, HEIKE: Papa, spiel mit mir! 1000 tolle Ideen und Tipps; Urania-Verlag Berlin, 2002

BLIESENER, KLAUS: Meine ersten Kinderlieder, Ravensburger-Verlag, Ravensburg, 1996

BRUCKER, BERND: Fingerspiele – Klassiker und neue Ideen für Baby und Kleinkinder, Heyne-Verlag, München, 2004

DIE WASSER-WERKSTATT – SPANNENDE EXPERIMENTE RUND UM EIS UND WASSER. Band 3 der Reihe „Schau, so geht das!“, Velber-Verlag, Freiburg i. Br., 2004



DÜRR, GISELA UND STIEFENHOFER, MARTIN: Abzählreime und Hüpfspiele, Weltbild-Verlag, Augsburg, 1998

„PETER LUSTIG'S FORSCHERTIPPS“: Erde und Wasser – spannende Experimente zum Ausprobieren, Tandem-Verlag, Königswinter, 2003

MOOSBAUER, PETER: Papa, lass uns ein Nilpferd fangen! – Spannende und abenteuerliche Beschäftigungsideen für Väter und Kinder ab 5 Jahren; Mosaik 2001

SCHABERT, GERLIND: Ein tolles Wochenende mit Papa – Spaßprogramme für Vater und Kind, Urania-Verlag Berlin, 2003

MINISTERIUM FÜR ARBEIT, GESUNDHEIT UND SOZIALES DES LANDES NORDRHEIN-WESTFALEN (HRSG): Spiel mit mir! – Düsseldorf, 2007

### Tipp

HIER FINDEN SIE KINDERLIEDER MIT TEXT UND MELODIE IM INTERNET: [WWW.INGEB.ORG/KINDERLI.HTML](http://WWW.INGEB.ORG/KINDERLI.HTML)



## Papa mobil

### Ausflugsziele in und um Hannover, Eintritt frei

Ein Ausflug durch oder in die Natur ist immer ein Erlebnis, das zusammenschweißt. Super, wenn es dazu noch ein Ziel gibt, das entdeckt werden muss. Ein Tipp: Ganz toll kann es werden, wenn Kinder und Vater dazu noch ein kleines Picknick vorbereiten und an einem schönen Ort genießen. Von so einem Ausflug kann man sich später noch lange gegenseitig erzählen – und denen etwas vorschwärmen, die nicht mitgekommen sind.

**Bestes Alter: ab 4 Jahre**

#### Drachensteigen auf dem Kronsberg

Wenn der Wind in Hannover etwas pustet, ist auf dem Kronsberg schon fast Sturm. Auf Feld und Wiese am Berg hinter der Häusersiedlung lassen deswegen Groß und Klein von Frühjahr bis Herbst ihren Drachen steigen. Wer selbst (noch) keinen dabei hat, kann über Formen, Farben, Geräusche, Sturzflüge und Pirouetten staunen. Es ist gut, eine winddichte oder warme Jacke dabeizuhaben. Im Herbst (meist im September) findet hier ein großes Drachenfest statt. Dann fliegen sogar illuminierte Drachen durch die Nacht!



Der Stadtteil Kronsberg ist mit dem Fahrrad oder der Üstra-Stadtbahnlinie 6 (Haltestelle Feldbuschwende) zu erreichen. Wer die Drachen finden will, muss Richtung Berg laufen und dann in die Luft gucken.

**Bestes Alter: 6 bis 11 Jahre**

## Freiluftschule Burg

Schulbiologiezentrum – ein Ding, das so heißt, muss schon toll sein, um bei Kindern gut anzukommen. Und es kommt an: Von April bis September kommen sonntags bis zu 400 Kinder und Erwachsene auf das Gelände im Stadtteil Burg. Dann ernten GärtnerInnen, Studierende, HobbybotanikerInnen oder ehemalige LehrerInnen mit ihnen Gemüse, buddeln an den Teichen oder verfeinern einen Salat aus Löwenzahn mit Kräutern aus dem Beet.

Es gibt Blumen- und Gemüsebeete, Obstbäume, Gewächshäuser, Weiher, Bienenhaus, Laubwald und eine Wiese. Pflanzen, Tiere, Gewässer und Boden können naturwissenschaftlich untersucht werden. Auch ein tropisches Unterrichtsgewächshaus gehört dazu; eine Art Regenwald unter Glas. Im Schulgarten Burg werden auch Tiere gehalten – vom Süßwasserpolypen bis zur Würgeschlange.

Vinnhorster Weg 2  
30419 Hannover

Telefon 0511 | 168 | 47665/-7

E-Mail schulbiologiezentrum@hannover-stadt.de  
geöffnet sonntags ab 10.30 Uhr  
(außer in den Schulferien)

### Tipp

## Mit der Üstra in den großen Wald

**DIE S-BAHN LINIEN 1 UND 2 FAHREN VOM HAUPTBAHNHOF HANNOVER NACH EGESTORF AM DEISTER. DORT KÖNNEN SIE VOM BAHNHOF DIREKT IN DEN WALD GEHEN. ES GIBT EINEN BACH, AN DEM SICH SPIELEN LÄSST. SIE KÖNNEN VON HIER AUS AUCH DAS KINDERFREUNDLICHE WALDLOKAL „BÄRENHÖHLE“ MIT SEINEM SPIELPLATZ BESUCHEN. UND VON DER „BÄRENHÖHLE“ AUS KÖNNEN SIE MIT ÄLTEREN KINDERN DEN DEISTER ERKLIMMEN – HOCH BIS ZUM NORDMANNSTURM. ÜBERHAUPT IST DER DEISTER EIN SCHÖNES AUSFLUGSZIEL FÜR VÄTER MIT IHREN KINDERN. BESSER ALS FREIZEITPARKS, WO DIE KONSUMFALLE LOCKT UND DAS OBLIGATORISCHE EIS WICHTIGER WERDEN KANN ALS DAS GEMEINSAME ERLEBNIS.**



Foto: Wasserschifffahrtsamt Braunschweig

*In der Schleuse in Anderten steigen Schiffe fast 15 Meter hinauf – oder hinunter.*

**Bestes Alter: ab 6 Jahre**

## Schiffe in der Schleuse

Ein imposantes Ausflugsziel (zum Beispiel einer Fahrradtour) ist die Hindenburg-Schleuse am Mittellandkanal in Hannover-Anderten. Sie trägt diesen Namen, weil sie Reichspräsident Hindenburg 1928 eingeweiht hat. Was Ihre Kinder vielleicht auch noch interessiert: Die Anderter Schulkinder hatten damals extra frei bekommen und standen Spalier, alle Mädchen hatten weiße Kleider an. Viele Jahrzehnte lang war diese Binnenschleuse die größte in ganz Europa. Jährlich steigen bis zu 20.000 Schiffe in den beiden 225 Meter langen Schleusenkammern fast 15 Meter hinauf oder hinab. Das dauert jeweils etwa 20 Minuten. Leider können, außer am Tag der offenen Tür, nur Schleusenbedienstete vom Betriebsgelände aus direkt in die Kammern sehen. Sie steuern das Füllen und Leeren der Becken von den schicken roten Ventilhäuschen aus, die in vier Reihen zu je fünf Häusern auf dem Schleusengelände stehen. Hier wird rund um die Uhr gearbeitet.

Ausflügler können oben auf der Straße „An der Schleuse“ stehen und die Schiffe unter sich ein- oder ausfahren sehen oder sich das Ganze von unten am Ufer aus ansehen. Der Platz ist ideal für eine kleine Picknick-Pause. Da die Schiffe hier oft warten müssen, sind sie und ihre Ladung, manchmal auch die Besatzung bei der Arbeit in aller Ruhe zu betrachten.

Gut zu erreichen ist die Schleuse auch mit der S-Bahn Linie 3 vom Hauptbahnhof Hannover bis zum Bahnhof Hannover Anderten/Misburg. Von dort sind es etwa 15 Minuten Fußweg am Ufer des Mittellandkanals entlang.

Jedes Alter

## Tiergarten Hannover

Der Tiergarten war einst das umzäunte Jagdrevier von Herzog Johann Friedrich. Jetzt ist es ein Ausflugsziel im Osten von Hannover, das von der Ruhe, der Wahrnehmung und der Beobachtung der Natur lebt. Wildschweine und Wildpferde leben hier in Gehegen. Mit etwas Glück und viel Geduld sind auch Rehe und Hirsche zu sehen: etwa 200 Damwild-Tiere laufen frei herum. Im Herbst kann man Eicheln und Kastanien sammeln. Im Oktober wird dann das große Tiergartenfest gefeiert. Kinder, die Eicheln und Kastanien für die Tiere abgegeben haben, bekommen ein Geschenk.

	Tiergartenstr. 149 30559 Hannover-Kirchrode
Telefon	0511   52 66 53
geöffnet	täglich von 8.00 Uhr bis es dunkel wird

Foto: Axel Heigst



*Im Tiergarten kann man „wilde“ Tiere ganz aus der Nähe ansehen.*

Jedes Alter

## Waldstation Eilenriede

Im Stadtteil Kleefeld am Rande des Stadtwalds Eilenriede befindet sich die Waldstation. Unter freiem Himmel gibt es an 20 Stationen Spannendes über Pflanzen, Tiere und Boden zu erfahren. Anfassen, mitmachen und experimentieren ist hier ausdrücklich erwünscht. Das Angebot richtet sich besonders an Kinder, aber auch an alle anderen Menschen. Das Herzstück der Waldstation ist eine überdachte Werkstatt. Hier können Kinder Nistkästen oder Futterhäuschen aus Holz bauen, aus Federn, Zapfen und Ästen bunte Waldmobile bauen oder ihre Kescherbeute aus dem Teich genauer unter die Lupe nehmen.

	Kleestraße 81 30625 Hannover
Telefon	0511   533 11 81
geöffnet	Di – Do 10-15 Uhr Anfang März bis Ende Oktober auch: Sonn- und feiertags 10-18 Uhr



## Kinderleicht: Babymassage und Babyschwimmen Angebote für Väter und Kinder

Ein Baby erlebt sich und die Welt zunächst über Berührung. Studien haben gezeigt, dass eine kundige Massage sich auf die gesamte Entwicklung des Kindes positiv auswirkt. Und Fachleute der Henriettenstiftung meinen: „Babymassage ist Kommunikation und Interaktion zu den Bedingungen des Kindes.“ Babymassage bietet Vätern früh die Möglichkeit, sich bewusst Zeit für ihr Kind zu nehmen. Der innige Kontakt stärkt die Bindung zwischen beiden.

Väter, die eine intensive und zärtliche Beziehung zu ihren Babys aufbauen möchten, können in Hannover mit ihrem ein bis vier Monate alten Säugling an Babymassage-Kursen teilnehmen. Aber auch Wasserge-

wöhnungs- und Babyschwimmkurse sind dafür wunderbar. Wir nennen Ihnen hier einige Angebote.

### Babymassage – speziell für Väter

Ev. Familienbildungsstätte  
Archivstraße 3  
30169 Hannover

Telefon 0511 | 12 42 -542

Internet [www.fabi-hannover.de](http://www.fabi-hannover.de)

E-Mail [fabi.hannover@kirchliche-dienste.de](mailto:fabi.hannover@kirchliche-dienste.de)

Die Väter-Kurse finden am Freitagnachmittag statt. Ein Kurs umfasst vier mal eine Stunde und kostet 22 Euro (Stand 2007). Es nehmen maximal sechs Väter teil.

## Babymassage und Wassergewöhnung für Babys

Kath. Familienbildungsstätte  
Goethestraße 31  
30169 Hannover

Telefon 0511 | 164 05 70  
Internet [www.kath-fabi-hannover.de](http://www.kath-fabi-hannover.de)  
E-Mail [bildung@kath-fabi-hannover.de](mailto:bildung@kath-fabi-hannover.de)

Ansprechpartnerin: Anne Korte-Polier  
Babymassage speziell für Väter wurde hier bereits angeboten, ist aber noch kein fester Bestandteil des Programms. Aus den gemischten Kursen heraus (z. B. zur Wassergewöhnung) verabreden sich Väter aber auch zu „reinen“ Vater-Kind-Terminen z. B. am Samstagvormittag.

## Babyschwimmen

AWO Region Hannover e.V.  
Deisterstraße 85a  
30449 Hannover

Telefon 0511 | 2 19 78 -390  
E-Mail [fabi@awo-hannover.de](mailto:fabi@awo-hannover.de)  
Ansprechpartnerin: Anja Fabig

Hier gibt es Babyschwimmen in gemischten Kursen. Väter sind aber darin keine Einzel-exemplare!

## Babyschwimmen

Nord-Ost Bad  
Podbielskistraße 301  
30655 Hannover

Telefon 0511 | 168 | 48 300  
Internet [www.nord-ost-bad.de](http://www.nord-ost-bad.de)

Ansprechpartner: Rüdiger Steding  
Dienstags vormittags gibt es hier nach Alter gestaffelte, fortlaufende Schwimmkurse für Babys ab 3 Monate. Geleitet werden sie von

dem „gemischten Team“ Rüdiger Steding und Barbara Krauthahn. Stationen sind das 32 Grad warme Lagunenbecken, das 30 Grad warme Nichtschwimmerbecken und der Whirlpool, der am Schluss besonders die Eltern entspannt. Ein Kurs mit 10 Stunden kostet 30 Euro.

Foto: Holger Brüggemann



32 Grad Wassertemperatur, das macht sogar im Winter Laune.

## Babyschwimmen

Vahrenwalder Bad  
Vahrenwalderstraße 100  
30165 Hannover

Telefon 05 11 | 168 | 44629  
Termin Mittwoch 9.00 - 11.00 Uhr  
Kosten Eintritt plus 3,60 € für die erwachsene Person. Günstiger wird es mit einer Kurskarte.

Hier brauchen Sie sich und ihr Baby nicht anzumelden, Sie können einfach mitmachen. Zu Urlaubszeiten tun das schon viele Väter. Im Vahrenwalder Bad leiten oft männliche Schwimmmeister das Babyschwimmen, da ihre Kolleginnen in der Spätschicht während der reinen Frauen-Schwimmzeiten im Dienst sind.



*Im „Nirgendwo“  
von dem Künstler  
Wolfgang Laib  
ist es etwas  
unheimlich. Und  
es riecht nach  
Bienenwachs.*

## „Sachenstauner“ und „Ausprobierer“ Zusammen im Museum

Museen sind für Kinder besonders spannend, wenn dort etwas passiert oder wenn sie selbst etwas ausprobieren können. Und viele Kinder lieben es, wenn Papa mit ihnen zusammen durch die Ausstellung streift. Wie gut, dass Hannovers Museen auch für Erwachsene so interessant sind.

Auch bei den folgenden Tipps beschränken wir uns wieder auf einige Beispiele. Eine vollständige Liste aller Museen in Hannover und der Region samt Adresse und Öffnungszeiten finden Sie im Internet unter: [www.hannover.de/de/kultur\\_freizeit/museen/index.html](http://www.hannover.de/de/kultur_freizeit/museen/index.html).

### Mit Anton im Sprengel Museum

#### Der Museumsdirektor auf Entdeckungstour mit seinem Sohn

Was tun Vater und Sohn im Sprengel Museum Hannover? Reisen in die moderne Kunst machen Spaß, etwa Reisen in die vielen Räume, die es nur hier gibt - zum Beispiel den „Merzbau“ von Kurt Schwitters, den Nachbau des Ateliers unseres berühmten hannoverschen Künstlers. Eine begehbare Skulptur ist das, ein Mittelding aus Geisterbahn und Kirchenraum, aus Kapelle und elektrischer Eisenbahnlandschaft. Man kann Stufen hinaufsteigen, hinter Pfeilern verschwinden, den Wechsel der Tageszeiten er-

leben, und man kann gemeinsam begreifen, welchen Spaß Vater und Sohn Schwitters in den 1920er Jahren beim Aufbau dieses Raumes gehabt haben müssen.

Von da aus geht es dann mit Anton, meinem siebenjährigen Sohn, in das „Kabinett der Abstrakten“, dem ersten Raum, den es in einem Museum international für die Präsentation der modernen Kunst gegeben hat. Da hängen lauter abstrakte Bilder an den Wänden, und die Wände bestehen aus Lamellen, so dass man, je nachdem wo man steht, den Raum in ganz unterschiedlichen Farben sehen kann: weiß, grau, schwarz. Wenn einem ein Bild nicht mehr gefällt, schiebt man einfach ein schwarzes Quadrat darüber und sieht dann eben ein anderes; man kann Erklärungen lesen, auf einer großen Drehvitrine mit Schriften, die erzählen, wo überall im täglichen Leben die abstrakte Kunst vorkommt.

### Geheimnisvolle, dunkle Räume

Dann laufen wir die Treppe herauf, in die Obere Sammlung; hier gibt es zwei geheimnisvolle Entdeckungsmöglichkeiten. Das eine ist Wolfgang Laibs Installation „Nirgendwo“, ein ganz dunkler Raum, kaum erleuchtet, in dem wir unter großen Granitplatten im Dunkeln stehen und riechen: Bienenwachs, aus dem die Schiffe und Treppen oben auf den Steinen gefertigt sind. Ein ganz geheimnisvoller Raum, in dem uns manchmal etwas unheimlich wird. Und schließlich eines der Highlights im Sprengel Museum Hannover für Vater und Sohn, die Erlebnisräume von James Turrell: Ein dunkler Raum, den zu betreten schon einigen Mut erfordert, und dann ein Bild an der Wand, das eigenartig schwebt und im künstlichen Licht wie in

Foto: Sprengel Museum



*Ein Mittelding aus Geisterbahn und Kirchenraum – Der Merzbau von Kurt Schwitters im Sprengel Museum.*

einer Weltraumsaga uns eine tiefe Ferne, einen Blick in einen farbigen Weltraum vorspielt. Und wem das noch nicht reicht, der kann in der „Arabischen Telefonzelle“ von James Turrell noch ganz andere Reisen mit flackerndem Stroboskoplicht in immaterielle Licht-Welten vornehmen.

Wenn dann langsam das Sehen und Reden erschöpft hat, enden wir immer wieder in der „Kinderabteilung“ des Museums, wo große Polsterwürfel auf uns warten, mit denen man wunderbar Häuser und Burgen bauen kann, Höhlen und große Wände zur Abwehr von feindlichen Angriffen. Museum ist für uns beide ein Ort, an dem wir uns über das Reden beim Gucken näher kommen. Ein Ort, wo Väter und Kinder voneinander lernen können.

*Dr. Ulrich Krempel, Leiter  
des Sprengel Museums*

	Sprengel Museum Kurt-Schwitters-Platz 1 30169 Hannover
Telefon geöffnet	0511   168   43875 Di 10 - 20 Uhr Mi bis So 10 - 18 Uhr
Eintritt	Erwachsene 7 €, ermäßigt 4 € Freier Eintritt für Kinder bis 12 Jahren, Schüler ab 13 Jahre 4 €

# Historisches Museum Hannover

„ES HEISST JA, GESCHICHTSMUSEEN WIE UNSERES IN DER ALTSTADT, HÄTTE AM EHESTEN DIE CHANCE, MÄNNLICHE BESUCHER ANZUSPRECHEN. WIE DEM AUCH SEI – GANZ SO PAUSCHAL IST DIESE FESTSTELLUNG SICHER NICHT ZU TREFFEN – TATSÄCHLICH ERFREUT SICH AUCH DAS HISTORISCHE MUSEUM HANNOVER EINES GUTEN ZUSPRUCHS GERADE VON VÄTERN. VIELLEICHT SORGEN DAFÜR DIE SEHR PLASTISCHEN MUSEUMSSTÜCKE. SIE ERZÄHLEN VON DER STADT- UND RECHTSGESCHICHTE DES FRÜHEN HANNOVER, VON DER HERRSCHAFT DER KURFÜRSTEN UND KÖNIGE ZUR ZEIT DER PERSONALUNION MIT ENGLAND UND VON DER NAPOLEONISCHEN ZEIT. VIELLEICHT IST ES AUCH DIE GROSSE ZAHL VON FAHRZEUGEN – VON DEN ERSTEN ZWEIRÄDERN ÜBER DIE KÖNIGLICHEN KUTSCHEN BIS ZU DEN HERRLICHEN AUTOMOBILEN „MADE IN HANNOVER“.“

ZUM ERLEBNISWERT DES HISTORISCHEN MUSEUMS TRAGEN SICHER DIE SONNTAGSAKTIONEN „GESCHICHTE ZUM AUSPROBIEREN“ BEI ODER DIE NEUE SAMSTAGS-REIHE „FAMILIENPACKUNG“. DANN KANN MAN AUCH HINTER DIE KULISSEN DES MUSEUMS SCHAUEN.

UNSER MUSEUM WANDELT SICH STÄNDIG, DESWEGEN GIBT ES HIER IMMER WIEDER ETWAS NEUES ZU ENTDECKEN. WIR MERKEN, DASS AN WOCHENENDEN BEI UNS HOCHKONJUNKTUR HERRSCHT, DANN WENN VÄTER UND KINDER ZEIT FÜR EINANDER HABEN – UND ZEIT FÜR GESCHICHTE(N). ÜBRIGENS: ES MACHT ÜBERHAUPT NICHTS, WENN AUCH MÜTTER DAZU KOMMEN. MEIN TIPP: LASST DAS WOCHENENDE DOCH SCHON FREITAGS BEGINNEN, DANN IST DER EINTRITT FREI!“

*Dr. Thomas Schwark, Leiter des  
Historischen Museums Hannover*

Historisches Museum  
am Hohen Ufer

Eingang Burgstraße  
Pferdestraße 6  
30159 Hannover

Telefon 0511 | 168 | 43052/-42352  
geöffnet Di, Do 10 - 19 Uhr

Eintritt Mi. - So. und feiertags 10 - 17 Uhr  
Erwachsene 5 € / ermäßigt 4 €,  
freitags freier Eintritt für alle

Kinder von 5 bis 12 Jahren: 1 €,  
Kinder und Schüler ab 13 Jahren: 3 €



## Niedersächsisches Landesmuseum Hannover

Zum Niedersächsischen Landesmuseum gehören Abteilungen für Naturkunde, Urgeschichte, Völkerkunde, Kunst und ein Kindermuseum. Die Angebote im Naturkunde-Teil vermitteln spielerisch Wissen über die heimischen Tiere, Pflanzen sowie das Leben der Menschen und Tiere in der Urzeit. Außerdem kann man hier wunderbar Fische, Schlangen, Echsen und Insekten beobachten.

Die Völkerkunde erlaubt gedankliche Reisen in fremde Welten – zum Beispiel nach Nord- und Südamerika, in die Inselwelt Ozeaniens oder nach Afrika. Es gibt ausgestellte Häuser mit Alltagsgegenständen, Musikinstrumenten und mehr zum Ausprobieren. Dies macht einen Besuch auch für kleine Kinder lohnend. Zum Weiterbasteln und -spielen für zu Hause gibt es „ethnologische Arbeitsbögen“, mit denen man zum Beispiel eine Klapperrassel aus Java oder ein afrikanisches Fingerklavier nachbauen kann.

Willy-Brandt-Allee 5  
30169 Hannover  
Telefon 0511 | 980 76 00  
geöffnet Di - So 10 - 17 Uhr, Do. bis 19 Uhr  
Eintritt Erwachsene 4 €, Kinder ab 4 Jahre, Schüler, Auszubildende 3 €  
Familien: 9 €, Kinder bis einschl. 4 Jahre: frei, freitags von 14 bis 17 Uhr ist der Eintritt für alle frei.

## Feuerwehr-Museum

Die Feuerwehr ist für Kinder immer interessant! In diesem 230 qm-kleinen Museum wird die Geschichte der hannoverschen Feuerwehr von 1880 bis 1980 unter anderem anhand von Helmen, Mützen, Uniformen, Feuerlöschern, Atemschutzgeräten, Fahrzeugmodellen und Pumpen gezeigt. Für Kinder von heute ist kaum zu fassen, wie eine mit Pferden zu bespannende Handdruckspritze von 1892 die Stadt vor Feuer schützen sollte.

Feuerwehrstr. 1 (Feuerwache)  
30169 Hannover  
Telefon 0511 | 912 12 81  
geöffnet jeden 2. Sonntag im Monat  
9.30 Uhr – 12 Uhr, außer Juni, Juli und August  
Eintritt frei



Foto: Museum für Energiegeschichte(n)

*Aus dieser komischen Holzkiste kam früher Musik?*

## Museum für Energiegeschichte(n)

Ihre Kinder glauben nicht, dass man mit einer Waschmaschine auch Obst einkochen kann? Dann ist es Zeit für einen Besuch im elektrotechnischen Museum. Viele der dort vorgestellten, ehemals Bahn brechenden Erfindungen wirken heute kurios und komisch. Und sie können sehr merkwürdige Geräusche machen! Man erfährt auch viel über den Alltag der Menschen nach der „Erfindung“ des Stroms und bekommt einen ganz neuen Blick für die Segnungen der modernen Technik.

Humboldtstraße 32  
30169 Hannover

Telefon 0511 | 12 31 16 - 349 41

Internet [www.energiegeschichte.de](http://www.energiegeschichte.de)

geöffnet Dienstag bis Freitag, jeweils  
von 9 bis 16 Uhr

Eintritt frei

### TIPP

## Kalender für „Kinder Kultur“

**HABEN SIE SCHON GEGEHEN, WIE IHR KIND IM THEATER ZWISCHEN VIELEN ANDEREN KINDERN ZUSAMMEN MIT DEN FIGUREN AUF DER BÜHNE LACHT, LEIDET, SINGT ODER GRÜBELT? DAS IST EIN TOLLES ERLEBNIS AUCH FÜR BEGLEITER! UND ANGEBOTE GIBT ES GENUG: DIE STADT HANNOVER STELLT VIERTELJÄHRLICH DIE BROSCHÜRE „KINDER KULTUR“ ZUSAMMEN. DARIN FINDEN SIE DIE AKTUELLEN TERMINE FÜR KINDER AUS DEN MUSEEN, THEATERN, FREIZEITHEIMEN UND BIBLIOTHEKEN IN DER STADT. IM INTERNET IST DIESE BROSCHÜRE UNTER [WWW.NANANET.DE/KINDERKULTUR/](http://WWW.NANANET.DE/KINDERKULTUR/) VERÖFFENTLICHT.**

## Kestner-Museum

Hier gibt es Objekte aus dem Alten Ägypten, Antike, Mittelalter bis hin zu Design-Highlights der Neuzeit und Moderne. Immer sonntags von 15 bis 17 Uhr heißt es: „Mit Kind und Kegel“. Dann können Sie und Ihre Kinder an besonderen Führungen und Workshops für die ganze Familie teilnehmen. Ohne Anmeldung.

	„Mit Kind und Kegel“ Trammplatz 3 30159 Hannover
Telefon	0511   168   4 21 20
Internet	<a href="http://www.kestner-museum.de">www.kestner-museum.de</a>
geöffnet	Di, Do, Fr, So 11 - 18 Uhr, Mi 11 - 20 Uhr
Eintritt	Erwachsene 3,00 €, Kinder 1,50 €

### Ausflugstipp

## Schokoladenmuseum

**HIER KANN MAN NICHT NUR GUCKEN, SONDERN AUCH PROBIEREN! MAN ERFÄHRT VON DER ERNTE DER KAKAOBOHNE, DEM BEGINN DER SCHOKOLADENHERSTELLUNG UND DER SERIENHERSTELLUNG IN DER FABRIK. UND: ES GIBT EINEN SCHOKOVULKAN. DAS MUSEUM IST TEIL DES „SCHOKOLANDES“ DER SCHOKOLADENFIRMA RAUSCH, DAS AUCH EIN SCHOKOKINO HAT UND – FÜR LECKERMÄULER MANCHMAL DAS BESTE – EIN SCHOKOCAFÉ, IN DEM ES TRINKSCHOKOLADE, EIS UND SCHOKOLADE GIBT.**

	Rausch Schokoland Wilhelm-Rausch-Straße 4 31228 Peine-Stederdorf Direkt an der A2, Autobahnausfahrt Peine (Gewerbegebiet Nord)
Telefon geöffnet	05171   99 01 20 Mo - Fr 10 - 18 Uhr, Sa 10 - 16 Uhr, So 12 - 17 Uhr, an Feiertagen geschlossen
Eintritt	frei



## Ein kleiner Urlaub nur mit Papa

### Vater-Kind-Wochenenden

Viele Väter bedauern es, im Alltag zu wenig Zeit für ihre Kinder zu haben. Bei Vater-Kind-Wochenenden können sie zwei oder drei Tage lang mit den eigenen Kindern im Kreis von anderen Vätern und Kindern zusammen sein: in die Natur gehen, Abenteuer erleben, singen, spielen, Feuer machen und einfach Spaß haben.

Am Abend, wenn die Kinder schlafen, haben die Väter Zeit und Gelegenheit, sich von Mann zu Mann austauschen und dadurch

auch Impulse für die eigene Familie, Partnerschaft und Erziehung zu bekommen. Und: Auch Ehefrauen und Mütter freuen sich mal über ein familienfreies Wochenende...

Auf den folgenden Seiten berichtet ein Vater, was er bei einem Vater-Kind-Wochenende erlebt hat. Und unter den vielen Anbietern und Angeboten, die wir Ihnen dann nennen, ist vielleicht auch etwas Verlockendes für Sie und Ihre Kinder dabei?

## Ein Erlebnisbericht

### 18 Kinder, 13 Männer und ein Lagerfeuer

*Guido Wiermann, Hannah (6) und Arne (3) haben bei einem Vater-Kind-Wochenende eindrucksvolle Abenteuer erlebt. Und sie können eine solche Auszeit vom Alltag wärmsten empfehlen.*

Eigentlich wollte ich das schon lange Mal mitmachen. Ein Wochenende nur mit meinen Kindern. Aber Ausreden gab es immer. Erst waren sie zu klein, dann fehlten Gelegenheiten, oder mich überkamen Zweifel, ob ich auch am Wochenende die nötige Kraft und Geduld für die Beiden aufbringen könnte. Ich bin seit sechs Jahren in Elternzeit und meine Frau verdient das Geld. Das Wochenende ist oft Rückzugszeit für mich. Aber als ich im Frühjahr auf den Aushang vom Verein *mannigfaltig* stieß, meldete ich uns an.

Nun gab es kein Zurück mehr, am Freitag packte ich die Sachen für die Kinder und mich. Wie wird das Wetter? Was erwartet uns an Aktivitäten? Wie viele Hosen, Windeln, Socken werden nass? Schnell noch irgendwie die „coolen“ Pullover waschen und trocknen. Bei den Spielsachen und den Kuscheltieren ließ ich mir einfach von Hannah



*„Trotz des Trubels empfand ich eine angenehme Gelassenheit.“*

und Arne helfen. Da ich keinen Anhänger für das Auto habe, musste ich deren Auswahl nur noch auf das Nötigste begrenzen. Danach war ich reif für 'ne Woche Urlaub. Nein, besonders fit war ich wirklich nicht. Aber mindestens so gespannt wie Hannah und Arne.

#### Ein Haus am Wald

Das Haus in Bad Mündler liegt am Ortsausgang direkt am Wald. Ein altes Fachwerkgebäude mit einem riesigen Gartengrundstück, vielen Bäumen und einem Bachlauf. Drinnen angekommen war meine Anspannung sofort verflogen. In der Küche waren bereits einige Männer mit der Vorbereitung für das Abendessen beschäftigt, zahlreiche Kinder liefen in Gruppen durch die Flure oder waren im Garten. Auch kamen immer noch mehr Familien an. Trotz des Trubels empfand ich eine angenehme Gelassenheit aller und war positiv erstaunt. Axel von *mannigfaltig* zeig-



*Lebendige Kickerfiguren beim Vater-Kind-Wochenende*

te uns die noch freien Zimmer, von denen wir uns eines aussuchten. Hannah und Arne packten gleich ihre Rucksäcke aus und ich bezog die Betten. Von da an ließ ich mich einfach treiben ...

Nach dem Abendessen gab es einen Kreis für alle mit Vorstellungsrunde, Spielen zum Kennenlernen und einer Gute-Nacht-Geschichte. Symbolisch standen für jede Familie eine Kerze im Kreis und drei große Kerzen für die drei Tage des Wochenendes. Es war schon spät, aber selbst die Zwei- und Dreijährigen hielten bis zum Ende durch. Als endlich achtzehn Kinder schliefen, trafen sich dreizehn Männer zum Gespräch, zum nochmaligen Kennenlernen, zum Entspannen, Planen des folgenden Tages und Spaß

haben. Ab und zu musste ein auftauchendes Kind wieder zu Bett gebracht werden, aber sonst verbrachten wir den ganzen Abend, wie auch den folgenden, in einer gemeinsamen Runde. Ich hatte das Gefühl, in einer Familie angekommen zu sein.

Die Nacht verlief wunderbar ruhig und endete zu meinem Erstaunen erst gegen sieben Uhr – sonst muss ich früher hoch. Im Haus roch es schon nach Kaffee und frischen Brötchen. Nach dem Frühstück ging es raus. Wir erkundeten das Gelände und sammelten nebenbei Holz für das Lagerfeuer am Abend. Eine Torwand wurde aufgebaut und Ballspiele gaben Gelegenheit, sich wieder ein paar mehr der vielen Namen zu merken.

Gegen Mittag machten wir uns in zwei Gruppen auf den Weg in den Wald. Schnitzeljagd. Die Räuber markierten den Weg. Die Väter mit den kleineren Kindern folgten in der zweiten Gruppe. Es wurde für die Kinder eine spannende Suche, auf deren Weg es auch Aufgaben zu lösen galt. Nachdem die Räuber gefunden waren, stärkten wir uns mit dem Proviant. Wir spielten ein bisschen und machten wir uns auf den Rückweg. Sogar die drei Kleinsten schafften den fast vierstündigen Ausflug- mit kleinen Pausen im Bollerwagen oder auf Papas Armen.

Den ständigen Regenschauern trotzten wir mit einem Abendessen vom Grill. Auch das Lagerfeuer kam irgendwie in Gang. Die kleineren Kinder waren an diesem Abend schon früh im Bett. Alle anderen bereiteten sich Stockbrot am Feuer. Das war für Hannah und viele andere das absolute Highlight. Danach projizierte Lutz ein mitgebrachtes Bilderbuch an die Wand und erzählte die Geschichte von Willi Wiberg, der seinen Papa ganz schön auf Trab hal-

ten kann. Die Kinder waren begeistert und – endlich im Bett – stand an diesem Abend keines mehr auf.

### „Mir wurde bewusst, dass Vatersein einfach eine tolle Sache ist“

Am Sonntag schliefen wir aus, dann wurde ausgiebig gefrühstückt. Es war Abreisetag. Nach Packen und Putzen mussten wir drei leider gegen Mittag weg. Die Pizza für das Mittagessen dampfte da schon im Ofen und die meisten blieben sicher bis ganz zum Schluss, der – wie ich vermute – mit einem Kerzenkreis besiegelt wurde.

Auf der Rückfahrt im Auto waren Hannah, Arne und ich voller Eindrücke. Wir hatten außerhalb des Alltags etwas Schönes zusammen unternommen. Ich hatte Zeit nur für die Zwei, wir hatten andere Papas mit ihren Kindern erlebt, und ich konnte mich in Gesprächen mit den Vätern austauschen, reflektieren. Mir wurde bewusst, dass ich – trotz der unterschiedlichen Lebenssituationen der Familien – einer von ihnen bin, nämlich ein ganz normaler Papa. Und dass

Foto: HVHS Hermannsburg



*Stockbrot am Feuer – das absolute Highlight.*



Foto: Axel Hengst

„Kinderarbeit“ – aber nicht verboten. Die Freizeitbrötchen wollen erst verdient sein.

Vater-Sein einfach eine tolle Sache ist. Im Hausmanns-Alltag vergesse ich das allzu oft. Und den Geldverdiener-Vätern geht es ähnlich. Auch sie haben das Gefühl, den eigenen und den Ansprüchen der Kinder nicht immer gerecht werden zu können. Ich nahm viel von der am Wochenende empfundenen Gelassenheit mit und kann meinen Alltag jetzt mehr genießen. So stellte

sich bei mir sogar so etwas wie ein Kurerfolg ein – eine Vater-Kind-Minikur. Hannah, Arne und ich sind uns einig: Das will wiederholt werden. Bald.

## Tipp

**DER VEREIN MANNIGFALTIG BIETET IN ZUSAMMENARBEIT MIT DEM VAETER-NETZ PRO JAHR ETWA DREI VATER-KIND-WOCHENENDEN AN, DAVON EINES FÜR VÄTER UND IHRE 10 BIS 14JÄHRIGEN KINDER. DIE ANDEREN ANGEBOTE SIND AUF VÄTER UND KINDER AB 4 JAHREN AUSGERICHTET. SIE FINDEN IN WECHSELNDEN HÄUSERN STATT, IN DER REGEL NICHT WEIT VON HANNOVER ENTFERNT UND MIT SELBSTVERSORGUNG. KOSTEN 2007: 85 BIS 110 EURO FÜR VATER UND KIND.**

## Kontakt

mannigfaltig e.V.

Fröbelstraße 20

30451 Hannover

Telefon 05 11 | 4 58 21 62

Internet [www.mannigfaltig.de](http://www.mannigfaltig.de)

[www.vaeter-netz.de](http://www.vaeter-netz.de)

Ansprechpartner: Axel Hengst

E-Mail [hengst@mannigfaltig.de](mailto:hengst@mannigfaltig.de)



## Weitere Angebote

### Vater & Sohn in der freien Natur

Für Väter und deren Söhne im Alter von 6 bis 16 Jahren. Mit Programm in der freien Natur, Lagerfeuer und gemeinsamer Essenszubereitung. Außerdem kleinere und größere Abenteuer im Wald und etwas Pädagogik und Selbsterfahrung: Aber im Vordergrund steht der Spaß. (Kosten 2007: 25,00 €, pro Person)

#### Kontakt

Region Hannover, Team  
Jugendarbeit  
Am Jugendheim 7  
30900 Wedemark

Telefon 05130 | 3 76 63-32  
Internet [www.team-jugendarbeit.de](http://www.team-jugendarbeit.de)

Ansprechperson: Rainer Henschke  
E-Mail [rainer.henschke@region-hannover.de](mailto:rainer.henschke@region-hannover.de)

### „Mit Papa on Tour“ in der Lüneburger Heide

Seit zehn Jahren bietet die evangelische Heimvolkshochschule Hermannsburg nahe Bergen unter diesem Motto Wochenenden für Väter mit ihren Kindern von 3 bis 12 Jahren an. Neben Angeboten, wie den im Erlebnisbericht beschriebenen, gibt es die nachfolgend beschriebenen „speziellen“.

Foto: HVHS Hermannsburg



### Paddelwochenende für Väter mit Kindern ab 6 Jahren

„Mit Papa unterwegs auf der Örtze“ ist ein Kanu- und Zeltwochenende. Hier gilt es, die Gefahren des „reißenden Flusses“ als starkes Team zu bestehen, den ganzen Tag unter freiem Himmel zu verbringen und unter funkelnden Sternen im Zelt zu übernachten.

### Event-Wochenende mit über 100 Teilnehmenden für Väter mit Kindern von 3 bis 12 Jahren

Alle zwei Jahre findet in Kooperation mit der Männerarbeit der Landeskirche Hannover ein großes Vater-Kind-Wochenende mit Festivalcharakter in der Heimvolkshochschule Hermannsburg statt. Etwa 120 Väter und Kinder können unter einem bestimmten Motto an Workshops, Spielaktionen und Gesprächen teilnehmen. So stand das Seminar 2006 passend zur Fußballweltmeisterschaft

Foto: HVHS Hermannsburg





Foto: Axel Hengst

unter dem Titel „Der Ball ist rund und fair“. Alles drehte sich um den Ball und andere runde und faire Sachen. Es ist etwas Besonderes, in einer so großen Gemeinschaft zu spielen, zu singen, zu essen und zu feiern.

### Teenager-Wochenende für Väter und Töchter und Söhne zwischen 13 und 17 Jahren

Ungestört von Alltag und Terminen soll bei „Time out“ Zeit füreinander und für das Gespräch sein: über Erlebnisse im Alltag, Meinungen und Überzeugungen, Drogen und Alkohol, Liebe und Sexualität, über das Erwachsenwerden, über das Verhältnis und den Umgang miteinander, über Fragen des Lebens und des Glaubens. Ausflüge, Feiern, kreatives Gestalten, Spiele und Abenteuer stehen auch auf dem Programm. Ein solches Wochenende kann helfen, Altes aufzuräumen und Beziehungen neu zu gestalten – und dafür ist es bei Vätern und Kindern nie zu spät!

#### Kontakt

Nds. Luth. Heimvolkshochschule  
Lutterweg 16  
29320 Hermannsburg

Internet [www.bildung-voller-leben.de](http://www.bildung-voller-leben.de)

Ansprechpartner: Stephan Haase

Telefon 0 50 52 / 98 99- 13

E-Mail [s.haase@bildung-voller-leben.de](mailto:s.haase@bildung-voller-leben.de)

## (Groß-)Vater und Kind in Ostfriesland

Die Ostfriesische Evangelische Landvolkshochschule Potshausen bietet seit vielen Jahren Väter-Kinder-Seminare an. 2007 gab es erstmalig auch ein Seminar für Großväter und Enkel.

#### Kontakt

Ostfriesische Ev. Landvolkshochschule Potshausen  
Potshausener Str. 20  
26842 Ostrhauderfehn

Telefon 04957 | 92 88 28

Ansprechperson: Martin Sundermann

## Wochenende auf der Burg

Die Wasserburg Wittlage in Bad Essen bei Osnabrück ist eine Art Jugendherberge und bietet den äußeren Rahmen für das Wochenende der „Fabi Ibbenbüren“. Es ist gedacht für Väter und Kinder von 5 bis 11 Jahren.

#### Kontakt

Ökumenische Familienbildungsstätte Ibbenbüren  
An der Mauritiuskirche 4a  
49477 Ibbenbüren

Telefon 05451 | 9 64 40

Internet [www.fabi-ibbenbueren.de](http://www.fabi-ibbenbueren.de)

E-Mail [info@fabi-ibbenbueren.de](mailto:info@fabi-ibbenbueren.de)

Ansprechperson: Wolfgang Rudolph

## Vater-Kind-Festival

Alle zwei Jahre lädt die Männerarbeit der Evangelisch-lutherischen Landeskirche Hannovers Väter mit ihren Kindern in den Sachsenhain bei Verden ein. Ein buntes Workshop-Programm, Gottesdienste und Großmeetings sorgen für Spaß, Begegnung und Orientierung.

### Kontakt

Männerarbeit der  
Ev.-luth. Landeskirche  
Archivstraße 3  
30169 Hannover

Telefon 0511 | 12 41-410  
Internet [www.kirchliche-dienste.de/maennerarbeit](http://www.kirchliche-dienste.de/maennerarbeit)  
E-Mail [kruse@kirchliche-dienste.de](mailto:kruse@kirchliche-dienste.de)

## In Bad Bederkesa am See

Das Evangelische Bildungszentrum in Bad Bederkesa bietet regelmäßig Wochenend-Seminare für Väter und ihre Kinder an. Die Termine finden sich im Jahresprogramm, das kostenlos angefordert werden kann.

### Kontakt

Ev. Bildungszentrum  
Bad Bederkesa  
Alter Postweg 2  
27624 Bad Bederkesa

Telefon 04745 | 94 95-0  
Fax 04745 | 94 95-96  
E-Mail [info@ev-bildungszentrum.de](mailto:info@ev-bildungszentrum.de)  
Internet [www.ev-bildungszentrum.de](http://www.ev-bildungszentrum.de)  
Ansprechperson: Frank Biehl

## Abenteuer mit Papa in der Natur

Die Evangelische Heimvolkshochschule Loccum bietet jährlich im Frühjahr Väter-Kinder-Wochenende an, bei denen viel in der freien Natur passiert – bei Sonne und Regen, bei Tag und bei Nacht.

### Kontakt

Ev. Heimvolkshochschule Loccum  
Hormannshausen 6-8  
31547 Rehburg-Loccum

Internet [www.hvhs-loccum.de](http://www.hvhs-loccum.de)  
Ansprechperson: K. Sundermeier  
E-Mail [sundermeier@hvhs-loccum.de](mailto:sundermeier@hvhs-loccum.de)  
Telefon 05766 | 96 09 21

Foto: Axel Hengst



*Manchmal muss man als Vater eine Lanze brechen – für väterfreundliche Arbeitszeiten zum Beispiel.*



## „Papa arbeitet noch“ – Väter im Betrieb

Ein Vater, der mehr Zeit für Kind und Haushalt haben und damit seine Verantwortung und Aufgaben als Vater ernst nehmen will, braucht zwei Dinge: Engagement und Perspektiven. Das Engagement fällt in seine eigene Zuständigkeit, er selber tritt für seinen Wunsch nach Balance zwischen Familie und Beruf ein. Da ist es schon einmal wichtig, seine Interessen gegenüber anderen Interessen zu artikulieren, ihnen Gehör zu verschaffen. Da die meisten Väter die Rolle als „Hauptnährer“ geben, ist die Arbeitsstelle derjenige Ort, an dem engagierte Väter die meisten Widerstände, Vorbehalte und Nachfragen erfahren. Die Arbeitsstelle ist gleichzeitig derjenige Ort, wo sie Perspektiven entwickeln oder entdecken können,

die ihrem Vater-Engagement entgegen kommen. Das kann dort gelingen, wo beide Seiten – Vater und Arbeitgeber – einen Gewinn für sich entdecken. Über den Gewinn für Väter ist schon berichtet worden – jetzt geht es um den Gewinn für Unternehmen.

Auf den folgenden Seiten stellen wir zwei beispielhaft familienfreundliche Unternehmen mit Hauptsitz oder Standort in Hannover vor. Beide haben Arbeitszeitmodelle entwickelt, die der Balance von Familie und Beruf für Väter entgegenkommen. In beiden Beispielen wird deutlich: Familie und Beruf in Balance zu halten kann gelingen – es braucht Kommunikation, Mut und den Blick für Grenzen.

## Gleiches Recht für alle

### Wie die Ing-Diba aktive Vaterschaft unterstützt

Rund um die Uhr nehmen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Ing-Diba Anrufe entgegen – ein großer Teil der Beschäftigten der Direktbank arbeitet im Kundendialog. Die Schichten werden hier über einen Personaleinsatzplan verteilt. Das Besondere: Wer Kinder oder pflegebedürftige Angehörige betreut, ehrenamtlich tätig ist oder sich nebenberuflich weiterbildet, kann Sondervereinbarungen treffen. „Kinderbetreuung“ umfasst hier – und das ist ungewöhnlich für deutsche Unternehmen – Kinder bis zu einem Alter von 14 Jahren.

Die Ing-Diba ist ein Finanz-Dienstleistungsunternehmen mit knapp 2.600 Beschäftigten in Deutschland. Etwa 600 davon arbeiten am Standort Hannover, davon etwa zwei Drittel Frauen und ein Drittel Männer. Fast ein Drittel der hannoverschen Angestellten arbeiten in Teilzeit, davon weit überwiegend Frauen.

Neben Sondervereinbarungen für Eltern, die Kinder betreuen, bietet der Betrieb eine interne Beratung für werdende Mütter und Väter an. In einem persönlichen Gespräch informiert die Personalabteilung die Beschäftigten so früh wie möglich, welche Möglichkeiten es gibt, in Zukunft Beruf und Familie individuell zu vereinbaren, und vermittelt weitere Kontaktadressen. So arbeitet die Ing-Diba etwa mit dem „PME Familienservice“ in Hannover zusammen, der mit Angestellten in Unternehmen individuelle Betreuungskonzepte erarbeitet.

Alle Vereinbarungen beziehen sich gleichermaßen auf Mütter wie auf Väter. Spezifische väterfreundliche Maßnahmen, wie sie eine Prognos-Studie aus dem September 2005 vorstellt (siehe Literaturliste), gibt es nicht – und wird es nicht geben. „Die Philosophie unseres Unternehmens ist die Gleichbehandlung aller Beschäftigten. Wenn es also

Foto: ING-DIBA Pressbild



*Die Ing-Diba ist auf die Zukunft ausgerichtet. Das zeigt nicht nur das Head Office der Bank in Amsterdam, sondern auch die väterfreundliche Personalpolitik.*

um Schwangerschaft, aber auch um Sondervereinbarungen wegen der Kinder geht, gelten die Möglichkeiten gleichermaßen für Männer und Frauen. Das wird von der Unternehmensleitung auch offensiv vertreten“, erläutert Birgit Mogler, zuständig für Weiterbildung und Öffentlichkeitsarbeit. „Im Herbst 2007 hatte unsere Betriebszeitung zum Beispiel das Thema *Väter* als ein

Schwerpunktthema, angestellte Väter berichteten von ihren Erfahrungen mit Sondervereinbarungen.“

Noch sind die Väter in der Minderheit: Von 52 Sondervereinbarungen wegen Kindern, die in Hannover zurzeit gelten, sind nur vier von Männern beantragt. Gesellschaftlich gesehen ein zu geringer Anteil, aber die Ing-Diba hat die Voraussetzungen geschaffen, dass sich das in absehbarer Zeit ändert. Mitarbeiter Christoph Gad weiß die familienfreundlichen Arbeitszeiten bereits zu schätzen: „Seit meine Frau wieder arbeiten geht, übernehme ich die ‚Früh-schicht‘ beim Job, sie die ‚Spätschicht‘, so dass ich jeden Nachmittag für beide Kinder

(sechs und ein Jahr alt) da bin. Jetzt fühle ich mich als aktiver Teil unserer familiären Tagesgestaltung – früher wusste ich nicht einmal so genau, wo im Schrank die Marmelade steht!“

Warum macht sich die Ing-Diba so viel Mühe, familienfreundlich zu sein? Mogler nennt als Grund zum einen die gesellschaftliche Verpflichtung – die Bank habe gewerkschaftliche Wurzeln. Maßgeblich seien aber auch die positiven Erfahrungen: „Die gute Arbeitsatmosphäre und die Identifikation der Angestellten mit dem Unternehmen sind auch Auswirkungen der familienfreundlichen Modelle, die wir gemeinsam mit ihnen erarbeiten“.

## Seminar-Tipp

# Belastungsmanagement für berufstätige Väter

**WENN MÄNNER IN BERUF UND FAMILIE ENGAGIERT SIND, IST DAS EINE BEREICHERUNG, ABER EBEN AUCH EINE DOPPELTE BELASTUNG. ES GEHT NICHT IMMER OHNE SPANNUNGEN MIT VORGESetzten, KINDERN UND PARTNERIN AB. UND DANN MÖCHTE MANN JA EIGENTLICH NEBEN BEZIEHUNG, FAMILIE UND BERUF AUCH SEINE FREIRÄUME HABEN. DOCH DAFÜR IST KAUM ZEIT ... – WENN STRESS ODER EIGENER PERFEKTIONISMUS ZU GROSS SIND, DROHT EIN BURNOUT. SCHLAFSTÖRUNGEN, DEPRESSIONEN, SOZIALER RÜCKZUG UND PSYCHOSOMATISCHE ERKRANKUNGEN KÖNNEN DIE FOLGEN SEIN. UM VORZUBEUGEN BIETET DAS INSTITUT FÜR BURNOUT-PRÄVENTION AUS HAMBURG ZWEIMAL IM JAHR IM ZEB STEPHANSSTIFT IN HANNOVER EIN SEMINAR AN, DAS VON DEN KRANKENKASSEN UNTERSTÜTZT WIRD. DAS SEMINAR GIBT IMPULSE, EINEN NEUEN BLICK AUF DIE EIGENE BERUFS- UND LEBENS BIOGRAFIE ZU WERFEN. ES UNTERSTÜTZT DIE TEILNEHMER, IHRE AUFGABEN SO UMZUSTRUKTURIEREN, DASS SIE IHRE INDIVIDUELLE FITNESS UND KOMPETENZ IN ALLEN LEBENSBEREICHEN ERHALTEN KÖNNEN.**

Zentrum für Erwachsenenbildung Stephansstift

Kirchröder Straße 44

30625 Hannover

Ansprechpartnerin: Doris Floto

Telefon 0511 | 53 53 309

Kosten 100,- Euro. Die Krankenkassen

beteiligen sich mit ca. 80 Prozent.

# Wo Mann könnte, wenn Mann wollte

## Väterfreundliche Arbeitszeitmodelle bei Windwärts Energie

Die hannoversche Windwärts Energie GmbH arbeitet im Bereich der erneuerbaren Energien im In- und Ausland mit derzeit 23 männlichen und 14 weiblichen Angestellten, davon vier Männer und drei Frauen in Teilzeit.

Foto: Windwärts GmbH

Windwärts sieht sich nach eigenen Angaben „in der Verantwortung für nachhaltige Perspektiven im Verhältnis von Arbeit und Gesellschaft“ und wurde im Jahr 2005 als familienfreundlicher Betrieb im „audit berufundfamilie“ zertifiziert. Einer der Schwerpunkte der Personalpolitik sind „Väterfreundliche Vereinbarungen“.

Diese Vereinbarungen beziehen sich hauptsächlich auf Teilzeitarbeit für Väter – auch für Führungskräfte. Wesentlich ist dabei die Flexibilität von beiden Seiten. „Väterfreundlichkeit bedeutet für uns ein Geben und Nehmen. Väter gewinnen durch Teilzeitarbeit mehr Zeit für die Betreuung ihrer Kinder. Im Gegenzug dazu sind sie bereit, auch außerhalb der vereinbarten Arbeitszeiten telefonisch oder per E-Mail erreichbar zu sein“, erläutert Sylvia Reckel, bei Windwärts zuständig für die Umsetzung des „audit beruf und familie“.

Auch das Unternehmen gewinnt bei diesen Vereinbarungen. „Väter, die Verantwortung im familiären Bereich übernehmen, gewinnen an Sozialkompetenz und Qualität in der MitarbeiterInnenführung. Gleichzeitig



*Aktiv Vater sein oder arbeiten? Bei „Windwärts“ ist das kein Widerspruch.*

kommen qualifizierte Mütter durch Arbeitszeitreduzierung ihrer Partner früher zurück zu uns. Den Vätern Angebote zu machen, heißt also auch, die immer besser ausgebildeten Frauen als Arbeitskräfte zu gewinnen. Und Familienfreundlichkeit ist zunehmend

ein Kriterium für Fachkräfte auf der Suche nach Arbeitsplätzen und damit ein Wettbewerbsvorteil für unser Unternehmen“, ergänzt Reckel.

### Es kommt auf die Väter an

Matthias Eck ist Teamleiter bei Windwärts und seit 2004 Vater von Zwillingen. Mit seiner Frau, die ebenfalls im Unternehmen arbeitet, teilt er sich Beruf und Familie – zu ungleichen Teilen, aber zu beidseitiger Zufriedenheit. „Das Zusammensein mit meinen Kindern und mein Anteil der Hausarbeit bedeuten für mich mehr Vielfalt und mehr Verständnis zwischen mir und meiner Frau. Der Preis dafür sind hohe Anforderungen an die Kommunikation im Unternehmen, das ist nicht immer einfach. Manchmal bedeutet es für mich, in Familie und Beruf nicht immer 100 Prozent dabei zu sein, dann muss ich das Eine oder Andere aufholen“.

Für die MitarbeiterInnen sind Männer, die in Teilzeit arbeiten, mittlerweile normal. Flexible Arbeitszeiten und ein Jahresarbeitszeitmodell ergänzen bei Windwärts die Teilzeitangebote. Seit der Auditierung fragen immer mehr Journalistinnen und Journalisten bei Windwärts an – Familienfreundlichkeit gewinnt an Bedeutung.

Neben den Unternehmensangeboten kommt es natürlich vor allem auf die Väter an. Matthias Eck stellt in Frage, ob wirklich viele Väter die Erwerbsarbeit zugunsten der Familienarbeit reduzieren wollen. Ihnen seien Haushalt und Kinder zu anstrengend, glaubt er. „Es kommt schon mal vor, dass ich mich im Trubel der häuslichen Ansprüche nach meinem klar strukturierten Arbeitsplatz sehne“, gibt Eck zu. Aus seinen persönlichen Erfahrung schließt er: „Oft fehlt es vor allem am Engagement der Väter – wenn sie wirklich etwas verändern wollen, dann ist im Unternehmen sicher was möglich.“



Foto: Windwärts GmbH





## Kleine Schritte zugunsten der Familie

Wenn es in Ihrem Unternehmen mit flexibler Arbeit oder Teilzeitarbeit für Väter noch nicht so weit her ist, können Sie trotzdem in kleinen Schritten die Begleitung Ihres Kindes erweitern und gleichzeitig auf Ihre Haltung aufmerksam machen – zum Beispiel so:

### „Wir müssen zum Arzt“

Gesundheit ist ein wichtiges Gut, und die Gesundheitsvorsorge hat aus gesellschaftlicher, aber auch wissenschaftlicher Sicht eine hohe Priorität. Zwar nehmen Männer weniger an Vorsorgeuntersuchungen teil als Frauen, und eine „richtige Verletzung“ empfinden Jungen und Männer manchmal mehr als Auszeichnung denn als Beeinträchtigung. Geht es aber um das Wohl der Kin-

der, gibt es kaum Gegenargumente. Wenn Sie für die Begleitung Ihres Kindes für eine Reihen- oder eine besondere Untersuchung bei Ihrem Arbeitgeber drei Stunden Sonderurlaub beantragen, dann ziehen Ihre Chefs oder Chefinnen meistens mit. Dass Sie bestens vom Arzt informiert sein wollen, ist in der Regel ein unschlagbares Argument.

### „Lisa kommt heut mit“

Schauen Sie einmal, wann es in Ihrer Berufsarbeit möglich ist, Ihr Kind für eine gewisse Zeit mit zu Ihrer Arbeit zu nehmen. Gründe gäbe es viele: „Meine Frau muss heute arbeiten“ – ein Argument, das immer seltener zu Widersprüchen reizt. „Der Kindergarten hat Fortbildungstag“ oder „Mein Kind möchte mal sehen, wo ich arbeite“. Es

ist natürlich auch eine Bereicherung für Ihr Kind, Sie als Vater an Ihrem Arbeitsplatz wahrzunehmen. Einige wenige Arbeitgeber haben sich auf solche Situationen eingestellt und haben Spielecken für Kinder eingerichtet. Vielleicht ist Ihr Kind schon älter und hat einen schulischen „Zukunftstag“ – oder sie können eine Gruppe der Schulklasse Ihres Kindes einladen. Anlässe dazu gibt es durch verschiedene Themen hin und wieder im Unterricht. Eine betriebseigene Kindertagesstätte fördert Ihre Möglichkeit, Ihr Kind zeitnah vor und nach dem Job zu sehen, aber auch spontan auf kleine „Notfälle“ zu reagieren.

### „Wann haben wir Sitzung?“

Bitten Sie darum, dass wichtige Termine so gelegt werden, dass Sie trotzdem Termine mit Ihrem Kind wahrnehmen oder es zur oder von der Kindertagesstätte bringen oder abholen können.

Versuchen Sie deutlich zu machen, dass solche und ähnliche Maßnahmen eine zeitgemäße Herausforderung für Ihren Arbeitgeber bedeuten, und dass er einen nicht unerheblichen Nutzen davon hat: Er poliert sein Image und gewinnt einen zufriedenen Mitarbeiter. Und schließlich gibt es Unternehmen, die diesen Weg schon beschritten haben. Es gibt durchaus gute Beispiele für familienfreundliche Maßnahmen in Betrieben – suchen Sie selbst oder Ihr Arbeitgeber sich ruhig Vorbilder.

Das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend bietet mit dem Unternehmensnetzwerk *Erfolgsfaktor Familie* ([www.erfolgsfaktor-familie.de](http://www.erfolgsfaktor-familie.de)) eine Informationsplattform für Unternehmen, die ihre Strukturen familienfreundlich gestalten wollen.

## Literatur

BUNDESMINISTERIUM FÜR FAMILIE, SENIOREN, FRAUEN UND JUGEND: Väterfreundliche Maßnahmen im Unternehmen – Ansatzpunkte, Erfolgsfaktoren, Praxisbeispiele (Prognos AG) – Basel, 5. September 2005

MARGARETE SCHREURS UND ANETTE MORHARDS (HRSG.): Wettbewerbsfähigkeit steigern durch familienfreundliche Arbeitsplätze. Kooperative Personalpolitik als Chance – RKW-Verlag, Eschborn, 2005

HRSG. DIHK (DEUTSCHER INDUSTRIE- UND HANDELSKAMMERTAG) / BUNDESMINISTERIUM FÜR FRAUEN, FAMILIE, SENIOREN, JUGEND / BERUFUNDFAMILIE GMBH, BERLIN, 2006: Familienorientierte Personalpolitik – Checkheft für kleinere und mittlere Unternehmen



Foto: MGFFI, NRW

*Elternzeit ist kein „Urlaub“.*

## Weitere Infos

# Elterngeld, eine Chance für Väter ...

## nach Bundeselterngeld- und Elternzeitgesetz (BEEG)

Wenn Kinder nach dem 1. Januar 2007 geboren sind, ersetzt das Elterngeld das Erziehungsgeld. Das Elterngeld beträgt 67 Prozent des nach der Geburt entfallenden Erwerbseinkommens. Maximal können es 1.800 Euro im Monat sein. Vorher nicht erwerbstätige Elternteile erhalten mindestens 300 Euro. Bei einem Geschwisterkind unter drei Jahren wird außerdem ein Bonus von zehn Prozent des Elterngeldes gewährt (mindestens 75 Euro im Monat). Bei Mehrlingen gibt es für das zweite und jedes weitere Neugeborene jeweils 300 Euro zusätzlich.

Das Elterngeld ist für Väter und Mütter gedacht, die sich eine berufliche Auszeit für ihr Baby nehmen und dafür auf Einkommen verzichten. Eine Teilzeittätigkeit bis zu 30

Stunden in der Woche ist aber trotz des Bezuges von Elterngeld möglich.

Elterngeld wird an beide Elternteile für maximal 14 Monate gezahlt. Bei Halbierung der Monatsbeträge lässt sich der Bezugszeitraum verdoppeln. Eltern können den Zeitraum frei untereinander aufteilen. Ein Elternteil kann aber höchstens zwölf Monate nehmen, zwei weitere Monate sind für den anderen Partner reserviert. Möglich ist aber zum Beispiel auch eine Aufteilung in zweimal sieben Monate – das geht sogar zur selben Zeit. Danach ist der Anspruch aber aufgebraucht.

Elterngeld muss schriftlich beantragt werden und wird höchstens für drei Monate rückwirkend bewilligt. Antragsvordruck



Foto: Axel Hengst

*Mit Teilzeitarbeit können sich Väter besser an der Erziehung beteiligen.*

und Infoblatt sind auch im Internet unter [www.ms.niedersachsen.de/Themen/Familie/Elterngeld](http://www.ms.niedersachsen.de/Themen/Familie/Elterngeld) erhältlich.

## Wo gibt es das Elterngeld?

Zuständig bei der Stadt Hannover ist der Fachbereich Jugend und Familie, Stichwort Elterngeld, Ihmeplatz 5, 30449 Hannover. Beratung gibt es unter der Servicetelefonnummer 0511 | 168 | 46262 montags bis freitags von 8.30 Uhr bis 15.30 Uhr und dienstags bis 18 Uhr

## ... und Elternzeit nach Bundeselterngeld- und Elternzeitgesetz (BEEG)

Die Elternzeit gibt Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern die Möglichkeit, sich ihrem Kind zu widmen und gleichzeitig den Kontakt zum Beruf aufrechtzuerhalten. Durch einen Rechtsanspruch auf Teilzeitarbeit erhalten verstärkt auch Väter die Chance, sich an der Erziehung ihres Kindes zu beteiligen.

Berufstätige Mütter und Väter können bis zu drei Jahre Elternzeit beanspruchen, wenn sie ihr Kind in ihrem Haushalt erziehen und betreuen. Dabei kann das dritte Jahr flexibel genommen werden – bis zum 8. Geburtstag des Kindes. Elternzeit können sich die Eltern aufteilen oder gemeinsam in Anspruch nehmen. Die Mutterschutzfrist wird auf die mögliche Gesamtdauer der Elternzeit angerechnet. Die Elternzeit des Vaters kann ab Geburt des Kindes bereits während der Mutterschutzfrist für die Mutter beginnen.

Während der Elternzeit stehen Sie unter Kündigungsschutz (ab acht Wochen vor Beginn der Elternzeit). Eine Kündigung des Arbeitgebers ist nur in besonderen Ausnahmefällen möglich, das Gewerbeaufsichtsamt muss die Zulässigkeit erklären.

Wenn Sie die Elternzeit nutzen wollen, müssen Sie Ihren Arbeitgeber spätestens sieben Wochen vor dem geplanten Beginn darüber schriftlich informieren und ihm verbindlich mitteilen, wie lange Sie Elternzeit nehmen wollen. Während der Elternzeit dürfen Sie bis zu 30 Wochenstunden arbeiten. Wenn Sie in dieser Zeit nicht erwerbstätig sind, werden Sie beitragsfrei in der gesetzlichen Krankenversicherung versichert.

Die Elternzeit kann in jedem Arbeitsverhältnis genommen werden, also auch bei befristeten Verträgen (die sich dadurch aber nicht verlängern), bei Teilzeitarbeitsverträgen und bei geringfügigen Beschäftigungen. Auch Auszubildende, Umschülerinnen und Umschüler können Elternzeit verlangen.

## Kinderkrankengeld

Wenn ein Kind, das das 12. Lebensjahr noch nicht erreicht hat, krank ist, haben der versicherte Vater oder die versicherte Mutter Anspruch auf unbezahlte Freistellung am Arbeitsplatz. Voraussetzung ist ein ärztliches Attest darüber, dass sie ein krankes Kind betreuen müssen und niemand anders diese Aufgabe übernehmen kann. Das Attestformular ist ein spezieller Vordruck, der vom Arzt ausgefüllt werden muss. Diese Bescheinigung ist bei der Krankenkasse einzureichen.

Sind diese Voraussetzungen erfüllt, erhalten Vater oder Mutter von der gesetzlichen Krankenversicherung Krankengeld bis zu zehn Tagen im Jahr (pro Kind). Sind beide Eltern berufstätig, stehen auch beiden jeweils zehn Tage im Jahr pro Kind zu, bei mehreren Kindern jeweils maximal 25 Tage je Elternteil. Die Eltern müssen nicht verheiratet sein! Alleinerziehende erhalten 20 Tage pro Kind, bei mehreren Kindern bis maximal 50 Tage Kinderkrankengeld.

### Tipp

## Mehr Informationen

**AUF DER WEBSITE DES BUNDEFAMILIENMINISTERIUMS [WWW.BMFSFJ.DE](http://WWW.BMFSFJ.DE) FINDEN SIE AUSFÜHRLICHE INFORMATIONEN ZU ELTERNZEIT UND ELTERNGELD UND AUCH EINEN ONLINE-RECHNER, MIT DEM SIE ERMITTELN KÖNNEN, WIE VIEL ELTERNGELD IHNEN ZUSTEHT. DORT KÖNNEN SIE AUCH DIE BROSCHÜRE „ELTERNGELD UND ELTERNZEIT“ HERUNTERLADEN.**

**MEHR ZU STAATLICHEN LEISTUNGEN FÜR FAMILIEN FINDEN SIE AUSSERDEM AUF [WWW.FAMILIEN-WEGWEISER.DE](http://WWW.FAMILIEN-WEGWEISER.DE)**

Kinderkrankengeld wird in der Höhe der üblichen Krankengeldzahlung gewährt. Haben Sie die Bescheinigung des Arztes an die Krankenkasse geschickt, bekommen Sie ein Formular, das von Ihrem Arbeitgeber ausgefüllt werden muss. Das Geld überweist Ihnen dann die Krankenkasse. Das alles gilt nicht für privat Versicherte!

### Tipp

**NACH § 616 BGB KANN EIN ARBEITNEHMER AUCH UNTER WEITERZAHLUNG DER VERGÜTUNG FÜR KURZE ZEIT ZUR BETREUUNG ZU HAUSE BLEIBEN, WENN KEINE ANDERE PERSON IM HAUSHALT LEBT, DIE DAS KIND VERSORGEN KANN. IM NORMALFALL WIRD DAS NUR FÜR WENIGE TAGE ALS GERECHTFERTIGT ANGESEHEN. BEI EINEM KIND UNTER ACHT JAHREN HIELT DAS BUNDEARBEITSGERICHT (URTEIL VOM 19.4.1978, 5 AZR 834/76) FÜNF TAGE FÜR ZULÄSSIG.**



Foto: Wolfgang Fischer (aus der Fotoausstellung vaterKINDbilder der Ev. Männerarbeit in Westfalen)

## Exkurs: Gesund werden und bleiben Vater-Kind-Kuren

Eine Vater-Kind-Kur ist einer Mutter-Kind-Kur ähnlich, aber eben zugeschnitten auf Männer und ihre durch die Vaterrolle hervorgerufenen Beschwerden. Die erste spezielle Vater-Kind-Kur in Deutschland fand im Frühjahr 2001 auf Norderney statt und war ein großer Erfolg. Inzwischen werden „reine“ Vater-Kind-Kuren selbst vom Müttergenesungswerk angeboten.

Seit dem 1. April sind Vater- (und Mutter-) Kind-Kuren Pflichtleistung der Krankenkassen (§ 24/41 Sozialgesetzbuch V). Die Krankenkassen müssen medizinisch notwendige Kuren nun bewilligen, selbst wenn noch nicht alle ambulanten Behandlungsmöglich-

keiten ausgeschöpft sind. Und: Eine Kur ist kein Urlaub – und wird seit 2002 auch für Väter nicht als solcher angerechnet. (Bundesurlaubsgesetz § 10).

Eine Vater-Kind-Kur dauert in der Regel drei Wochen und kann aus medizinischen, sozialen und/oder psychischen Gründen beantragt werden. Zum Beispiel, wenn der Vater kurbedürftig ist und eine Trennung unzumutbar wäre, weil daraus psychische Schäden entstehen können oder das/die Kind/er während der Kur sonst nicht versorgt wären. Vielleicht ist auch das Kind kurbedürftig und noch zu klein, um alleine eine Kur zu machen. Eine Vater-Kind-Kur ist

auch geeignet für Väter, deren Beziehung zu ihren Kindern gestört ist, weil sie selbst oder ihre Kinder nicht gesund sind.

Der Hausarzt muss die Vorsorge- oder Rehabilitationsbedürftigkeit attestieren. Mit dem Attest wendet man sich dann am besten an eine Kurberatungsstelle (zum Beispiel bei AWO, Caritas oder Diakonie), die sich darum kümmert, dass ein Kurantrag an die Krankenkasse korrekt gestellt wird. Man kann sich natürlich sicherheitshalber auch zuerst an die Kurberatungs- und Vermittlungsstelle wenden, um sich zu informieren.

Kostenlose Beratung und Vermittlung zu Vater-Kind-Kuren gibt es u. a. bei

AWO Familienbildung  
Beratungs- und Vermittlungsstelle  
für Mutter/Vater-Kind-Kuren  
Deisterstraße 85A  
30449 Hannover

Telefon 0511 | 2 19 78-392

Fax 0511 | 2 19 78-399

E-Mail [fab@awo-hannover.de](mailto:fab@awo-hannover.de)

### Tipp

## Wohin zur Kur?

**DIE VATER-KIND-KLINIK FELDBERG BIETET VATER-KIND-KUREN IN EINEM EIGENEN GEBÄUDE AN. VÄTER WERDEN IN MÄNNERGRUPPEN BETREUT. UND ES GIBT EIN KONZEPT, DAS AUF DIE BEDÜRFNISSE VON VÄTERN AUSGERICHTET IST. ÄHNLICH IST ES IN DER KLINIK AUF BORKUM. BEIDES SIND HÄUSER DER KUR + REHA GMBH, EINER TOCHTERGESELLSCHAFT DES PARITÄTISCHEN WOHLFAHRTSVERBANDES BADEN-WÜRTTEMBERG. MEHR INFOS SOWIE ANTRAGSFOMULARE ZUM HERUNTERLADEN GIBT ES IM INTERNET UNTER [WWW.VATER-KIND-KUR.DE](http://WWW.VATER-KIND-KUR.DE). UND UNTER [WWW.KUR.ORG](http://WWW.KUR.ORG) KANN DIE VATER-KIND-KUR ONLINE BEANTRAGT UND RESERVIERT WERDEN. ODER AM KOSTENLOSEN BERATUNGSTELEFON FÜR VATER-KIND-KUREN: 0 8000 | 82 82 82.**



## Jeder Vater ist anders

### Sechs ganz persönliche Berichte

Mit diesem Kapitel möchten wir den Blick auf das Vatersein noch einmal erweitern. Als *Vater* fällt uns in der Regel zuerst jemand ein, der ein leibliches Kind hat. Ist das Kind adoptiert, wird aus dem *Vater* ein *Adoptivvater*. Wer als Mann in einen Haushalt mit Kindern einzieht und mit Mutter (oder Vater) der Kinder in einer „eheähnlichen Lebensgemeinschaft“ oder „Liebesbeziehung“ lebt, ist ein *Patchwork-Vater*. Durch Heirat könnte er zum *Stiefvater* werden. Leben die Eltern nicht mehr zusammen, nennen wir ihn *getrennten Vater*. Für andere spezifische Lebenszusammenhänge gehen dann die Namen langsam aus.

Die Umstände, in denen Väter leben, können äußerst vielseitig sein. Die Normalbiografie eines Vaters in Hannover ist jedoch immer noch die des verheirateten, deutschen, nicht

getrennt lebenden Vaters. Doch auch andere Männer erleben Vatersein, an sie werden väterliche Erwartungen gestellt. Die Ausgangslagen und Entwicklungen von Lebensentwürfen können dabei sehr vielschichtig sein.

Diese Unterschiedlichkeiten lassen sich bis weit in den Alltag von Vätern hinein verfolgen: Bin ich arbeitslos? Bin ich jeden Wochentag zwischen 8 und 20 Uhr beruflich unterwegs? Habe ich eine Behinderung? Bin ich (oder „fühle“ ich mich) als sehr alter Vater?

Im Folgenden berichten fünf Väter und ein Väterpaar über ihr ganz individuelles Vatersein, das jeweils in ganz eigene Lebenssituationen eingebunden ist. Diese Berichte machen deutlich, wie unterschiedlich Vatersein erlebt werden kann.



## Kleine Reisen

### Trotz Trennung zueinander finden

Zwischen Celle, wo mein Sohn Louis jetzt hauptsächlich lebt, und meinem derzeitigen Lebensmittelpunkt Hannover liegen knapp 40 Kilometer. Die Regelung sah lange vor, dass Louis' Mutter die „Freitagstour“ per Auto von Celle nach Hannover übernahm, und ich die „Sonntagstour“ von Hannover nach Celle.

Im vergangenen Herbst, Louis war 9 1/4 Jahre alt, habe ich es zum ersten Mal anders probiert. Louis zum Zug gebracht, der erst in Celle wieder halten würde. Vorher Aussteigen unmöglich. Der Mutter die Wagennummer durchtelefoniert. Bange 25 Minuten später kam das Kind wohlbehalten am Zielort an. Am nächsten Wochenende die Tour umgekehrt.

Von da an lief es. Louis bekam ein Handy - für alle Fälle. Gebraucht wurde es bisher nicht. Im Gegenteil: Louis ist inzwischen zeitweilig mehrere Wochen in Hannover, geht aber in Celle zur Schule. Morgens brin-

ge ich ihn hin, mittags kommt er mit dem Zug zurück. Und das mit zum Teil fertigen Hausaufgaben. Den Fahrplan hat er mittlerweile im Kopf, ich bekomme eine SMS mit den Ankunftsdaten, um ihn vom Bahnhof abzuholen.

Meinem Kind dieses Reisen zuzutrauen, war anfangs sehr schwierig. Kann er das, kommt er damit zurecht, kann etwas passieren? Für Louis ist es kein Problem gewesen. Er hält es für eine vernünftige Lösung. Mir persönlich gibt es vor allem mehr Freiheit, ich kann die Zeit besser nutzen und wesentlich einfacher rund um unsere Patchwork-Familie planen.

Natürlich habe ich mir Gedanken darüber gemacht. Heute weiß ich, dass Kinder mehr zu leisten im Stande sind, als wir - zum Teil - übervorsichtigen Eltern glauben wollen. Mein Sohn ist durch das Bahn fahren selbstständiger und selbstsicherer geworden. Und er ist stolz, dass wir ihm etwas zutrauen und er es auf die Reihe kriegt.

*Dirk Scharfe*

## Hilfe, mein Stiefkind kommt!

Erfahrungen als Papa hatte ich – zumindest in Teilzeit. Mein Sohn lebte ein und zwei Wochen im Monat bei mir. Jetzt wird er zwanzig und scheint ganz gut gelungen. Meine Tochter ist dreizehn und lebt nebenan bei ihrer Mutter, so dass wir uns immerhin oft

sehen. Aktuell und seit Jahren führe ich eine Wochenend-Ehe über 250 Kilometer mit der Perspektive, „irgendwann“ in Hannover zusammenzuziehen. So komme ich zu meinem dritten Kind – zwölf Jahre alt, ich nenne sie hier mal Nathalie.

Nathalie ist hoch intelligent, sehr sensibel, etwas naiv und war lange ein fröhliches Kind, das gerne zur Schule ging. So wechselte sie frohen Mutes auf ein traditionsbewusstes Sachsen-Anhaltinisches Gymnasium, das damit wirbt, schon Herrn Genscher ausgebildet zu haben. Dort herrscht ein sehr hartes, autoritäres und teils sehr ungerechtes Regiment. Und von da an ging es mit ihrer Unbeschwertheit rapide bergab.

Nathalie begann Auffälligkeiten zu entwickeln. Sie fing an, sich zu ritzen und verlor den letzten Rest an Frustrationstoleranz. Wenn nur ein Bleistiftstrich schief ging, hängte sie sich weinend über ihr Blatt Papier und beschloss, dass aus ihr nichts werden würde. Dazu kam eine Großmutter, die das Kind nach Schulschluss noch einmal mit Lernzwang quälte.

Wir beschlossen, uns zu wehren – gegen die Schule mit Briefen und Gesprächen, gegen die Großmutter mit dem vernünftigeren Opa und Lehrverboten. Wir hätten auch versuchen können, die Saale anzuhalten. Wir probierten es mit einer Gesprächstherapie für Nathalie. Und wir berieten uns, bis eine Freundin beiläufig meinte, die Lösung wäre doch, dass Nathalie nach Hannover zieht.

### **Vater-Werden in acht Wochen**

Meine Liebste schluckte – denn sie selbst konnte aus beruflichen Gründen nicht so schnell weg. „Das würde sie niemals tun, sich von ihrer Mutter trennen...“ Ich schluckte auch und dachte daran, wie es wäre, jeden Morgen um sieben aufstehen zu müssen, jeden Tag kochen zu müssen. Die Berge an Wäsche würden sich verdreifachen, nichts mehr mit täglichem Training

abends und Biertrinken danach... Ich hoffte still, dass die Einschätzung meiner Frau realistisch sei, spürte aber, dass es anders kommen würde.

Und es kam anders. „Ja, klar, sofort! Ehrlich?“ Am Tag nachdem Nathalies Entscheidung gefallen war, saßen wir im Büro von Herrn Schuler (welch passender Name für einen Schulleiter!), der sich das Elend schildern ließ und sofort entschied, dass zwar alle Plätze belegt seien, aber Nathalie einen davon bekommt. Nun war es unumkehrbar. Die Konturen der sich verüffachenden Wäscheberge gewannen an Schärfe. „Vitamin!“; sagte meine Frau. Sie isst gerne Salat. Also schnippeln, jeden Tag schnippeln? „Du hast ja gar kein Bügeleisen, das musst Du dir anschaffen, ich zeige dir auch wie das geht. Das Kind kann ja nicht kniffrig zur Schule gehen.“ Sie hätte auch sagen können, ich solle künftig einen Schlips tragen. Gerade erst war mein Sohn ausgezogen und ich hatte sein Zimmer zu einem schönen Esszimmer umgewandelt. Auch diese neue Lebensqualität – dahin!

Ich philosophierte in diesen Tagen viel darüber, wie sanft doch der Übergang zum Vater-Werden in immerhin neun Monaten Schwangerschaft ist im Vergleich zu gerade mal acht Wochen, die mir blieben und darüber, dass man die eigenen Kinder wenigstens von Anfang an mitprägt und damit weiß, woran man ist. Wie würden nun wir uns vertragen? Plötzlich kam mir das Kind, das ich ja doch recht lange und nah kenne, reichlich fremd vor. Sie ist so sensibel, und ich bin manchmal doch eher grobschlächtig. Schaffe ich das wirklich, angemessen mit ihr umzugehen? Wie vermeide ich, dass ihre

Flucht in ein vermeintliches Paradies sich als Bauchlandung entpuppt?

Wenige (männliche) Freunde beglückwünschten mich, manche sprachen mir Bewunderung aus – die Mehrheit allerdings eher skeptisches Bedauern. „Na ja, Du hättest ja auch Nein sagen können.“ Bei den Frauen kam nach dem ersten „Ist ja toll!“ ein eher nachdenkliches „Aber so ganz ohne Mutter...?“. Nach gefühlten drei Wochen (es waren wirklich acht) stand der Lieferwagen vor der Tür. Es war einer der gewöhnungsbedürftigeren Momente der letzten Jahre, die Möbel dieses Kindes, das für mich nach Halle gehörte, auf einmal in meiner Wohnung zu haben. Und das Kind dazu.

Das ist jetzt einen Monat her. Nach zwei Tagen musste ich Wäsche waschen, weil Nathalie meinte, sie habe nichts mehr anzuziehen. Kurz: Die Wäscheberge haben sich versiebenfacht! Ich kriechte auf dem Zahnfleisch, wenn ich mich morgens um sieben aus dem Bett schlepe. Ich kaufe brav Salat und schmeiße ihn nach einer Woche weg, weil ich es nicht geschafft habe, ihn zu schnippeln (manchmal schaffe ich es auch). Ich fühle mich gut!!!

### **„Wenn ihr Vater anruft, komme ich mir vor wie ein Kinderdieb“**

Es gibt schwierige Momente. Ich gewöhne mich daran, dass ihr Vater ab und zu anruft – aber wenn er „Hallo Thomas, ist Nathalie da?“ sagt, komme ich mir vor wie

ein Kinderdieb. Ich weiß nicht, ob wir mal dazu kommen, unsere Gefühle diesbezüglich auszutauschen. Ein innerer Konflikt tut sich auf, wenn sie kuscheln will. Klar, ich habe sie lieb und natürlich braucht sie das, aber wie sieht das aus mit den Zärtlichkeiten eines Stiefvaters? Wo beginnt es, das man sich verdächtig macht beim Streicheln eines Kindes? Wieso ist das überhaupt ein Problem für mich? Ich merke, dass ich instinktiv Distanz wahre und frage mich, ob sie es bemerkt, und wenn ja, wie sie es interpretiert ...?

Und Nathalie? Die ist munter wie ein Fisch im Wasser. Sie rülpsst herzhaft bei Tisch und lacht sich darüber kaputt. Wir lachen uns beide kaputt. Papa oder Oma sind ja weit weg, und Mami auch ... Sie ist glücklich an ihrer Schule, kann es kaum glauben, dass Lehrer nur schimpfen, wenn es nicht mehr anders geht. Wenn sie bei meinen Eltern war, erzählt sie ungläubig, dass sie die ganze Zeit mit Oma gespielt hat, und dass sie immer gedacht hätte, Omas seien nur zum Lernen da. Sie hat neue Freundinnen gefunden, und die Freundin aus Halle, die sie hier besuchte, meinte zum Abschied, sie würde auch lieber nach Hannover ziehen. Nathalies Zimmer sieht aus wie S..., und ich frage mich manchmal, ob sie darauf wartet, dass ich etwas sage – aber (Stief-)Väter sind eben etwas andere Mütter. – Ich habe kein Bügeleisen gekauft! Wir werden die Zeit genießen, bis im Januar meine Liebste herkommt. Und die Zeit dann werden wir auch genießen!

*Thomas Höser*

## „Von der Rolle“

### Der Vater eines kranken Kindes berichtet

Eigentlich lief alles gut.

Wir wollten uns nicht mehr aus der Ruhe bringen lassen – schon gar nicht während der Schwangerschaft. Und erst recht nicht danach. Hatten wir uns jedenfalls vorgenommen.

Zwei schwierige Fehlgeburten hatten uns gezeigt, dass viele Dinge einfach außerhalb unserer Reichweite liegen und wir sie weder mit großem Ehrgeiz noch mit vorsichtiger Planung beeinflussen können. Ich selber hatte mich auf meine Vaterrolle nicht nur sehr gefreut, ich hatte mich auch gut vorbereitet: Ich hatte „Eltern“ abonniert, einen nicht allzu alten Kombi gekauft und den „Paten“ Teil I geguckt. An dieser Figur gefiel mir – Brutalität, Pathos und ein nicht mehr aktuelles Rollenverständnis mal weggedacht – die Konsequenz, mit der die Hauptfigur die Familie in den Mittelpunkt stellt.

Als dann unser ersehntes Lottchen endlich kam, waren wir wirklich sehr glücklich. Als Paar hatten wir das Gefühl, an einem Ziel angekommen zu sein, dessen Erreichen wir trotz aller Demut und Dankbarkeit auch verdient hatten. Als Mann konnte ich die Vaterrolle, auf die ich mich so gefreut hatte, endlich einnehmen. Vielleicht sogar erfüllen. Für mich hieß das, die kleine Familie zu umsorgen – aber auch zu versorgen. Ich wollte sie zum Glück führen. Und natürlich habe ich mich dabei aus der Ruhe bringen

lassen, nicht nur während der Schwangerschaft, sondern erst recht danach.

#### „Meine Reichweite als Vater der beschützen wollte, war begrenzt“

Ungefähr ein Vierteljahr später ging's dann los: Uns fiel auf, dass unser Kind immer stärker schwitzte und sich zwischen den Mahlzeiten heftig erbrach. Plötzlich ging alles ganz schnell: Auf den Besuch beim Kinderarzt folgte die sofortige Überweisung in die Kinderkardiologie der Medizinischen Hochschule: Ein schwerer angeborener Herzfehler hätte innerhalb der nächsten Stunden zum Tod geführt. Eine umgehende Operation konnte das Schlimmste gerade noch verhindern, selbst für eine Nottaufe war keine Zeit mehr. Und dann endlich: Unser Baby hatte diese erste schwere Notoperation am offenen Herzen überlebt. Komplett verkabelt konnten wir die Kleine auf der Intensivstation wiedersehen. Wir waren glücklich und verzweifelt. Denn wir hatten geglaubt, dass uns nach den sehr schwierigen Schwangerschaften erstmal nichts mehr passieren sollte. So war es aber nicht.

Auch meine Reichweite als Vater, der nicht nur umsorgen, sondern natürlich auch beschützen wollte, war an dieser Stelle scheinbar wieder einmal stark begrenzt.

Der nächste medizinische Schritt war das Einsetzen einer künstlichen Herzklappe innerhalb eines Dreivierteljahres. Bis dahin mussten wir sehr konsequent einen Medi-



kamentenplan einhalten, der das undichte Herz soweit entlastete, dass es weiter wachsen konnte – bis es groß genug für eine Operation war.

Die stete Sorge um unsere Tochter, der Austausch über den Verlauf ihrer Genesung und die Reflexion darüber, was sein wird, wenn die nächste Operation ansteht, war zeitweise zentraler Gegenstand unseres Lebens – und auch zentraler Inhalt unserer Beziehung. Dies führte zu ständigen und schärfer werdenden Konflikten.

Als Mann habe ich in diesen Situationen, die ich auch sehr ernst genommen habe, selbstverständlich immer über Lösungen gesprochen, mögliche „Szenarien diskutiert“ und bin dann zu dem Schluss gekommen, dass es „so schlimm wohl schon nicht werden wird“ – auch eine Herzoperation hat ja immer „mit Wahrscheinlichkeiten zu tun“. Erst viel später habe ich dann verstanden, dass es meiner Frau darum gar nicht ging: Sie wollte ihre Sorgen *mitteilen* und dadurch auch *teilen*. Es ging nicht um das Aufzeigen einer möglichen Lösung, die Diskussion von Wahrscheinlichkeiten oder gar „Deeskalation“, sondern um das Gespräch als solches. Ebenfalls viel später habe ich dann verstanden, dass dies vielleicht eine wichtige Herausforderung – oder Aufgabe – eines Vaters eines kranken Kindes ist.

### „Mit der Zeit haben wir viel Zuversicht gewonnen“

Mit großer Kraft haben wir dann eine Basis gefunden, auf der wir uns gegenseitig mitteilen konnten. Vor allen Dingen haben wir uns aber mit unserer Tochter gefreut, die trotz aller Schwierigkeiten wuchs und sich

sehr gut entwickelte. Es war so schön, wie wir es uns immer vorgestellt hatten.

Stark hat uns geholfen, dass wir uns geöffnet und uns anderen mitgeteilt haben. Meine Frau hat dazu das Internet genutzt und dort in Foren geschrieben. Ich habe für uns eine Selbsthilfegruppe gefunden, mit der wir uns ausgetauscht haben. Die gemeinsamen Erfahrungen haben wir dann wieder benutzt, um über unser krankes Kind zu sprechen – was dann schon gleich gar nicht mehr so krank war. Vor allem haben wir mit der Zeit viel Zuversicht gewonnen und nicht nur als Paar sondern auch als Familie nach vorne geschaut. Mit der Zeit hatten wir endlich das Gefühl bekommen, uns nun wirklich nicht mehr aus der Ruhe bringen zu lassen.

Kurz vor dem zweiten Geburtstag unserer Tochter ist meine Frau dann gestorben. In diesem aller tragischsten Moment war es meine Tochter, die mir Hoffnung und Aufgabe gegeben hat – später vielleicht sogar mal wieder Lebensglück. Aber soweit bin ich noch nicht. Ich bin aber davon überzeugt, dass es wieder zurück kommt. Dann werde ich es aber wahrscheinlich als erstes in meiner Rolle als Vater erfahren.

*Sven Peter Dehmel*

## Durch Teilen wird die Freude gestärkt und das Leid halbiert

Ich bin Vater von zwei Kindern. Meine Sozialisation habe ich in der Türkei erfahren, aber ich habe drei Viertel meines Lebens in Deutschland verbracht und hier auch Pädagogik studiert. Ich kann also nicht sagen, dass ich ein typischer türkischer Vater bin.

Wenn ich trotzdem versuchen soll, „türkische“ Väter annähernd zu beschreiben, würde ich sie vielleicht so definieren: Sie sehen sich in erster Linie als Beschützer und Ernährer ihrer Familie. In Deutschland nehmen sie in der Regel alle Aufgaben in der Außenwelt wahr. Auch weil sie meistens besser deutsch sprechen als die Mütter. Es sei denn, der Vater ist aufgrund der Familienzusammenführung erst später nach Deutschland gekommen und kann nicht deutsch sprechen. Dann tauschen die Ehepartner die Rollen.

Wie in manchen türkischen Familien war es auch bei uns so, dass wir die Arbeiten und Verpflichtungen stets geteilt haben. Es war bei uns in der Familie nichts besonderes, im Gegenteil, mein Vater hat im Haushalt immer mitgeholfen. Mit einer Ausnahme:

Wenn wir Besuch bekommen haben, hat er nichts gemacht. Für mich war es selbstverständlich, dass ich auch dann im Haushalt mitarbeite, wenn wir Besuch haben.

Obwohl meine Exfrau und ich ein gutes Verhältnis zueinander haben, bin ich geschieden und lebe seit Jahren alleine. Meine Exfrau ist auch in Deutschland aufgewachsen, spricht sehr gut deutsch und kennt sich mit bürokratischen Angelegenheiten aus. Die Behinderung unserer Tochter spielte bestimmt eine Rolle, denn die zusätzliche Belastung musste aufgefangen werden. In allen Situationen, in denen ich helfen konnte, habe ich geholfen. Auch wenn wir seit Jahren geschieden sind, fühle ich mich verantwortlich für meine Kinder und nehme meine Verpflichtung ernst und wahr.

Es war uns sehr wichtig, dass auch unser Sohn zu einem pflichtbewussten Menschen erzogen wird. Auch er hat gelernt, Pflichten zu übernehmen und Verantwortung zu tragen. Denn Freude und Glück werden ja miteinander geteilt, also warum nicht auch Arbeit und Kummer.

*Halil Polat*

# „Hey Boss, ich brauch mehr Zeit“

## Ein Vater nimmt Erziehungsurlaub

Schon vor der Geburt meines ersten Sohnes Luis war mir klar, dass ich Erziehungsurlaub nehmen würde. Susanne und ich wollten uns die Betreuung unseres Kindes teilen. Ich sprach mit meinem Arbeitgeber (Öffentlicher Dienst), merkte, dass meine Pläne auf wenig Begeisterung stießen, aber ich setzte mein Vorhaben um.

Im September 1999 ging ich für ein Jahr in den Erziehungsurlaub (und verlängerte ihn später noch um vier Monate), während meine Frau Susanne wieder arbeitete. In den ersten Wochen musste ich mich und mein Leben sehr umstellen. Ich hatte gedacht, zuhause etwas nebenbei arbeiten zu können, aber mein Sohn verlangte volle Aufmerksamkeit von mir und ich merkte, dass ich mein „Lebenstempo“ seinem anpassen musste. Ich besuchte einige Kindergruppen, um Luis den Kontakt zu anderen Kindern zu ermöglichen, aber auch um selbst in Kontakt mit anderen Vätern zu kommen. Oft waren diese Gruppen aber von Müttern dominiert.

Dann erfuhr ich von einer Vater-Kind-Spielgruppe in der Evangelischen Familienbildungsstätte – und meldete mich sofort an. Diese Nachmittage machten sehr viel Spaß. Ich kam mit vielen Vätern in Kontakt und wir trafen uns auch außerhalb dieser Gruppe.

### Genug Zeit für Elternabende

Nach dem ersten Erziehungsurlaub reduzierte ich meine Arbeitszeit für drei Jahre

auf 30 Stunden in der Woche. Und nachdem mein zweiter Sohn Timo im Jahre 2001 geboren wurde, arbeite ich 20 Stunden in der Woche – das alles aber erst nach großen Diskussionen mit meinem Arbeitgeber.

Mir ist wichtig, dass ich für meine Kinder Zeit habe, und zwar nicht nur am Wochenende. Meine Frau und ich teilen uns den Haushalt und die Betreuung der Kinder. Ich habe genug Zeit, im Beirat der Kindertagesstätte mitzuarbeiten, für Klassenkonferenzen in der Schule und für das Fußballtraining mit meinen Söhnen während der Woche. Dieses Eingebundensein in den Alltag empfinde ich als hilfreich, sowohl für die Beziehung zu meinen Kindern als auch für den Überblick, der nötig ist, wenn unerwartete Dinge geklärt und geregelt werden müssen. Ich kann jedem Vater nur empfehlen darüber nachzudenken, Erziehungszeit zu nehmen bzw. die Arbeitszeit zu reduzieren – auch wenn dann weniger Geld vorhanden ist und der Karriereknick droht. Denn die intensive Zeit mit den Kindern war für mich als Vater ungeheuer wichtig.

Vor einigen Tagen kam ein Arbeitskollege (er hat drei Kinder) zu mir und sagte, dass er ab sofort auch Teilzeit arbeitet. Er berichtete mir, er habe seine Absicht, Teilzeit arbeiten zu wollen, bei unserem Chef problemlos durchsetzen können. Ich hätte da wohl „ganz gute Pionierarbeit geleistet“, meinte er – ein kleiner Teilerfolg.

# Vater im Doppelpack

## Ein Männerpaar entscheidet sich für ein Pflegekind

Heterosexualität bedeutet nicht automatisch Kinderwunsch, und Schwulsein ist nicht gleichzusetzen mit Kinderwunschslosigkeit. Der Kinderwunsch war schon immer Thema in unserer nun schon 23-jährigen Beziehung. Der Familieninstinkt schlummert in uns beiden. Verschiedene Modelle, wie zum Beispiel Mitglied in einer Wohngemeinschaft mit Kindern zu werden, erwiesen sich als untauglich. Die rechtliche Situation hat sich für uns deutlich verbessert und unsere biologische Uhr tickte in dieser Sache unüberhörbar lauter. Wir haben uns deshalb entschieden, den Versuch zu machen, Pflegeväter zu werden. Wir wollten es wissen!

Das amtliche Verfahren war für uns, wie für alle anderen Paare in unserer Vorbereitungsgruppe auch, mit einigen Anforderungen verbunden. Die SozialarbeiterInnen des Pflegekinderdienstes erwarten, dass man seine persönlichsten Motive in einer gewissen Öffentlichkeit darstellt, und über die eigene Kindheit, Jugend, die Beziehungen zu den Eltern, Geschwistern usw. spricht. Es gehört zu den Aufgaben des Jugendamtes, in den privaten Bereich Einblick zu nehmen. Auch wenn wir das für berechtigt halten, ist es schwierig, sich dem zu unterwerfen und authentisch zu bleiben. Aber: In unserer Situation bedeutet Kontrolle auch einen gewissen Schutz. Insgesamt haben wir mit dem Pflegekinderdienst wirklich gute Erfahrungen gemacht. Wir und die heterosexuellen Paare wurden gleich behandelt.

Nach dem achtwöchigen Kennenlernen und dem Einzug im Frühjahr 2006, unser Kind war zu der Zeit fünf Jahre alt, hat sich der gesamte Tagesablauf geändert. Jeder Frisörtermin muss jetzt geplant werden, man muss regelmäßiger und früher Abendessen. Dinge, die alle Eltern erfahren. Bei uns kam das eben von Null auf Hundert. Andere Veränderungen waren subtil. Zum Beispiel gab es mit der Zeit weniger bzw. gar keine Anrufe auf dem Anrufbeantworter, wenn wir ein Wochenende weg waren. Das war früher anders.

### **„Wir haben auf einmal ganz andere Kontakte und andere Themen“**

Als Kindergarteneltern haben wir auf einmal ganz andere Kontakte und andere Themen. Wir haben vorher nie so viele Berichte über Schwangerschaften anhören müssen. In Gesprächen stellen wir immer wieder fest, dass wir Erfahrungen machen, die alle Eltern mit einem 6-jährigen Jungen machen. Das ist für uns ein Zeichen von „Normalität“. Darauf sind wir insgeheim total stolz. – Für uns ist das „Neue“ anders als erwartet, weil wir einfach unerfahrene Väter sind.

Unser Junge hat Kontakt zu anderen Pflegekindern. Aber wir leider nicht zu den Pflegeeltern. Ein jährliches Fest vom Pflegekinderdienst ist eine Gelegenheit, die wir sehr gerne wahrnehmen.

Es gab auch neue Coming-Out-Situationen. Wenn unser Junge Besuch mitbringt, so



wie in seinem Alter üblich, dann wollen die Eltern natürlich wissen, bei wem ihr Kind spielt. Das führt zu einem offensiven Umgang mit unserer Lebensweise. Wir müssen uns öfter offenbaren. Aber damit haben wir gute Erfahrungen gemacht.

Einiges ist auch sehr gleich geblieben. Wir machen nach wie vor gerne Urlaub im Wohnwagen, können zurzeit allerdings nicht so weit weg fahren. Auch Wandern geht mit dem Jungen wunderbar. Bestimmte Dinge, wie das Kochen, haben wir schon immer gerne gemacht. Das ist eine gute Grundlage.

Wie zu bemerken ist, schreiben wir hier nur in der „Wir-Form“. Das finden wir selber nicht sehr glücklich. Es gibt aber den derzeitigen Zustand wieder. So ist es auch in der Erziehung. Natürlich gibt es Unterschiede. Einer ist zum Beispiel eher bereit, oft und lange bestimmte Dinge auszuhandeln. Dem Anderen gelingt es besser, bestimmte Rituale auszugestalten und einzuhalten. Wir finden, dass wir gleichermaßen die Erziehungslast tragen. Es passiert tatsächlich, dass einer von uns Beiden mal das Feld räumen muss, sei es aus Erschöpfung, aus Ärger, wegen einer Erkältung oder auch weil er einfach einen freien Abend braucht – dann ist der andere da.

In der Eingewöhnungszeit sollte ein „Elternteil“ ganz bei unserem Pflegesohn sein, deshalb ist einer von uns für ein halbes Jahr in Erziehungszeit gegangen und hat seine Arbeit auf eine 10 Std./Woche reduziert. Jetzt hat er die nächsten fünf Jahre einen 30 Std./Woche-Vertrag. Der andere hat die Möglichkeit, bei einer vollen Stelle einen großen Anteil selber einzuteilen. Insgesamt konnten wir dem Amt für das erste dreivier-

Foto: Axel Heigst



tel Jahr garantieren, dass immer einer von uns zu Hause sein würde. Danach wird immer nachmittags nach der Schule einer von uns zu Hause sein. Diese Form der gemeinsamen Erziehung war unsere Bedingung für die Aufnahme eines Pflegekinde. Sie war wohl ungewöhnlich und musste mit dem Pflegekinderdienst erst diskutiert werden.

Für uns sind die gemeinsamen Dreier-Situationen (mit Hund Vierer-Situationen), das temperamentvollere Leben, schön und wichtig geworden. Allerdings haben wir durchaus auch ein starkes Bedürfnis entwickelt, wieder einmal Zeit für uns alleine zu haben - für uns als Paar, aber auch jeder für sich. Schwierig sind sicherlich die Besonderheiten, die sich aus der Organisationsform „Pflegekind“ ergeben. Die regelmäßigen Hilfesgespräche im Jugendamt mit den leiblichen Eltern sind substanzieller Bestandteil unserer Lebenssituation und kosten Energie, auch wenn unsere Familie auf Dauer geplant und angelegt ist.

*Bernhard Schuster und Torsten Kempf*



## Zum Weiterlesen

In Anlehnung an die beschriebenen Lebenslagen geben wir hier jeweils einen Literaturhinweis. Die Palette an spezifischen Fach- oder Sachbüchern ist natürlich zum Teil viel größer.

KALLENBACH, KURT (HRSG): Väter behinderter Kinder – Eindrücke aus dem Alltag, Verlag selbstbestimmtes Leben, Düsseldorf, 1999

TUNÇ, MICHAEL: Vaterschaft im Wandel – Männer mit Migrationshintergrund: „Genossen vom andern Stern?“ in: Dokumentation des Fachforums „Junge Familien im Brennpunkt – Förderung und Unterstützung von jungen Familien in E&C-Gebieten“ am 18. und 19. April 2005, S. 53-64; <http://www.vend-ev.de/downloads/tuncec0605.pdf>

WALTHER, MICHAEL: Getrennt, geschieden ... und Vater – 16 Männer sprechen sich aus, Orell Füssli Verlag, Zürich, 2004

BRITSCH, BASTIAN: Seitenwechsel – die Geschichte eines schwulen Familienvaters, Männerschwarmverlag, Hamburg, 2000

BLIERSBACH, GERHARD: Leben in Patchwork-Familien – Halbschwestern, Stiefväter und wer sonst noch dazugehört, Verlag Psychosozial, Düsseldorf, 2000

## Selbsthilfe

**EINIGE DIESER LEBENSLAGEN SIND SO GELAGERT, DASS SICH BETROFFENE MENSCHEN IN SELBSTHILFEGRUPPEN ZUSAMMENSCHLIESSEN. INFORMATIONEN ÜBER EINE GROSSE BANDBREITE VON SELBSTHILFEGRUPPEN BIETET KIBIS:**

Kibis – Kontakt-, Informations- und Beratungsstelle im Selbsthilfebereich  
Gartenstraße 18  
30161 Hannover

Telefon 0511 | 66 65 67

E-Mail [info@kibis-hannover.de](mailto:info@kibis-hannover.de)

Internet [www.kibis-hannover.de](http://www.kibis-hannover.de)



## Da sein, wo die Kinder sind

### Väter in Kindertagesstätte und Schule

Wenn Sie Vaterschaft aktiv leben und familiäre Verantwortung übernehmen wollen, dann gehören dazu auch die Orte, an denen Ihre Kinder große Teile ihrer Kindheit verbringen. Immer früher sind das Krippen, anschließend Kindertagesstätten und schließlich Schulen. Hier treffen Ihre Kinder andere Kinder, spielen, essen, und ruhen sich aus – es sind Orte, die zu ihrem Leben gehören. Wenn Sie als Vater voll berufstätig sind, bleibt Ihnen die erste Aufregung Ihres Kindes wahrscheinlich verborgen, wenn es nach Hause kommt und vom erlebten Freud und Leid erzählt – oder wenn es auf die Frage „Wie war’s denn“ mit „Gut!“ antwortet und sofort im Kinderzimmer verschwindet. Wenn Sie flexible oder reduzierte Arbeitszeiten haben oder gar Elternzeit nehmen, dann wachsen Ihre Möglichkeiten, etwas von Sohn oder Tochter zu erfahren. Sie rücken etwas näher an die Mitte des Lebens Ihres Kindes.

Für Mädchen und Jungen ist das Engagement von Vätern in den Einrichtungen der frühkindlichen und vorschulischen Betreuung, aber auch in der Grundschule von besonderer Bedeutung. Jungen und Mädchen sind dort fast durchweg von Frauen umgeben, die sie betreuen und unterrichten. Männer erleben sie in diesen Einrichtungen nur selten. Wenn Sie als Mann dort auftauchen und am Leben in der Einrichtung nach Ihren Möglichkeiten teilhaben, ist das für Mädchen und Jungen eine große Bereicherung. Sie erleben einen Vater in neuen „Rollen“, in denen er vielleicht auch Lernen der ist, in denen er aber auf eigene Art und Weise „seinen Mann steht“.

Außerdem haben Sie selbst als Vater die Möglichkeit, Ihr Kind so gut wie sonst kaum zusammen mit anderen Kindern zu erleben und Kontakte zu knüpfen zu anderen Kindern, aber auch zu anderen Eltern und be-

sonders zu anderen Vätern. Sicherlich verändern sich dabei die Schwerpunkte – mag in der Kita der Kontakt zu anderen Erwachsenen im Mittelpunkt stehen, so trägt Ihr Engagement in der Schule vielleicht durch eine Väter- oder Eltern-Kinder-Aktion zur Stärkung der Klassengemeinschaft bei.

Die folgenden Anregungen sollen Sie ermutigen, Ihre Kinder in kleinen (oder größeren) Schritten an deren Orten zu begleiten.

- Versuchen Sie, Ihr Kind regelmäßig an bestimmten Tagen in die Kita zu bringen oder es von dort abzuholen. Das gibt immer kleine Gelegenheiten, mit Erwachsenen oder Kindern ins Gespräch zu kommen. So können Sie leichter ein Ansprechpartner für die Belange Ihres Kindes werden.
- Nehmen Sie an Elternabenden teil. Solche Veranstaltungen sind nicht für Mütter reserviert, obwohl dort immer noch überwiegend Frauen anzutreffen sind. Auch in diesem Fall sind Sie ein kompetenter Elternteil Ihres Kindes.
- Versuchen Sie, andere Väter zur Teilnahme an Spielnachmittagen oder Elternabenden zu gewinnen. Bringen Sie dann ruhig gemeinsam eigene Ideen zur Sprache. Wenn ErzieherInnen Sie als engagierte Gruppe wahrnehmen, fällt es leichter, Verantwortungen an Sie abzugeben.
- Ihre Beteiligung an Aktionen kann vielfältig sein – vom „Event“, zum Beispiel dem Bau eines Gartenhauses, über handwerkliche Unterstützung, gemeinsames Kochen, Basteln oder Begleitung auf Ausflügen bis

Foto: Axel Hengst



*Kinder sind in Kita und Schule sonst fast durchweg von Frauen umgeben.*

zu Betreuung eines Standes auf dem Weihnachtsmarkt. Vielleicht können Sie in der Gruppe oder Klasse Ihres Kindes über Ihre Arbeit berichten – oder gar über Ihre familienfreundlichen Arbeitszeiten. GrundschullehrerInnen suchen hin und wieder Förder-Unterstützung, zum Beispiel als „Lesevater“ für eine Schulstunde in der Woche oder im Monat.

- Sie sind zwar sicher kein Allroundtalent, aber eigentlich können Sie Alles: Wenn Sie sich beim Vatersamstag nicht nur um die Aktionen, sondern auch um die Verpflegung

kümmern, lassen Sie Ihre Kindern an Ihren versorgerischen Stärken teilhaben. Die Kinder sehen, dass auch Männer in diesem Bereich ihren Platz haben können.

- In erster Linie sind Sie als Person gefragt. Jede praktische Beteiligung in der Einrichtung ist prima, aber Sie sind nicht nur der „Macher“, sondern Teilhaber am Geschehen. Was den Kindern gut tut, ist Ihre ganzheitliche väterliche Beteiligung, mit all Ihrem Wissen, Ihren Fragen, Ihrem Wohlbefinden, Ihren Zweifeln!

## Väter in Kindertagesstätten

### Eine Anregung, ein bislang väterfremdes Gebiet zu betreten

*Von Uwe Siedentopf, Fachbereich Jugend und Familie, Stadt Hannover*

„Liebe Eltern, hiermit laden wir Sie ganz herzlich zu unserem Klön- und Bastelnachmittag ein. Beginn: 15.00 Uhr, bei Kaffee und Kuchen.“ So oder ähnlich lauten die meisten Einladungen von Kindertagesstätten an die Eltern. Schaut man auf diesen Klön- und Bastelnachmittag, so fehlen in der Regel die Väter. Mit der Feststellung, Väter seien am Kindergarten nicht interessiert, machen es sich ErzieherInnen und Mütter oft zu einfach. Denn Angebote der Einrichtungen, die sich eigentlich an Väter und Mütter richten sollten, sind bedingt durch den hohen Anteil von Erzieherinnen stark frauenorientiert. Die Termine richten sich oft nach den Öffnungszeiten. Berufstätige Väter werden also weder durch die Uhrzeit, noch durch die Inhalte erreicht und angesprochen.

Aber: „Väter interessieren sich heute offenbar für die aktive Begleitung ihrer Kinder stärker als jemals zuvor, wollen deren Heranwachsen miterleben und sensibel mitgestalten.“ (Verlinden und Kübel in „Väter im Kindergarten“, 2005) Für Mädchen und Jungen sind beide Elternteile wichtig, und eine stärkere, gleichberechtigte Einbindung der Väter in die Kindererziehung ist nötig – und sie wird auch erwartet. Trotzdem klammern die bisherigen Angebote traditioneller Elternarbeit in vielen Einrichtungen Väter aus.

**Kinder wollen ihre Väter erleben – auch in der Kindertagesstätte. Väter wollen ihre Kinder erleben – auch in der Kindertagesstätte.** Ich habe das in meiner Arbeit erlebt: In der Kindertagesstätte Hannover Fischteichweg gibt es seit September 2006 einen

regelmäßigen Vätertreff. Mit diesem Angebot begegne ich dem Ungleichgewicht der Anwesenheit von Vätern auf so genannten Elternabenden und -nachmittagen.

Auf dem ersten Treffen war es den Vätern sehr wichtig, die Form des Umgangs und die Inhalte der Treffen zu regeln. Sehr schnell wurde deutlich, dass den Vätern gemeinsame Aktionen mit ihren Kindern sehr wichtig sind. Gleich danach kam die Frage: Wie (gut) wird mein Kind hier in der Kita betreut? Als erste gemeinsame Aktion besuchten wir im Winter den Zoo. Dabei wurde deutlich, dass Väter neben dem Wunsch gemeinsamer Unternehmungen mit den Kindern auch das Interesse zum Austausch und Kennenlernen untereinander haben. Seitdem gibt es sowohl Begegnungen nur unter Vätern, als auch gemeinsame Aktionen mit den Söhnen und Töchtern.

Zu den bisherigen Höhepunkten des Vätertreffs Fischteichweg zählen die Beteiligung am Bau eines Fußballplatzes für die Kita und ein Campingwochenende. 23 Väter, 16 Mädchen, 21 Jungen und ich verbrachten bei nicht einfachen Wetterverhältnissen ein Zeltwochenende am Flugplatz Hameln-Pyrmont. Kostenlose Rundflüge (eine unserer Mütter ist Pilotin), Lagerfeuer und Nachtwanderung sorgten für ein unvergessliches Wochenende.

## Wie werden in Ihrer Kindertagesstätte Väter wahrgenommen?

### STELLEN SIE FRAGEN UND BEOBACHTEN SIE:

- WIE HOCH IST DER ANTEIL VON VÄTERN, DIE ZU ELTERN-ABENDEN KOMMEN?
- WIE VIELE VÄTER SIND IM ELTERNBEIRAT VERTRETEN?
- GIBT ES MÄNNLICHE ERZIEHER IN DER KITA?
- IST DAS THEMA MÄNNER/JUNGEN IN DER KITA IN DIENST-BESPRECHUNGEN AUF DER TAGESORDNUNG, IST DIE KITA-LEITUNG OFFEN FÜR DAS THEMA VÄTER IN KINDERTAGES-STÄTTEN?
- WIE VIELE MÜTTER, WIE VIELE VÄTER MACHEN ANGBOTE IN DER KITA? WERDEN DAMIT AUCH VÄTER ERREICHT?
- GIBT ES ZUM THEMA VÄTER INTERESSIERTE MITARBEIT-ERINNEN IN DER EINRICHTUNG?
- GIBT ES KONTAKT ZU INTERESSIERTEN VÄTERN?
- HABEN VÄTER SCHON KONTAKT UNTEREINANDER?
- KÖNNEN INTERESSIERTE VÄTER SICH MIT HILFE DER KITA VERNETZEN?
- KÖNNEN INTERESSIERTE VÄTER DIE RÄUME DER KITA FÜR TREFFEN ZU NUTZEN?

## Liebe Väter,

*ich lade euch ein, den Kindergarten eurer Tochter, eures Sohnes auch für euch zu nutzen. Der Kindergarten ist eine wichtige Station im Leben eures Kindes. Ihr habt dabei die Chance, zu begleiten und zu gestalten. Es liegt an euch, Verhältnisse zu ändern und aktiv auch an der Kindergartenzeit teilzuhaben. Ihr werdet feststellen, dass es sehr viel Spaß macht gemeinsam mit Vätern und Kindern etwas zu unternehmen. Ihr werdet feststellen, dass andere Väter die gleichen Themen, Sorgen und Freuden mit euch teilen. Eure Töchter und Söhne werden die gemeinsame Zeit im Kindergarten mit euch genießen. Der Austausch mit anderen Vätern schafft Sicherheit und Vertrauen auch in eigenen Erziehungsfragen. Nutzt die Chance, diese Zeit als eine schöne Zeit mit Euren Kindern zu genießen.*

Uwe Siedentopf,  
Fachbereich Jugend und Familie

Beim Bau eines Bolzplatzes war der „Star“ des Tages ein Vater mit seinem Bagger. Jungen und Mädchen hatten die Gelegenheit, auf der Maschine mitzufahren und „Erwachsenenluft“ zu schnuppern.

Im September 2007 wurde der Vätertreff ein Jahr alt – Zeit für eine Geburtstagsfeier. Ideen für weitere Aktivitäten und Väterthemen werden seitdem konkretisiert.

## Literatur

KÜLBER, ANKE UND VERLINDEN, MARTIN: Väter im Kindergarten – Anregungen für die Zusammenarbeit mit Vätern in Tageseinrichtungen für Kinder, Beltz-Verlag, Weinheim 2005





## Sag mir, wo die Väter sind

### Kontaktangebote in und um Hannover

Für Väter ist es nicht immer einfach, sich verstärkt der Familienarbeit zu widmen und gleichzeitig in gutem Kontakt mit anderen „Erziehenden“ zu sein. Vätern fällt es schwer, sich in „Müttergruppen“ wohl zu fühlen, aber andere Väter für den Austausch sind auch nicht mal eben vorhanden. Es kann helfen, aktiv nach ihnen zu suchen – aber wo?

- Wenn Ihr Kind sehr klein ist, klappern Sie die Spielplätze in der Umgebung ab und halten nach kinderwagenschiebenden Geschlechtsgenossen Ausschau
- Fragen Sie in Ihrer (Kirchen-)Gemeinde, bei Beratungsstellen oder Bildungseinrichtungen nach Vätern-Gruppen oder Vätern in Eltern-Kind-Gruppen
- Sprechen Sie andere Väter an, um sich gemeinsam mit Kindern zu treffen – das kann auch mit voll berufstätigen Vätern gelingen.

Für spezielle Fragen oder Beratungsanlässe stehen Ihnen in und um Hannover kompetente Partner zur Verfügung, die mit Belangen von Vätern vertraut sind:

### **Männerarbeit Ev. Landeskirche**

Vorträge und Beratung  
Hinter der Michaeliskirche 3-5  
31134 Hildesheim

Telefon 05121 | 69 71-450  
E-Mail bueshel@kirchliche-dienste.de  
Internet www.kirchliche-dienste.de/maennerarbeit

### **mannigfaltig e.V.**

Vorträge und Beratung für Männer  
Fröbelstraße 20  
30451 Hannover

Telefon 0511 | 4 58 21 62  
E-Mail info@mannigfaltig.de  
Internet www.mannigfaltig.de

### **Landeshauptstadt Hannover** Fachbereich Jugend und Familie Jugend-, Familien- und Erziehungsberatung

Marienstraße 63  
30171 Hannover

Telefon 0511 | 168 | 44403

### **Unterhaltsrecht und Elterngeld/ Erziehungsgeld** Fachbereich Jugend und Familie Ihmeplatz 5

30449 Hannover

Telefon 0511 | 168 | 46635

### **Kommunaler Sozialdienst**

Ihmeplatz 5  
30449 Hannover

Telefon 0511 | 168 | 43102

0511 | 168 | 42786

### **Region Hannover**

Regionales Bündnis für Familien  
Hildesheimer Straße 20  
30169 Hannover

Telefon 0511 | 61 6-2 23 28

E-Mail gleichstellungsfragen@region-hannover.de

Internet www.region-hannover.de

### **Väteraufbruch für Kinder**

Selbsthilfe und Information  
für Väter in Trennung  
Andreas Schramm

Telefon 0511 | 49 48 79 (privat)

Internet www.vafk.de/hannover/



Foto: Axel Hengst

### Indokus – Informations- und Dokumentationsstelle für behinderte und chronisch kranke Eltern

Am Mittelfelde 80  
30519 Hannover

Telefon 0511 | 6 96 32 56  
E-Mail bbe.indokus@gmx.de  
Internet www.behinderte-eltern.com

### Vaeternetz

Information, Veranstaltungen und Termine für Väter im Großraum Hannover  
Christian Beuker

E-Mail beuker@vaeter-netz.de  
Internet www.vaeter-netz.de

### Vätergruppe

Gesprächskreis für bi- und homosexuelle Ehemänner und Väter  
Offener Gesprächskreis, der bereits seit Mitte der 80er-Jahre kontinuierlich besteht.

Reinhard Lüschow  
Bernwardstraße 31  
30519 Hannover

E-Mail info@GayVaeterHAJ.de  
Internet www.GayVaeterHAJ.de

## Vater-Kind-Treff

**WAS UNS VERBINDET, IST DER WUNSCH, GEMEINSAM UNTER VÄTERN UND MIT UNSEREN KINDERN ZEIT ZU VERBRINGEN – OHNE FESTES PROGRAMM, OHNE KONKRETEN (ERZIEHUNGS-)ANLASS UND OHNE VERPFLICHTUNG. UNSERE KINDER SPIELEN, MALEN, SCHAUKELN, REDEN, TOBEN, BASTELN – MANCHMAL MIT, MANCHMAL OHNE DIE VÄTER. WIR KLÖNNEN, TRINKEN KAFFEE, LESEN VOR UND GENIEßEN ES, IN ENTSPANNTER WOCHENENDSTIMMUNG ZU SEIN. DAS ALLES FINDET IN DEN SCHÖNEN RÄUMEN DES KINDERHAUSES HANNOVER STATT. DORT GIBT ES EIN REICHES ANGEBOT AN SPIELMATERIALIEN, EINE SCHAUKEL, EINE RUTSCHE, TURN- UND TOBEMATTEN UND VIELE SCHÖNE KINDERBÜCHER. MANCHMAL MACHEN WIR AUCH BESONDERE AKTIONEN WIE EINEN AUSFLUG ZUM STADTTILBAUERNHOF SAHLKAMP, EINEN ZOOBESUCH, GEMEINSAMES BACKEN ODER KOCHEN. GELEGENTLICH GEHEN DIE VÄTER AUCH MAL INS KINO ODER TREFFEN SICH AUF EIN BIER. WIR FREUEN UNS ÜBER WEITERE INTERESSIERTE VÄTER UND KINDER!**

### Offene Gruppe für Väter

mit Kindern von 1 bis 5 Jahre  
im Kinderhaus  
De-Haen-Platz 6 in der List  
Telefon 05 11 | 62 45 91  
jeden Samstag von 11 bis 13 Uhr

Weitere Infos gibt es bei  
Michael Autenrieth

Telefon 0511 | 450 69 73  
oder Pietro Altermatt  
Telefon 0511 | 3 94 91 60



## Zum Vorlesen

### Vier Buchtipps

Das Vorlesen ist für Kinder und Väter oft intensive Zweisamkeit, die zum liebevollsten Ritual werden kann. Nicht nur, dass die Forschung immer wieder zeigt, wie wichtig das Vorlesen für die Entwicklung der Sprache des Kindes ist. Zuhören und Nachfragen, sich gemeinsam Gedanken über die Geschichte machen, das ist auch wie ein kleines Abenteuer. Oft wollen jüngere Kinder immer wieder dasselbe Buch hören, und jede kleine Passage, die ein Vater im Text ändert, wird umgehend mit heftigem Widerspruch korrigiert.

In einer Broschüre für Väter sollten Vorlesebücher deswegen nicht fehlen. Und es gibt natürliche auch solche, die einen besonderen Bezug zum Vatersein haben:

#### „Papa Pirat“ von Pascal Lemaitre Ab 3 Jahren

Das Buch erzählt von Käpt'n Rotbart, der mit seiner wilden Piraten-Mannschaft die Meere unsicher macht. Eines Tages verirrt sich auf dem offenen Meer ein Vogel in Rotbarts Kajüte – und stirbt kurz darauf. Nachdem die Mannschaft ihm ein ordentliches Seebegräbnis gestiftet hat, entdeckt Rotbart in seiner „Seemannskrause“ doch tatsächlich drei Eier als Vermächtnis des Vogels ...

Schön und in Versform zeigt die Geschichte, mit welcher Rührung ein Mann zum Vater wird, und dass es sich nicht ausschließen muss, wild und gleichzeitig fürsorglich zu sein.

## „Polly und der Polarstern“

von Polly Horner

Ab 4 Jahren

Pollys Vater muss für längere Zeit beruflich nach Alaska. Die beiden haben verabredet, immer aneinander zu denken und sich „Gute Nacht“ zu sagen, wenn sie abends den Polarstern anschauen. Polly träumt oft davon, wie sie ihren Vater gemeinsam mit ihrem Hund Sirius (!) in Alaska besucht und ihm bei der Arbeit zuschaut. Eine schöne Geschichte, die zeigt, wie Vater und Tochter trotz großer Entfernung füreinander da sein können.

## „Willi Wiberg“

von Gunilla Bergström

Ab 4 Jahren

Seit 1974 beschreibt Gunilla Bergström in mittlerweile knapp 20 Büchern die alltäglichen Höhen und Tiefen von Willi, der mal vier, mal sieben Jahre alt ist. Das Besondere daran: Willi lebt alleine mit seinem Vater. Die Geschichte seiner Mutter wird nicht preisgegeben. Mit seinem eher hausbackenen Vater, der am liebsten Zeitung liest und Pfeife raucht, kann Willi trotzdem viele Dinge besprechen, erleben, wie er mit Mut und Angst umgeht, ganze Städte bauen, sich anderen Jungen gegenüber behaupten, auch wenn er mit Mädchen spielt ... und hin und wieder überrascht er seinen Vater mit seiner Phantasie und damit, was er schon alles kann. – Die einzigartigen Zeichnungen, die geschickt Fotofragmente integrieren, machen auch die Bilder immer wieder anschaulich.

## „Bonifaz und der Räuber Knapp“

von Josef Holub

Ab 9 Jahren

Dem Waisenjungen Bonifaz wird im Jahr 1867 ein neues Zuhause verordnet: das Haus des Bürgermeisters vom Nachbardorf. Er muss sich in ein neues Leben einfügen, und dazu gehört das Schließen neuer Freundschaften. Dafür hat er sich ausgerechnet den Außen-seiter Christian ausgesucht, dessen Vater als gesuchter Räuber im Wald lebt.

Ein faszinierendes Buch – man meint in jedem Moment, die Erlebnisse von Bonifaz mitzerleben und seine Gefühle zu spüren. Der Vater seines Freundes taucht eigentlich nur am Rande auf – aber auch von dort wird deutlich, wie wichtig auch ein „räuberischer“ Vater für seinen Sohn ist.

## Literatur für Männer und Väter

BAUM, HEIKE: Papa, spiel mit mir! 1000 tolle Ideen und Tipps, Urania-Verlag, Berlin 2002

BECKMANN, HERBERT: TöchterVäter, Rotbuch-Verlag, Hamburg 1996

BULLINGER, HERMANN: Wenn Paare Eltern werden – Die Beziehung zwischen Mann und Frau nach der Geburt ihres Kindes, Rowohlt-Verlag, Hamburg 1993

DÖGE, PETER UND VOLZ, RAINER: Männer – weder Paschas noch Nestflüchter – Aspekte der Zeitverwendung von Männern nach den Daten der Zeitbudgetstudie 2001/2002 des Statistischen Bundesamtes – in: Aus Politik und Zeitgeschichte (APUZ) Nr. B 46/2004

ELSCHENBROICH, DONATA: Weltwissen der Siebenjährigen – Wie Kinder die Welt entdecken können, Kunstmann-Verlag, München 2001

ELTERN-INFO NR. 20 DER „HEBAMMEN-ZEITSCHRIFT“: Vater werden, Vater sein, Vater bleiben, Elwin Staude Verlag, Hannover 2007

FTHENAKIS, WASSILIOS F.: Engagierte Vaterschaft – die sanfte Revolution in der Familie, Verlag Leske und Budrich, Opladen 1999

GESTERKAMP, THOMAS: Die neuen Väter zwischen Kind und Karriere – So kann die Balance gelingen, Herder-Verlag, Freiburg 2007

GfG (GESELLSCHAFT FÜR GEBURTSPREPARATION – FAMILIENBILDUNG UND FRAUENGESUNDHEIT – BUNDESVERBAND E.V.), BUNDESZENTRALE FÜR GESUNDHEITLICHE AUFKLÄRUNG (HRSG.): Vater werden, Vater sein, Vater bleiben, Rundbrief 1/99



- GUSTAFSSON, LARS H.: Wir Väter – Was Männer an ihren Kindern haben und Kinder von ihren Vätern brauchen, Kreuz-Verlag, Stuttgart 1993
- „HESSENSTIFTUNG – FAMILIE HAT ZUKUNFT“ UND „VÄTERFORUM OFFENBACH E.V.“ (HRSG.): Ich bin gerne Vater! – Eine Erfahrungswerkstatt für Väter, die gesunde Balance zwischen Job, Frau und Kindern suchen, Frankfurt/M. 2005
- KNIEBIEHLER, YVONNE: Geschichte der Väter – Eine kultur- und sozialhistorische Spurensuche, Herder-Verlag, Freiburg/Basel 1996
- KÖSSLER, HUBERT UND BETTINGER, ARMIN (HRSG.): Vatergefühle – Männer zwischen Rührung, Rückzug und Glück, Kreuz-Verlag, Stuttgart 2000
- KURSBUCH: Die Väter. Heft 140, Rowohlt-Verlag, Berlin 2000
- MEHR ZEIT FÜR KINDER E.V.: Mein Papa und ich. Der Vater-Kind-Ratgeber, 2006
- MINISTERIUM FÜR GESUNDHEIT, SOZIALES, FRAUEN UND FAMILIE DES LANDES NORDRHEIN-WESTFALEN: Väter in Bewegung, Düsseldorf 2003
- RICHTER, ROBERT UND SCHÄFER, EBERHARD: Das Papa-Handbuch – Alles, was Sie wissen müssen zu Schwangerschaft, Geburt und dem ersten Jahr zu dritt, Gräfe und Unzer-Verlag, München 2005
- RICHTER, ROBERT UND VERLINDEN, MARTIN: Vom Mann zum Vater – Praxismaterialien für die Bildungsarbeit mit Vätern, Votum-Verlag, Münster 2000
- RUHL, RALF: Kinder machen Väter stark – Vater werden, Vater sein, Rowohlt-Verlag, Hamburg 2000
- SCHLENZ, KESTER: Bleib locker, Papa! Vater sein. Das Abenteuer geht weiter. Ein Mann erzählt, Mosaik-Verlag, München 2003
- SCHLENZ, KESTER: Mensch, Papa! – Vater werden – Das letzte Abenteuer. Ein Mann erzählt, Mosaik-Verlag, München 2002
- SCHNACK, DIETER UND GESTERKAMP, THOMAS: Hauptsache Arbeit – Männer zwischen Beruf und Familie, Rowohlt-Verlag, Hamburg 1998
- WALITZEK-SCHMIDTKO, EVA: Wenn Paare sich Kinder, Küche und Karriere teilen, Rowohlt-Verlag, Hamburg 2000
- WSI FRAUENDATENREPORT 2005 – HANDBUCH ZUR WIRTSCHAFTLICHEN UND SOZIALEN SITUATION VON FRAUEN, Edition Sigma, Berlin

### Und jeden Monat:

**SWITCHBOARD – ZEITSCHRIFT FÜR MÄNNER UND JUNGEN-ARBEIT, VERLAG MÄNNERWEGE, HAMBURG/DETMOLD**



Foto: Axel Hengst

## Internetadressen für Männer und Väter

[www.mannigfaltig.de](http://www.mannigfaltig.de) Verein für Jungen- und Männerarbeit mit Sitz in Hannover, Veranstalter von Seminaren zu Jungen- und Männerarbeit und Vater-Kind-Freizeiten, Beratungsstelle.

[www.vaeter.de](http://www.vaeter.de) Umfangreiche Informationen, kommentiertes Forum und Links zu Vaterthemen (Kinder, Beruf, Partnerschaft, Netz, Geburt).

[www.paps.de](http://www.paps.de) „Die Welt der Väter“ präsentiert vom Väterverein Paps e.V. Viele nützliche Links zu Väter- und Familienseiten.

[www.vaeter-netz.de](http://www.vaeter-netz.de) Das Netzwerk für Väter in Niedersachsen, mit aktuellen Informationen und Terminen.

[www.papaliste.de](http://www.papaliste.de) Auf der Homepage kann man sich in die Mailingliste für „schwängere“ Männer, werdende Väter und „fertige“ Papas eintragen. U.a. gibt es unter dem Menüpunkt „Bücher“ viele Tipps zu Themen von Schwangerschaft über Vaterrolle bis Sorgerecht.

[www.svkoeln.de](http://www.svkoeln.de) Schwule Väter Köln informieren und beraten.

[www.vaeter-und-karriere.de](http://www.vaeter-und-karriere.de) Aktuelle Informationen zum Thema Väter und Karriere, unter anderem den [www.vaeterblog.de](http://www.vaeterblog.de) zum Lesen und Einmischen.



[www.ekir.de/vaeterkinder](http://www.ekir.de/vaeterkinder) Auf dieser Seite der Evangelischen Kirche im Rheinland gibt es u. a. eine Literatur- und Medienliste – sehr umfangreich (300 Titel), vielfältig gegliedert und von einem Vater zusammengestellt.

[www.vaeter-nrw.de](http://www.vaeter-nrw.de) Starke Väter-Seiten des Ministeriums für Generationen, Familien, Frauen und Integration des Landes Nordrhein-Westfalen.

[www.pappa.com](http://www.pappa.com) Die Website bietet u. a. „Erste Hilfe“ für Väter in Trennung- und Scheidung.

[www.vafk.de](http://www.vafk.de) Der Verein „Väteraufbruch für Kinder“ informiert über Sorgerecht, Umgangsrecht, Vaterschaft.

[www.vaeterfuerkinder.de](http://www.vaeterfuerkinder.de) Informationen und Veranstaltungen zum Thema Trennung vom Verein „Väter für Kinder“ aus München.

[www.vamv-bundesverband.de](http://www.vamv-bundesverband.de) Auf seiner Website stellt der Verband alleinerziehender Mütter und Väter sich selbst, seine Veröffentlichungen und Stellungnahmen vor.

[www.vaetershop.de](http://www.vaetershop.de) Zum Kaufen: Bücher, Musik und Spiele rund ums Vatersein.

[www.maennerzeitung.de](http://www.maennerzeitung.de) Homepage der Zeitschrift Switchboard für Männer und Jungenarbeit mit vielen Artikeln und Veranstaltungshinweisen

[www.papa-institut.de](http://www.papa-institut.de) Dienstleistungsangebot des Diplom-Politologen Eberhard Schäfer in Berlin zur Förderung guter Vaterschaft

## ... auch für Väter

[www.kleinkind-online.de](http://www.kleinkind-online.de) Hier finden Väter von kleinen Kindern Ideen für Fingerspiele, Geschichten und Lieder .

[www.kinder-hamburg.de/buecher](http://www.kinder-hamburg.de/buecher) Auf dieser Website gibt es eine Liste von Büchern für Eltern und Kinder zu allen denkbaren Themen, darunter natürlich auch „Papa-Bücher“ für Kinder.

[www.liga-kind.de](http://www.liga-kind.de) Website der Deutschen Liga für das Kind, einem bundesweiten, interdisziplinäres Netzwerk zahlreicher Verbände und Organisationen.

[www.familienhandbuch.de](http://www.familienhandbuch.de) Eltern finden hier sowohl praktische als auch theoretische Informationen zu Erziehungsfragen, familienpolitische Leistungen und Hilfsangebote.

## Und was können wir sonst noch tun?

### Eine Ideensammlung

Wenn Väter Rahmenbedingungen vorfinden sollen, die ihr Engagement in Familie und Haushalt unterstützen, gibt es noch viel zu tun. Es könnte hilfreich sein, folgende Anregungen in den Blick zu nehmen.

- Väter brauchen eine gezielte Väterberatung. Es bedarf spezieller Angebote, die sich an Väter richten und ihre Lebenslagen berücksichtigen. Das macht deutlich, dass Väter die Familie und Erziehungsfragen auf eigene Art erleben und dass verantwortungsvolle Väter sich Hilfe holen können und sollen.
- Angebote und Themen für Väter brauchen Öffentlichkeit. Für viele Väter stellt das Internet ein wichtiges Medium dar. Beratungs-, Erziehungsgeld- und Gleichstellungsstellen sollten als öffentliche Institutionen auf Internetseiten für Väter hinweisen und Informationsschriften für Väter, die von öffentlicher Hand gefördert werden, als Downloaddokumente zur Verfügung stellen. (In Hannover finden Sie z. B. diese Broschüre unter [www.gleichstellungsbeauftragte-hannover.de](http://www.gleichstellungsbeauftragte-hannover.de).) Ein besonderes Internetangebot für Väter könnte die Wahrnehmung väterspezifischer Angebote fördern sowie Vätern zeigen, wo sie andere Väter treffen können.
- Bildungseinrichtungen müssen Väter in Erziehungs-, Betreuungs- und Kommunikationsprozesse stärker einbinden, sie immer auch „mitdenken“. Fachberatungen für Kindertagesstätten (Kitas) könnten zum Beispiel entsprechende Fortbildungen für ErzieherInnen anbieten. Gleichzeitig bieten Kitas einen guten Raum für gezielte Fortbildungen für Väter und Mütter. Auch kann die

Formulierung einer Einladung zum Elternabend deutliche Unterschiede bewirken: „: Heißt es da „Liebe Eltern ...“, kann die Zuständigkeit innerhalb der Familie delegiert werden. Steht dort genauer „Liebe Väter und Mütter ...“ werden so beide Personen angesprochen und in ihrer Verantwortung ernst genommen.

- Bildungsangebote zu Erziehungsfragen oder Veranstaltungen zur Geburtsvorbereitung gewinnen an Wirkung, wenn vorher gefragt wird: Wie können wir Väter gezielt oder besonders zur Teilnahme motivieren? Wann ist es sinnvoll, Veranstaltungen ausschließlich für Männer anzubieten – und ist der Referent dann auch ein Mann? Hier sollten die vereinbarten Grundsätze des Gender Mainstreamings auch für Väter gültig sein.
- Auch bezüglich der Berührungspunkte zu Unternehmen kann sich für die Stadt die „Väterfrage“ stellen: Warum nicht eine Firma, in der überwiegend Männer arbeiten, bei der Gründung einer Betriebskindertagesstätte unterstützen? Dann wären es vielleicht überproportional viele Väter, die ihre Kinder in die Kita bringen würden.
- Wie können städtische männliche Mitarbeiter in der Wahrnehmung väterfreundlicher Arbeitszeitmodelle unterstützt werden? Was kann von andern Kommunen oder Unternehmen gelernt werden, wo gibt es innerstädtische gute Beispiele?
- Wer sollte städtischer Ansprechpartner für solche Väterbelange sein?

Wir sind sicher: Wenn Väter entsprechende Unterstützung finden, entstehen neue Rahmenbedingungen, die den einen oder anderen Vater motivieren, sich der Herausforderung „Vater-Sein“ zu stellen. Übernehmen Väter in der Folge mehr Familienarbeit, ist dies für Kinder gut und fördert auch die Möglichkeiten von Frauen, beruflich aktiv zu werden – und damit die beidseitige Gleichstellung.



## Das Schlusswort: **So wollte ich doch nie sein!**

Ich bin Jahrgang 1969 und seit zehn Jahren verheiratet. Meine Tochter wurde 1998 und mein Sohn im Jahr 2000 geboren. Angeregt durch meine Frau habe ich mir schon oft die Frage gestellt, wie ich mit meinen Kindern umgehe – über Verhalten, Erziehung, Freizeit, Unterstützung und Vorbildwirkung zum Beispiel. Ich dachte immer, dass ich ziemlich viel Zeit mit meinen Kindern verbringe. Aber in Gesprächen mit anderen Personen hat sich mein Blickwinkel verändert, und ich bin mir nun nicht mehr sicher, dass ich die Zeit, die ich mit meinen Kindern verbringe, auch intensiv nutze.

Es gibt dazu einen passenden Titel des Kinderliedermachers Rolf Zuckowski über die Vater-Kind-Beziehung. Das Lied heißt: „So wollte ich doch nie sein“.

Natürlich spielt meine eigene Kindheit mit in meine Vater-Kind-Beziehung hinein. Ich bin

bereits als Baby in eine Krippe gekommen, habe dann den Kindergarten besucht. Nach der Grundschule ging es in den Hort. Meine Eltern waren beide voll berufstätig und viel Zeit für einen gemeinsamen Familienalltag blieb nicht. Das habe ich als Kind nie in Frage gestellt, da es mir völlig normal erschien.

Heute frage ich mich: Was hat mein Vater eigentlich mal mit mir alleine unternommen? Ich habe lange überlegt, aber es ist mir nur wenig eingefallen. Es wurde grundsätzlich alles mit der gesamten Familie gemacht (Mutter, Vater, Sohn). Mal nur Vater und Sohn – das gab es nur als absolute Ausnahme, zum Beispiel beim Pilze sammeln oder beim Schwimmen (meine Mutter ist Nichtschwimmerin). Als Jugendlicher hat sich meine Beziehung zum Vater nicht geändert. Für mich war es normal, nichts alleine mit meinen Vater zu unternehmen oder gemeinsam mit ihm etwas Neues kennenzulernen.



Ich vermute, dass mein Vater mich als sein Kind akzeptiert hat, frage mich aber, ob wir wirklich eine Beziehung zueinander hatten.

### **Immer alles schnell, schnell**

Erst als ich selbst das erste Mal Vater wurde, kam diese Frage auf. Und heute weiß ich, dass ich lange dasselbe Verhalten an den Tag legte, das mir bei meinem Vater missfiel: Ich habe zwar selbstverständlich im Haushalt mitgeholfen, meine Tochter versorgt und gepflegt. Aber ich habe mir nicht die Zeit genommen, eine echte Beziehung zu ihr aufzubauen und gemeinsame Aktivitäten wie Schwimmen oder Turnen abgelehnt bzw. nur als Begleiter teilgenommen oder nach sehr massiver Aufforderung. Auch nach der Geburt meines Sohnes behielt ich dieses Verhalten bei. Immer alles schnell, schnell gemacht. Nie die Zeit genommen, mit den Kindern allein ein Spiel zu spielen oder mal einen Ausflug nur mit Papa zu unternehmen.

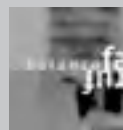
Dabei habe ich mich auch mit anderen Vätern verglichen. Im Vergleich fand ich mich als Vater wunderbar, da ich in meinen Augen „viel Zeit“ mit meinen Kindern verbrachte. Inzwischen denke ich, dass die Zeit, die ich mit meinen Kindern verbringen kann, sehr kostbar ist und keinesfalls eine Belastung darstellt. Ich bin natürlich nicht der Superpapa und werde auch immer mal wieder meine alten Verhaltensweisen an den Tag legen, aber meine Sichtweise hat sich sehr geändert. Ich mache mir auch keine Gedanken mehr darüber, wenn ich als einziger Vater unter Müttern mit meinen Kindern bin.

Ich finde, dass wir Männer und Väter uns viel öfter untereinander austauschen sollten, da sich viele vermutlich dieselben Fragen stellen, aber Mann darüber nicht spricht.

*Emanuel Eppert*







Landeshauptstadt

Hannover

*Das Urheber- und Verlagsrecht einschließlich der Mikroverfilmung sind vorbehalten. Dieses gilt auch gegenüber Datenbanken und ähnlichen Einrichtungen sowie gegenüber sonstigen gewerblichen Verwertern. Verwertungen jeglicher Art bedürfen der Genehmigung durch die Landeshauptstadt Hannover.*

Der Oberbürgermeister

Referat für Frauen und Gleichstellung  
Fachbereich Jugend und Familie

Trammplatz 2 | 30159 Hannover

Telefon 0511 | 168 | 45300

Fax 0511 | 168 | 46699

E-Mail [frauen-und-gleichstellung@hannover-stadt.de](mailto:frauen-und-gleichstellung@hannover-stadt.de)

[www.hannover.de](http://www.hannover.de)

Text & Redaktion Annette Volland, Axel Hengst,  
Dr. Brigitte Vollmer-Schubert, Ingrid Naacke,  
Astrid Schepers

Gestaltung m.göke

Druck Steppat Druck, Laatzen  
gedruckt auf 100 % Recyclingpapier

gefördert durch das Niedersächsische Ministerium  
für Soziales, Frauen, Familie und Gesundheit  
in Kooperation mit der Vernetzungsstelle für  
Gleichberechtigung, Frauenbeauftragte und  
Gleichstellung

Stand 2. Auflage, 2011