

22.10.2023 um 07:45 Uhr

hr4 ÜBRIGENS



Ein Beitrag von

Dr. Barbara Brüning,

Katholische Journalistin, Autorin und Systemische Familienberaterin, Frankfurt

Alleine geht nichts

Kürzlich war ich von einer Gruppe alleinerziehender Frauen eingeladen zu einem Vortrag. Mein Thema war: „Ich bin genug“. Es ging mir darum zu sagen: Nur weil du keinen Partner hast, musst du nicht seine Lücke ausfüllen. Du kannst alles für dein Kind sein, wenn du nur bist, wie du bist. Du musst nicht zwei Personen in einer sein. Das macht nämlich vielen Alleinerziehenden unglaublich viel Stress. Zu dem, was sie sowieso alles alleine zu tragen haben. Dieses Wissen: „Ich bin genug“ überträgt sich dann auch auf die Kinder, die nicht das Gefühl haben, dass etwas mit ihnen falsch ist.

Die Belastung ist einfach zu viel für eine Person

Dann aber hat sich eine Frau zu Wort gemeldet und gesagt: „Darum geht es gar nicht: Die Belastung ist einfach zu viel für eine Person. Geld verdienen und die Sorge um ein oder mehrere Kinder. Das geht nicht zusammen. Gerade, wenn die Kinder klein sind: Wie soll ich arbeiten und mich gleichzeitig um die Bedürfnisse eines kranken Kindes kümmern?“ Sie war richtig wütend. „Es geht nicht“, hat sie gesagt: „Wir brauchen mehr Unterstützung.“

Das heißt nicht, dass du alles alleine schaffen musst

Ich habe mich sehr gefreut über diesen Beitrag. Er war eine gute Vorlage für die Wende, die ich eingeplant hatte: Auch wenn du alleine für dich genug bist, so wie du bist, heißt das nicht: Du kannst auch alles alleine schaffen. Und du musst es auch nicht.

Es braucht ein ganzes Dorf, um ein Kind zu erziehen

Ob du alleinerziehend bist oder nicht, ob gesund oder krank: Wir werden immer andere brauchen. Und meist sogar: jüngere und ältere Menschen. Gleichgesinnte und anders Gesinnte. Ein Sprichwort sagt: Es braucht ein ganzes Dorf, um ein Kind zu erziehen. Und ich denke: Es braucht auch ein ganzes Dorf, um gut zu leben. Die alleinerziehenden Frauen haben verstanden: Alleine geht es nicht: Und haben sich deshalb in einem Verband zusammengeschlossen, in dem sie sich gegenseitig unterstützen.

Es tut gut zu wissen: Ich bin nicht allein

Für mich ist übrigens die Kirchengemeinde so etwas wie dieses Dorf. Dahin zieht es mich jeden Sonntag. Und ich genieße es, dadurch Menschen ganz unterschiedlichen Alters und mit ganz unterschiedlichen Geschichten zu kennen und mich auszutauschen. Es tut gut zu wissen: Ich bin nicht allein.