

Für euer
buntes
Familienleben

Nr. 7
JULI 2019

4,50 €
Österreich 5,00 €
Schweiz 7,20 sfr

Eltern family

Elternfamily

STREITGESPRÄCH
Zwei Alleinerziehende,
zwei Lebensentwürfe - und
kein Blatt vor dem Mund


BASTELSPASS: TIERE,
DIE IHR HAUS
GLEICH MITBRINGEN

**Werden unsere Kinder
heute immer früher reif?
Ein Wachstumsbericht**

EINEIIGE ZWILLINGE
- und doch total
verschieden: Kann das sein?
Die überraschende
Spurensuche einer Mutter

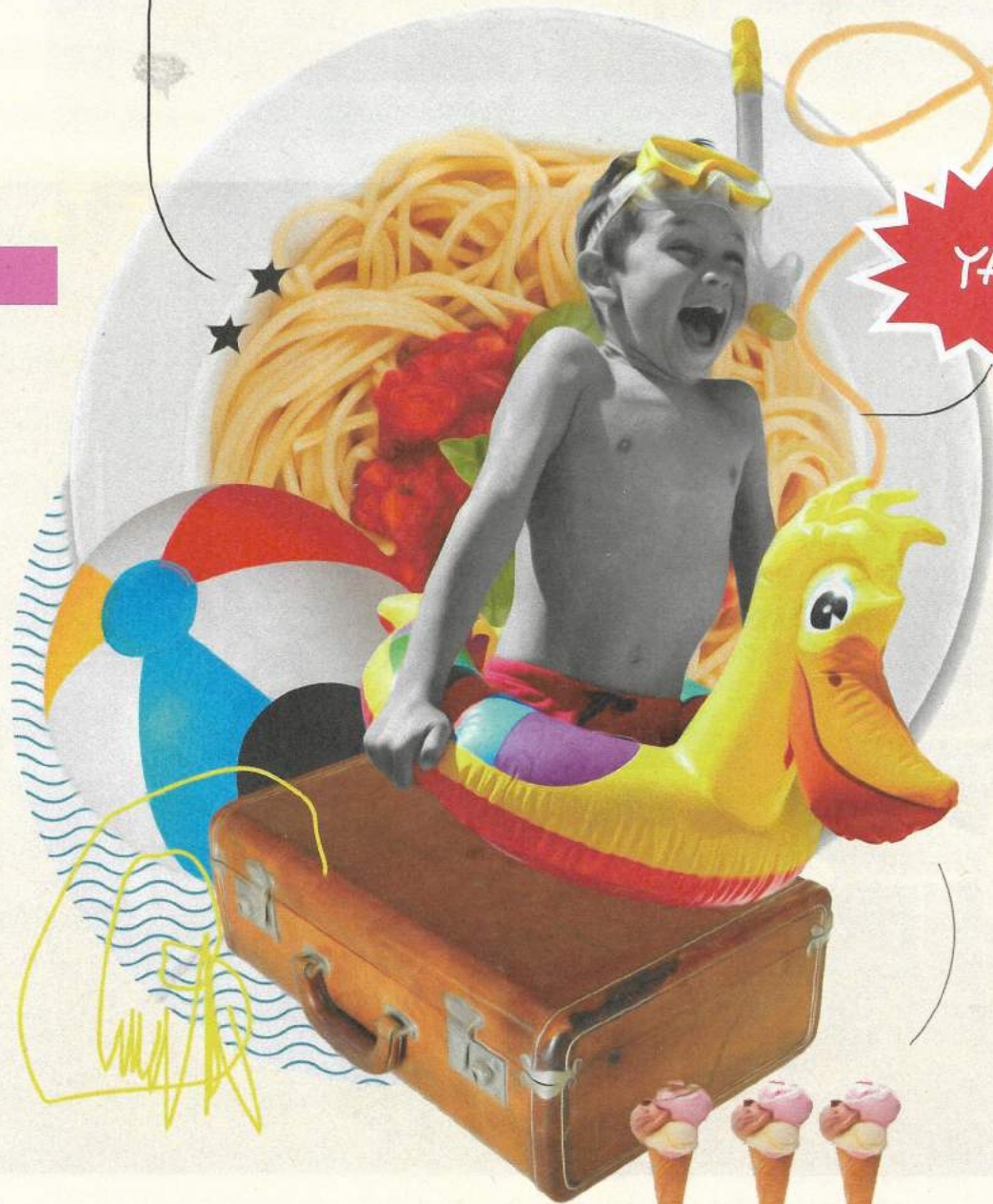
Kommt, wir machen was Schönes



**Warum gemeinsame Ferien für
Familien so wichtig sind
Plus: Orga-Stress vorm Urlaub? weg damit!**



Kommt, wir



YAY!

Text
VERENA CARL & YVONNE ADAMEK

Endlich Sommer, endlich Urlaub, darauf freuen wir uns seit Monaten. Wie verwandeln wir zwei, drei gemeinsame Wochen wirklich in die schönste Zeit des Jahres, und wie schaffen wir's, dass keiner zu kurz kommt – auch wir selbst nicht?

machen was Schönes



Es gibt diese Momente, in denen stimmt gleichzeitig alles und gar nichts. Ich denke da an ein Ferienerlebnis von vor einigen Jahren: Mama, Papa, Tochter, Sohn plus ein Hausboot. Wir trübten vom Chillen auf Deck und Picknick auf dem Anleger. Stattdessen Sturm und Regen über der Müritz, und dann blieben wir auch noch mit unserem Kiel im Uferschlamm stecken. Anfängergack. Trotzdem habe ich den Schreckmoment in guter Erinnerung. Wenn schon auflaufen, dann gemeinsam mit den Menschen, die man am meisten liebt. Dazu kam auch noch die Sonne raus. Nicht wahr.

Sommerferien mit Kindern – das ist häufig beides, Traumzeit und Zitterpartie. Sehnsüchtig erwartet, manchmal auch spektakulär daneben. Zu wenig anderen Anlässen, vielleicht Weihnachten ausgenommen, haben wir so hohe Erwartungen und planen wir das Glück so präzise. Weil wir ahnen: Wenn's gut läuft, dann wird die Auszeit zum Familienkitt, zur Gelegenheit, einander noch mal ganz neu zu erleben, zur Erinnerungsschatzkiste für später. →

— Vor der Reise —

Sehnsucht zum Auskosten

— Wie das duftet —

„Orangenblüten, Knoblauch und eine leichte Note von Putzmittel – wenn ich dieses Südeuropa-Parfüm rieche, weiß ich, ich bin angekommen.“ (Nadja, 37)

— Wie das schmeckt —

„Ich freu mich schon darauf, wenn ich am ersten Ferientag morgens im Auto aufwache. Dann sind wir meistens schon drei Stunden unterwegs, und an der ersten Raststätte kann sich jeder aussuchen, was er will. Sogar Burger zum Frühstück!“ (Jonas, 9)

— Wie das klingt —

„Ich will wieder da hin, wo die Kuhglocken bimmeln.“ (Marie, 5)

— Wie sich das anfühlt —

„Vor dem Frühstück zum Strand, einmal untertauchen, wenn das Meer noch kühl ist, und der Tag kann kommen.“ (Tobias, 42)

Was muss alles mit, wenn wir den Familienurlaubs-koffer packen: Wärme? Strand? Natur? Wie machen wir aus mehreren Träumen einen einzigen, und gibt es sie, die Formel für perfekte Ferien mit Kindern? Martin Lohmann hat Antworten auf diese Frage. Denn der Tourismusforscher und Psychologe aus Kiel untersucht seit vielen Jahren unser Reiseverhalten. In Kürze: Während noch vor 100 Jahren Bauernjungs und -mädchen im Sommer bei der Heuernte auf dem Feld standen und nur Upper-Class-Familien im Luxushotel auf dem Lido residierten, machen heute fast 80 Prozent aller Menschen mit Kindern mindestens einmal im Jahr für mindestens fünf Tage Urlaub. Vor gut 20 Jahren waren es erst 67 Prozent. „Kinder werden heute mehr wertgeschätzt als früher, Eltern möchten ihnen auch in der freien Zeit etwas bieten“, fasst Lohmann zusammen. Stimmt – und vor allem wollen wir ihnen die Welt zeigen: wie schön sie ist, wie vielfältig, wie die Pinien in Italien duften, wie die Menschen in Portugal reden, wie eine Moschee in Marrakesch aussieht...

Dabei ist nicht nur die klassische Papa-Mama-Kinder-Kombi unterwegs, sondern auch alternative Besetzungen: Single-Eltern reisen, Patchworkfamilien reisen (zur Freude der beteiligten Kinder sogar oft mehrmals pro Jahr), und zunehmend nutzen auch Familien mit weit verstreuten Wohnorten die Sommerferien, um Zeit mit Oma und Opa, erwachsenen Geschwistern und kleinen Cousins und Cousinen zu verbringen.

Die neue Vielfalt hat allerdings auch eine Kehrseite: Je mehr Beteiligte sich einigen müssen, desto schwerer fällt oft die Entscheidung. Nicht nur, weil uns Online-Buchungstools unendliche Möglichkeiten aufs Display spülen, auch, weil Kinder heute stärker einbezogen werden – und was für Hobbys und T-Shirt-Shopping gilt, gilt natürlich auch für die Urlaubsplanung. Wir haben es aber selbst in der Hand, ob Stress daraus wird oder gesteigerte Vorfreude. Denn die Planungsphase vor dem Urlaub kann uns regelrecht euphorisch machen – manchmal sogar mehr als das Verreisen selbst, so eine aktuelle Studie der Uni Rotterdam. Diese Energie können und sollten wir nutzen. „Gemeinsam mit den Kindern etwas über Land und Leute lesen, Filmclips anschauen, das gibt allen Beteiligten das Gefühl: Das ist unser gemeinsames Projekt“, sagt Kirsten Harms, die lange Jahre als Reiseleiterin und für einen Familien-Reiseveranstalter gearbeitet hat und heute Tourismusunternehmen berät.

Auf der Reise

Wir sind ein Team, wir rocken das

Liebes Tagebuch, ich dachte, der Tag wird übelst öde, aber war dann doch okay. Papa hat was von Radtour gelabert, und ich so: Nee, nicht dein Ernst, so weit reicht das WLAN der Pension doch gar nicht! Aber die Fischbrötchen im Hafen, wo wir gerastet haben, die haben echt Laune gemacht. Und als das Pedal von meinem klapprigen Leihrad plötzlich hin war, hat Papa eine Rolle Klebeband aus seiner Satteltasche gezogen und das auf die Mac-Gyver-Tour repariert. Ich hoffe, wir fahren morgen noch mal los! (Leon, 11)

Apartment in Andalusien, Kanutour in Kanada, sattelfest auf Sylt – was ist das perfekte Feriense팅 für Eltern und Kinder? Gibt es nicht, sagt Martin Lohmann: „Für einen gelungenen Familienurlaub sind Ziel, Land und Leute gar nicht der wichtigste Faktor. Im Fokus steht das Zusammen-sein.“ Eine gute Nachricht, weil sie Druck rausnimmt – in einer Zeit, in der Mütter und Väter schon in der Elternzeit scharenweise ans andere Ende der Welt pilgern. Und die anderen schon fast unter Rechtfertigungsdruck geraten: Echt, Strandurlaub an der Ostsee, ist es nicht viel wichtiger fürs Familiengefühl, sich mal aus der Komfortzone wegzubewegen...?

Richtig ist: „Weil unser Alltag heute so zerfasert ist, häufig beide Eltern berufstätig und die Kinder länger in Kita oder Hort, ist gemeinsame Zeit in den Ferien besonders wichtig, weil man sich stärker als familiäre Einheit erlebt“, sagt Kirsten Harms. Doch egal, ob näher dran oder weiter weg, das Wir-Gefühl kann überall gedeihen.

Ideal dafür sind Settings, die ein wenig nach Aben-





teuer schmecken: also eher die Radtour entlang der Elbe, die Bulli-Fahrt ins Blaue, das Hotel, das nicht nur Langschläferfrühstück und Kinder-Disco anbietet, sondern auch Segelkurs oder Sprachcamp. Teambuilding für Familien, das passiert eher ganz nebenbei beim Zeltaufbauen oder beim Käsemachen auf dem Urlaubsbauernhof als beim Abhängen auf der Strandliege.

Wahr ist aber auch: Die Bedürfnisse können ganz schön auseinanderdriften. Als das Online-Portal Booking.com 2016 nach den wichtigsten Kriterien für einen gelungenen Urlaub fragte, nannten Teenager zu 91 Prozent „gute WLAN-Verbindung“, nur 18 Prozent waren daran interessiert, Gleichaltrige kennenzulernen. Ganz anders bei Kita- und Grundschulkindern: Für 40 Prozent steht und fällt der Urlaub mit neuen Spielkameraden. Wie bringt man das unter einen Hut? Mit Einfühlbarkeit und klaren Regeln, rät Kirsten Harms: „Man kann zum Beispiel vorher festlegen, dass reihum jeder an einem Tag der Bestimmer ist.“ Und: Gemeinsamkeit heißt nicht, dass alle zur gleichen Zeit dasselbe tun müssen. Im besten Fall kann jedes Kind zeigen, was es kann: beim Stand-up-Paddling Papa überholen oder bei der Theateraufführung im Club perfekt die Drama-Queen mimen. Oft entdecken wir – hier in der neuen Umgebung – ganz neue Fähigkeiten und Eigenschaften an unserem Nachwuchs, die uns im Alltagswahnwitz entgangen sind. Umgekehrt ist es ja ähnlich: Losgelöst von Job und Verpflichtungen sind auch wir Großen ein anderes Gegenüber für unsere Kinder. Entspannter, unternehmungslustiger, spontaner, neugieriger, zugewandter. ➔

Nach der Reise

Das kann uns keiner nehmen ...

Mama beim Handysfotos-Gucken: „Guck mal, die hat Papa gemacht, da kommt ihr beide angeklettert.“

Sohn: „Das sieht total steil aus auf dem Bild!“

Kam mir gar nicht so vor, vielleicht weil du hinter uns warst und uns Tipps gegeben hast, wo wir die Füße hinsetzen sollen.“

Tochter: „Also, mir hat sie keine Tipps gegeben, ich konnte das ganz allein.“

Mama mit gerunzelter Stirn: „Das weiß ich gar nicht mehr so genau. Aber dass Papa außen herumgegangen und uns oben mit Picknick überrascht hat, das vergesse ich nie.“

Papa: „Gib's zu, der Prosecco hat dir besonders gefallen.“

Die lebhaftesten Erinnerungen haben wir an Momente, in denen wir etwas zum ersten Mal getan haben, die uns an unsere Grenzen gebracht haben oder ganz neue Eindrücke eröffnet. Von all dem gibt's im gelungenen Familienurlaub reichlich, auch wenn Kinder und Erwachsene oft andere Erinnerungen mitnehmen: Wir Eltern vergessen nie das Hochgefühl beim Hubschrauberflug, die Kinder schwärmen heute noch davon, wie sie heimlich allein mit dem alten Hotelpaternoster gefahren sind, trotz Verbotsschildern. Und manchmal sind es gerade Pannen und Herausforderungen, die das Wir-Gefühl stärken. Weil es kaum etwas Schöneres gibt, als gemeinsam überstandene Abenteuer Revue passieren zu lassen. Den Mörderstau, den wir mit drei Stunden „Ich sehe was, was du nicht siehst“ überstanden haben; den Tag, an dem wir uns handylos Hänsel-und-Gretel-artig im Wald verirrt, bis wir endlich ein paar gut orientierte Rentner trafen ...

Meine Familie und ich, wir denken immer noch manchmal daran zurück, wie wir damals auf der Müritz im Schlamm feststeckten, ehe uns ein wortkarger Mecklenburger Kapitän mit seiner winzigen Nusschale freischleppte. Wie wir kurzerhand am Hafen gegenüber festmachten, weil wir für diesen Tag genug hatten von Abenteuern, und zwei Stunden später mit der Familie vom Nachbaranleger auf unser Missgeschick anstießen, während unsere Kinder sich spontan angefreundet hatten und gemeinsam Enten fütterten. Das war ein ziemlich gelungener Tag. Anders gesagt: Eigentlich war es unser schönstes Ferienerlebnis. →



Balkonien reloaded

Endlich mal Zeit, aber wenig Geld?
Auch beim Urlaub zu Hause könnt ihr Abenteuer erleben und als Familie näher zusammenrücken. Zum Beispiel so!

In weiter Ferne, so nah

Egal ob gerade zugezogen oder schon ein Leben lang da, auch in der eigenen Stadt oder der eigenen Gegend kann man sich als Tourist fühlen. Gemeinsam ein Viertel erkunden, in dem man noch nie war; sich einen Reiseführer kaufen (oder eine Tourismus-App herunterladen) und sich inspirieren lassen oder das Vertraute aus anderer Perspektive anschauen: Leipzig auf Wasserwegen, in München immer an der Isar entlangradeln, auf Skates hinter Hamburg den Deich entlang ...

Jetzt bist du dran!

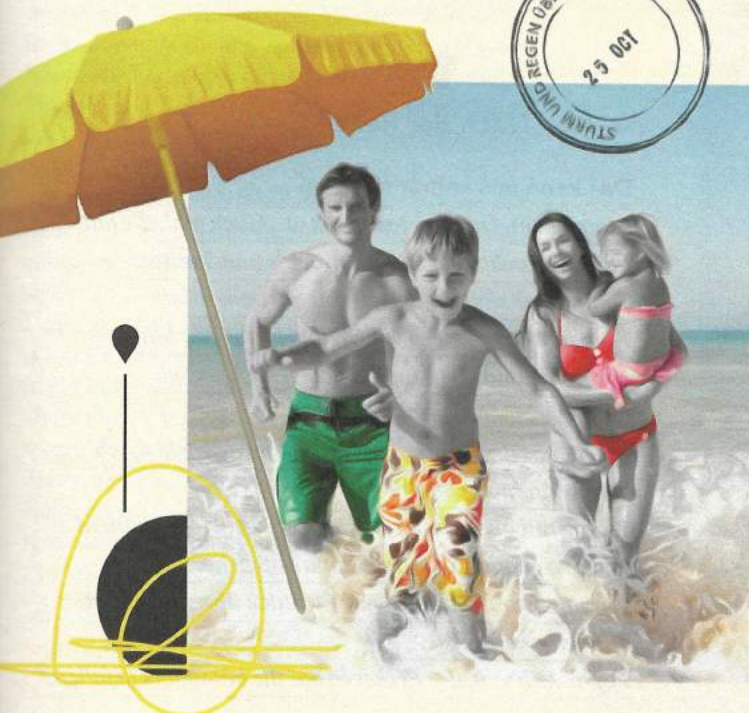
Wetten, auch unsere Kinder können uns Orte zeigen, die wir noch nicht kennen? Den Picknickplatz vom letzten Erstklässler-Wandertag, das Heu-Hotel von der Kita-Reise (direkt an der S-Bahn), den coolen Spielplatz vom letzten Kindergeburtstag ... Größere Kinder können selbst nachfragen, wie man da hinkommt, bei den Kleineren helfen wir unauffällig nach. Hauptsache, unser Kind ist der Auskenner.

Schmeckt nach Ferien

Das beste Rezept gegen Fernweh? Gemeinsam nachkochen, was woanders schmeckt: Heute reisen wir mit Paella nach Spanien, morgen mit Pasta nach Italien und übermorgen mit handgeschabten Spätzle auf die Schwäbische Alb. Ideen z. B. unter www.essen-und-trinken.de/urlaubskueche

Handwerker gesucht!

Und wenn euch doch die Decke auf den Kopf fällt? Dann probiert mal das Prinzip „Urlaub gegen Hand“ aus: Tiere sitzen, in einem Ferienhaus den Schuppen reparieren, Rasen mähen oder Ähnliches im Tausch gegen eine Urlaubsunterkunft, oft in der näheren Umgebung. Angebote gibt's z. B. in der gleichnamigen Gruppe auf Facebook.



Und vorher bin ich Orga-Queen!

Urlaub ist so schön. Doch bis es so weit ist, sind Eltern von schulpflichtigen Kindern oft im Orgastress. Denn die Kinder haben 14 Wochen Ferien im Jahr. Berufstätige Eltern nicht mal halb so viele Urlaubstage. Wie man diese Rechenaufgabe löst? Darüber hat sich family-Autorin Yvonne Adamek, Mutter von zwei Söhnen, Gedanken gemacht.

Seit einiger Zeit träume ich von meinem eigenen Sommermärchen. Es hat nichts mit Fußball zu tun und auch mit keinem anderen Sport. Eher mit einem langen Spaziergang durch den Wald hinter unserem schwedischen Ferienhaus. Es ist natürlich aus Holz mit rotem Anstrich und einem Vorgarten voller Stockrosen und Margeriten. Als ich zurückkomme, spielen meine beiden Söhne auf der Wiese vor dem Haus Fangen. Mein Mann hat gerade Kaffee gekocht und mir meinen aktuellen Lieblingsschmöcker neben den Liegestuhl gelegt. Mit nackten Füßen gehe ich über den grünen Rasen, zwischen meinen Zehen verfängt sich eine Butterblume – ich schaue hinunter und überlege, wie ich mir gleich die Nägel lackiere: klassisch knallrot oder lieber mal verwegen, quatschgelb wie die Butterblumen?



SCHICK MEETS RUSTIKAL
Gute Nachricht für Ästheten: Bauernhof-Apartments oder Campingplätze gibt's heute in allen Preis- und Geschmackskategorien: Muttis Musterpolsterhölle ist out, aus Camping wird „Glamping“, also die Glamour-Variante. Ideen z. B. unter eurocamp.de, landreise.de (Suchbegriff „landselection“) und roterhahn.it/de

„Auf KEINEN Fall gehe ich DA hin!“ Meine Realität brüllt mich lautstark an. Es ist Mai in Deutschland, und gerade habe ich meinem Siebenjährigen gesagt, dass wir planen, ihn in den großen Ferien für drei Wochen in die Ferienbetreuung vom Hort zu schicken. Scheinbar keine gute Idee. „Dann habe ich ja gar nicht richtig frei! Außerdem macht das KEINER von meinen Freunden!“ Ich wundere mich spontan, wie das gehen soll. Schließlich arbeiten in den meisten Familien, die wir kennen, auch beide Eltern. Vielleicht planen die auch einfach nur besser. Apropos: Ich weiß noch, wie ich es früher immer superspießig fand, dass meine Mutter in unserer Küche einen riesigen Kalender aufhängte: Fein säuberlich hatte sie darauf sämtliche Ferienzeiten von uns Kindern sowie Brückentage und Termine für Lehrerfortbildungen und andere Schulschließungsgründe eingetragen. Sogar die Urlaube meiner Großeltern standen drauf. Total übertrieben, wie ich fand, und konnte absolut nicht nachvollziehen, warum die schönste Zeit im Jahr meine Eltern so stresste. Doch seit ich meinen Erstgeborenen im letzten Monat frühmorgens zur Schule schickte und er dort vor verschlossenen Türen stand (dreitägige Lehrerfortbildung!) dämmert mir langsam der Sinn und Zweck ihres Vorgehens. Auf der schwedischen Wiese vor unserem roten Häuschen lasse ich jetzt mit meinen beiden Söhnen gerade Seifenblasen in die Luft steigen. Wir wetteifern darum, wer die größte machen kann. Nachher gehen wir Blaubeeren →



YAY!



sammeln – für die Pfannkuchen am Abend. Und natürlich bleiben wir bis in die Puppen wach. Es ist Juli in Schweden, es ist lange hell. Und wir können lange schlafen und morgen wieder lange frühstücken und zwischen den Cornflakeschüsseln gemütliche Gespräche führen, bei denen ich direkt mal was von meinen Söhnen erfahre. Und in denen nicht jedes zweite Wort „schnell“, „Hausaufgaben“ oder „lernen“ ist.

In meinem richtigen Leben bin ich leider noch nicht im schwedischen Juli. Sondern im deutschen Orgastress. Die Ferienbetreuung kann ich knicken. Mögliche Ferienprogramme übrigens auch. Mein Kind hat keine Lust auf Bauprojekte, Schwimmkurse oder sonstige Bespaßung mit Kindern, die er nicht kennt. Er will rumhängen und nichts tun. Bleiben also 14 Ferienwochen, die mein Mann und ich mit unseren insgesamt 60 Urlaubstagen überbrücken müssen. Eine gute Freundin und ihr Mann haben für dieses Dilemma eine ganz besondere Lösung gefunden: Sie sind seit drei Jahren nicht mehr gemeinsam weggefahren, sondern verteilen ihren gesamten Jahresurlaub so auf die Ferien der Kinder, dass es irgendwie hinhaut. Was dann noch übrig bleibt, fangen Freunde und Bekannte auf. Ob das gut ist für die Beziehung und fürs Familiengefühl? Ich bezweifle es.

In Schweden ist es jetzt dunkel geworden. Mann und Sohn haben gerade die Taschenlampen angeknipst – Nachtwanderung. Ich liege mit dem Kleinen kuschelig in der Hängematte auf der Veranda unseres Schären-Häuschens und schaue mir im Kerzenschein mit ihm zum dritten Mal dasselbe Buch an. Seine Haare riechen nach Wind und Toben. Meine auch. Sie sind blond geworden von der Sonne und vom Schwimmen. Morgen werde ich mir einen Hut kaufen. So ein Filmstar-Teil aus Stroh mit breiter Krempe ...

MIT FRISCHEM BLICK

Als der Blogger, Fotograf und Reisereporter Fabian Sixtus Körner vor zwei Jahren Vater einer Tochter wird, scheint sein Leben auf den Kopf gestellt: Yanti hat das Downsyndrom. In seinem aktuellen, berührenden Buch „Mit anderen Augen“ schildert er, wie das kleine Mädchen seinen Blick auf die Welt verändert – und warum jetzt weder Schluss ist mit Reisen noch Schluss mit lustig (Ullstein extra, 15 Euro).



Traum? Nein, echte Ferien: unsere Autorin Yvonne Adamek mit ihren beiden Jungs im schwedischen Unterholz ...

Doch zurück nach Deutschland: Bevor ich jetzt verzweifelt in die Auslegeware in unserem Wohnzimmer beiße, ist es an der Zeit, pragmatisch zu werden. Als Erstes: Kalendervergleich. Und zwar nicht nur mit meinem Mann, sondern auch mit den Nachbarn und Freunden. Wir schlagen einen Tauschhandel vor: Nimmst du meins, nehme ich deins. Fast alle sind einverstanden, stecken die meisten doch im gleichen Dilemma fest. Fast zehn Tage können wir so über sämtliche Ferien verteilen. Nächste Frage: Was ist mit Oma Jürgen und Oma Heike? Sie fallen aus, sagt mein Mann. Denn sie sind selbst im Urlaub (Sommer, Herbst und Winter: Rente genießen). Bei Oma Gabi haben wir mehr Glück. Drei Wochen kann sie im Sommer abknapsen, eine im Herbst. Jetzt fehlen nur noch ein paar Tage, die sich sicher auch spontan überbrücken lassen. Damit nichts schiefgeht, vernetzen wir Oma Gabi direkt mit unserem Handy-Kalender. Da können wir in Zukunft alle unsere Termine fürs ganze Jahr eintragen. Sie schmunzelt: „Ist ja fast wie der, den wir früher in der Küche hängen hatten.“ Spießig? Egal! Ich buche jetzt erst mal das Haus in Schweden und kröne mich danach zur Organisationskönigin. Puh! ●