

humboldt

... bringt es auf den Punkt.

Vater sein ist nicht schwer – alleinerziehend dagegen sehr. Dieser Ratgeber bündelt die Erfahrungen von zahlreichen Single-Papas und liefert wertvolle Tipps zu allen Lebenssituationen. Von „Haushaltskram“ und „Erziehung“ bis „Unterhaltszahlungen“ und „Sex“: Das perfekte Buch für alle alleinerziehenden Väter.

Eltern & Kind

Der Autor: Der renommierte Journalist Armin Fischer beschäftigt sich seit geraumer Zeit mit den Themen Familie, Partnerschaft und Kinder. Als alleinerziehender Vater zweier Kinder weiß er, wo Single-Papas der Schuh drückt. Für dieses Buch hat er die Erfahrungen vieler alleinerziehender Väter aus ganz Deutschland gebündelt.

www.humboldt.de

ISBN 978-3-89994-215-6



9 783899 942156 8,90 EUR (D)

humboldt

humboldt



A R M I N F I S C H E R

Alleinerziehend. Männlich. Gut.

ARMIN FISCHER

Alleinerziehend. Männlich. Gut.

Der Ratgeber
für Single-Väter

Armin Fischer
Alleinerziehend. Männlich. Gut.

Armin Fischer

Alleinerziehend. Männlich. Gut.

Der Ratgeber für Single-Väter

humboldt

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.ddb.de> abrufbar.

ISBN 978-3-89994-215-6

Der Autor: Der renommierte Journalist Armin Fischer beschäftigt sich seit geraumer Zeit mit den Themen Familie, Partnerschaft und Kinder. Als alleinerziehender Vater zweier Kinder weiß er, wo Single-Papas der Schuh drückt. Für dieses Buch hat er die Erfahrungen vieler alleinerziehender Väter aus ganz Deutschland gebündelt.

Originalausgabe

© 2008 humboldt

Ein Imprint der Schlüterschen Verlagsgesellschaft mbH & Co. KG,
Hans-Böckler-Allee 7, 30173 Hannover

www.schluetersche.de

www.humboldt.de

Autor und Verlag haben dieses Buch sorgfältig geprüft. Für eventuelle Fehler kann dennoch keine Gewähr übernommen werden. Alle Rechte vorbehalten. Das Werk ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der gesetzlich geregelten Fälle muss vom Verlag schriftlich genehmigt werden.

Lektorat: Maria Anna Söllner, München

Covergestaltung: DSP Zeitgeist GmbH, Ettlingen

Innengestaltung: akuSatz Andrea Kunkel, Stuttgart

Titelfoto: getty images

Satz: PER Medien+Marketing GmbH, Braunschweig

Druck: Schlütersche Druck GmbH & Co. KG

Hergestellt in Deutschland.

Gedruckt auf Papier aus nachhaltiger Forstwirtschaft.

Inhalt

Vorwort	9
Der Single-Papa, die unbekannte Spezies ...	13
Der Single-Papa – ein Held, ein echter Kerl!	15
Der Single-Papa ist ein männlicherer Mann	16
Er ist ein fürsorgender, treusorgender Vater	16
Er ist ein guter Zuhörer und wertvoller Freund ..	16
Er ist ein Traumpartner für viele Frauen	17
Er ist Überlebenskünstler	17
Was viele Single-Papas gemeinsam haben	18
Feilen am neuen Rollenbild	21
Urplötzlich allein mit Kids	25
Der Tag X steht nicht im Kalender	27
Der Kampf um das Kind	32
Erstaunliche neue Erfahrungen	35
Manchmal lohnt sich der Weg durch die Hölle	36
Entdecken Sie Ihr Kind neu	39

Im Dschungel neuer Begriffe	41
Die Basics sind geklärt – und wie geht's weiter?	45
Sich selbst neu definieren	47
Wie die Ex mit dem Umgang umgeht	50
Die Wut und die Vernunft	52
Was wollen Kinder eigentlich?	55
Umgangsverweigerung	56
Bleiben Sie immer Chef im Ring	59
Expartner, die man besser los wird	60
Die professionellen Wegseher vom Dienst	63
Es kann auch gut laufen	65
Grausamer Haushaltskram	67
Hunger, Essen & Protest	68
Minimalprogramm für eine aufgeräumte Wohnung	73
Für Fortgeschrittene: Haushaltshilfen, Kinder mädchen, Au-pairs	76
Und plötzlich läuft es wie von selbst	81
Frauen zahlen keinen Unterhalt	83
Umfrage – welche Frau zahlt Unterhalt?	86
Keule Ehegattenunterhalt	91

Trostpflaster Unterhaltsvorschuss	94
Warum sind Frauen so unwillige Unterhaltszahlerinnen?	96
Vor Gericht: gleiches Recht für keinen	100
Gerechte Urteile für alleinerziehende Väter sind selten	101
Die Vorgeschichte interessiert nicht	108
Die Rolle der Jugendämter	109
Seien Sie faktenorientiert und bleiben Sie optimistisch	111
Sex für Single-Daddys (und Liebe natürlich auch!)	114
Welcher Frauentyp passt?	116
Die Glucke	116
Die Karrierefrau mit Kind	118
Die Kinderwollende	119
Die Gierige	121
Die Nymphe	122
Die Faule	123
Definieren wir unsere Ziele	124
Und dann – wie reagieren die Kinder?	125
Die Leiden der Neuen	127
Love it, leave it or change yourself	128

Tu, was du willst!	130
Reisen mit Kindern – gar nicht schwer	132
Eine Kur gefällig?	138
Esoterisches Schlusskapitel	143
Blut ist dicker als Wasser	143
Die Schwingungen des Unterbewussten	144
Die Balance finden	145
Liebe braucht Zeit	146
Sei konsistent	147
Nachwort	149
Danksagung	150
Literatur	151
Nützliches im Internet	153
Register	155

Vorwort

Als ich meinem besten Freund davon erzählte, dass ich dieses Buch schreiben würde, grinste er frech und klopfte sich auf die Schenkel: „Gehst du jetzt zur Hausmann-Fraktion? Wirst du zum stubenhockenden Plüschtiger?“ Er kannte mich anders. Etwa als Tester der neuesten Corvette (dieser Sportwagen mit dem nicht allerbesten Image ist tatsächlich ein „Ladykiller“ mit Spaßgarantie) oder mit einem Porsche-Turbo unter dem Hintern. Nun ja, ich war in diese Situation des alleinerziehenden Vaters ja eher ungewollt hineingerutscht, aber es gab kein Zurück mehr. Sportwagen werden keine mehr getestet, stattdessen unternehme ich in der Stadt fast alles mit dem Fahrrad. Zum Glück fiel mir dann im Gespräch noch der Film *About a Boy* mit Hugh Grant ein, und ich gab meinem Freund eine Kurzfassung des Inhalts: „Dieser Kerl da im Film, Will Freeman, wird von all seinen Kumpels beneidet – er fährt ein flottes Auto, hat eine Menge Affären und lebt ohne große Verantwortung in den Tag hinein. Der Clou ist aber seine neueste Taktik, um Bekanntschaften zu schließen: Er besucht Selbsthilfegruppen für Alleinerziehende und sitzt plötzlich als einziger Mann unter Dutzenden von gut erhaltenen, ausgehungerten alleinerziehenden Müttern.“ (Den ernstesten Teil des Films ließ ich weg!) Mein Freund starrte mich neidvoll an: „Ehrlich? Das ist ja besser als eine Corvette!“

Zu meiner Schande muss ich gestehen, dass ich den Film nie gesehen habe. Aber immerhin, er lieferte ein nettes Argument. Was ich mit der kleinen Geschichte sagen will: Man kann es so oder so sehen. Sie können als Alleinerziehender jammern oder die positiven Seiten Ihrer Situation erkennen. Die wichtigste Erfahrung: Sie werden Ihr Kind/Ihre Kinder viel besser kennenlernen. Und nutzen Sie die Chance, um auch mehr über sich selbst zu lernen. Werden Sie alleinerziehend, männlich und richtig gut!

Es gibt Trends, die unübersehbar wie eine Flutwelle daherkommen, und andere, die wie Strömungen unter dem Meer unsichtbar verlaufen. Klar sichtbar ist (zumindest für die Statistiker), dass die klassische Familie in unserer Gesellschaft immer mehr an Boden verliert. Stattdessen gibt es stetig mehr Alleinerziehende und Patchwork-Familien, die sich aus zersplitterten Restfamilien neu konstituieren. Eine geradlinige Familienbiografie ohne extreme Brüche scheint langsam zur Ausnahme zu werden. Fast ein Drittel aller minderjährigen Kinder lebt heute bereits in, wie die Statistik sie nennt, „alternativen Lebensgemeinschaften“. Die amtlichen Zähler, etwa vom Statistischen Bundesamt, rechnen dazu alles, was eben keine klassische Familie (mit beiden leiblichen Eltern und den Kindern unter einem Dach) ist.

Mit dem großen Trend gehen andere, eher verdeckte, einher: Die Zahl der alleinerziehende Väter steigt rasant. Zum

einen, weil es eben insgesamt mehr Alleinerziehende gibt, zum anderen, weil es heute nicht mehr ganz so zwangsläufig wie früher ist, dass die Kinder nach einer Trennung bei der Mutter leben. Drei Gründe: Väter wollen heute nach einer Trennung aktiv mehr Verantwortung für ihre Kinder übernehmen, Mütter lassen häufiger ihre Kinder beim Vater einfach zurück und „legen die Mutterrolle ab“, Gerichte entscheiden in Zweifelsfällen schon mal für den Vater (obwohl es den Mutterbonus immer noch ausgeprägt gibt.) Die Folge: Familien mit dem Vater als alleinerziehendem Elternteil sind heute die am schnellsten wachsende Familienform.

Obwohl die Zahlen aufgrund unterschiedlicher Zählkriterien variieren, sind die Zeichen eindeutig: Die Foren im Internet, auf denen sich alleinerziehende Väter äußern, sind zahllos. Nie wurde in den Medien so häufig über alleinerziehende Väter berichtet wie heute. Die Palette reicht von Soap-Operas im Fernsehen bis hin zu tiefschürfenden und ernsthaften Reportagen in der Tageszeitung. Wer mit dem Thema beruflich zu tun hat, spürt den Trend am deutlichsten: Die Betreiberin einer Au-pair-Agentur etwa bilanziert: „Vor zehn Jahren haben sich vielleicht zwei alleinerziehende Väter pro Jahr bei mir gemeldet, heute sind es zwei pro Woche.“

Lobby haben die alleinerziehenden Väter allerdings noch keine. Von der Politik werden sie, wie auch bis vor Kurzem

noch von der Wissenschaft, ignoriert. Schlimmer noch: Auch im persönlichen Umfeld, in ihrer Stadt, bei Ämtern und Behörden, sogar bei psychologischen Beratungsstellen kommen sich die Single-Daddys häufig recht verloren vor. Ihre gesellschaftliche Rolle ist noch nicht definiert – und genauso wenig haben sie sich selbst gefunden.

Dieses Buch soll helfen, ein wenig klarer zu sehen. Geschrieben wurde es von einem alleinerziehenden Vater (zwei Töchter im Alter von acht und zwölf Jahren) vor allem für andere alleinerziehende Väter. Neben vielen konkreten Tipps für das tägliche Leben, für den Umgang mit der Ex über Gerichtssachen bis hin zur Organisation des Haushalts hat es als wichtigste Botschaft: Ihr seid nicht allein. Auch für Menschen, die mit der Thematik beruflich zu tun haben, Mitarbeiter von Selbsthilfegruppen, Sozialpädagogen, Psychologen, Rechtsanwälte, Richter und viele andere, bietet das Buch nützliche Hinweise, so hoffe ich. Und besonders gespannt bin ich auf die Reaktionen der alleinerziehenden Mütter.

Als Basis des Textes dienen neben ausführlicher Recherche und eigener Erfahrung die Gespräche mit rund zwei Dutzend Single-Daddys, die in zum Teil tiefgehenden und sehr persönlichen Interviews aus ihrem Leben erzählten. Ihnen allen möchte ich danken.

München, im Sommer 2008

Armin Fischer

Der Single-Papa, die unbekannte Spezies

Immer mehr Männer in unserer Gesellschaft machen eine ganz neue Erfahrung: die des alleinerziehenden Vaters. Es ist eine Erfahrung, die schockiert, verstört und gleichzeitig bereichert. Oder, wie es Jörg P., ein seit Kurzem alleinerziehender Vater aus Düsseldorf, ausdrückt: „Als ich plötzlich mit meiner Tochter Jenny alleine war, merkte ich zum ersten Mal so richtig deutlich: Mensch, du bist ja ein Vater, du hast ein Kind!“

Während die Männer noch improvisieren und sich neu erfinden, ist die alleinerziehende Mutter ein altbekanntes Phänomen. Um ihr Schicksal ranken sich literarische Werke, Schnulzen und dramatische Heimatromane sowie zahllose wissenschaftliche Studien. Die Frauenliteratur der 1970er und 1980er hat einen ganz eigenen Zweig mit Lebensratgebern, Schmökern und Erziehungshandbüchern hervorgebracht. Frauen haben das Thema gewissenhaft verortet und für sich gepachtet. Zu Recht. Auch alleinerziehende Väter gab es zwar schon immer, aber es waren einfach zu wenige, um irgendein Interesse zu wecken. Zwar sind Single-Daddys auch heute noch die Ausnahme, doch ihre

Ca. 87 % der Alleinerziehenden sind Frauen, 13 % sind Männer.

Zahl wächst schnell. Die Einelternfamilie mit alleinerziehendem Vater ist, betrachtet man verschiedene Statistiken, sogar die am schnellsten wachsende Familienform.

Die Zahl der Alleinerziehenden-Haushalte nimmt insgesamt zu: Laut Statistischem Bundesamt gibt es in Deutschland mehr als 2,5 Millionen Alleinerziehende, davon sind rund 2,2 Millionen Mütter und rund 330 000 Väter. Oder anders gesagt: Rund 87 Prozent der Alleinerziehenden sind Frauen, 13 Prozent sind Männer. Es wird aber vielleicht nur noch ein paar Jahre dauern, und die Single-Daddys knacken die 20-Prozent-Grenze. Die Gründe dafür sind vielfältig: Die Trennungstendenz steigt weiter, etwa jede dritte Ehe in Deutschland wird geschieden, bald wird es jede zweite sein. Zudem gleicht sich die berufliche Situation von Männern und Frauen weiter an. Dass beide (teilzeit-)berufstätig sind oder sich im Erwerbsleben abwechseln, ist keine Seltenheit mehr. Neben Phasen des Berufslebens treten solche von Arbeitslosigkeit, Umorientierung oder Erziehungszeit, auch für Männer. Patchwork wird zur Normalität. Gleichzeitig werden die Frauen konsequenter, nicht selten auch radikaler in ihrem Verhalten. Was früher nur Männer machten, tun jetzt auch sie: einfach zu gehen. Dabei die Kinder mitzunehmen, ist keine Selbstverständlichkeit mehr. Am härtesten trifft es dann übrigens diejenigen Männer, die aus einer Partnerschaft mit traditioneller Arbeitsteilung kommen, denn sie müssen sich komplett umorientieren.

Langsam tritt der alleinerziehende Vater ins Rampenlicht, lässt sich betütteln, bedauern, bewundern oder studieren. Gerade Wissenschaft und Politik haben riesigen Nachholbedarf: „Denn“, so schreibt etwa die Soziologin Nina Hucklenbruch in einer kürzlich erschienenen Arbeit (↑ Literatur, S. 151), „wenn (bisher) die Lebenssituation alleinerziehender Eltern thematisiert wird, werden Väter zumindest gedanklich meist außen vor gelassen. Aktuelle Studien befassen sich mit der Rolle der Väter im Speziellen auffällig selten. Meist werden sie der Gruppe alleine erziehender Mütter zugeordnet und [...] lediglich pro forma mit erwähnt.“ Und das bringt ziemlich wenig Erkenntnisgewinn. Denn Single-Papas sind eine ganz eigene Spezies. Und auf jeden Fall ein wenig anders, als das Klischee vermuten lässt.

Politik und Wissenschaft lassen Single-Daddys meist links liegen.

Der Single-Papa – ein Held, ein echter Kerl!

Die Essenz des Single-Papa-Daseins, die ich Ihnen jetzt darstelle, beruht, wie alle Erkenntnisse in diesem Buch, auf ausführlichen Interviews mit 25 alleinerziehenden Vätern, auf vielen Gesprächen mit alleinerziehenden Müttern sowie Frauen im Allgemeinen, Expertenstimmen – und natürlich eigenen Erfahrungen.

Der Single-Papa ist ein männlicherer Mann

Sein Leben allein zu meistern, ist nicht schwer. Doch erst, wenn Sie Verantwortung nicht nur für sich selbst, sondern auch für andere übernehmen, werden Sie zu einem richtigen Kerl. Frauen werden sich Ihnen gerne anvertrauen, weil sie bei Ihnen in guten Händen sind. Luftküsse sind vielleicht nett für einen Abend, aber echtes Interesse haben Frauen an standfesten Männern, die ihr Leben meistern. Sofern Sie es zulassen, werden die Frauen auf Sie fliegen. Das heißt allerdings nicht zwangsläufig, dass sie sich auch um Ihre Kinder kümmern wollen. Nehmen Sie das Interesse an ausschließlich Ihrer Person als Kompliment.

Er ist ein fürsorgender, treusorgender Vater

Fast alle alleinerziehenden Väter stellen die Interessen des Kindes/der Kinder ganz oben an und verzichten dafür persönlich und beruflich auf einiges. Die Prioritäten werden ganz automatisch neu und richtig gesetzt: Männer können sehr gut die wirklich wichtigen Dinge erkennen, wenn sie erst in der entsprechenden Situation sind. Vermutlich besser als so manche Karrierefrau mit Kind.

Er ist ein guter Zuhörer und wertvoller Freund

Aus Krisen geht man gestärkt hervor. Sie haben allerhand in Ihrem Leben erlebt, auch einiges, das Sie erschüttert hat.