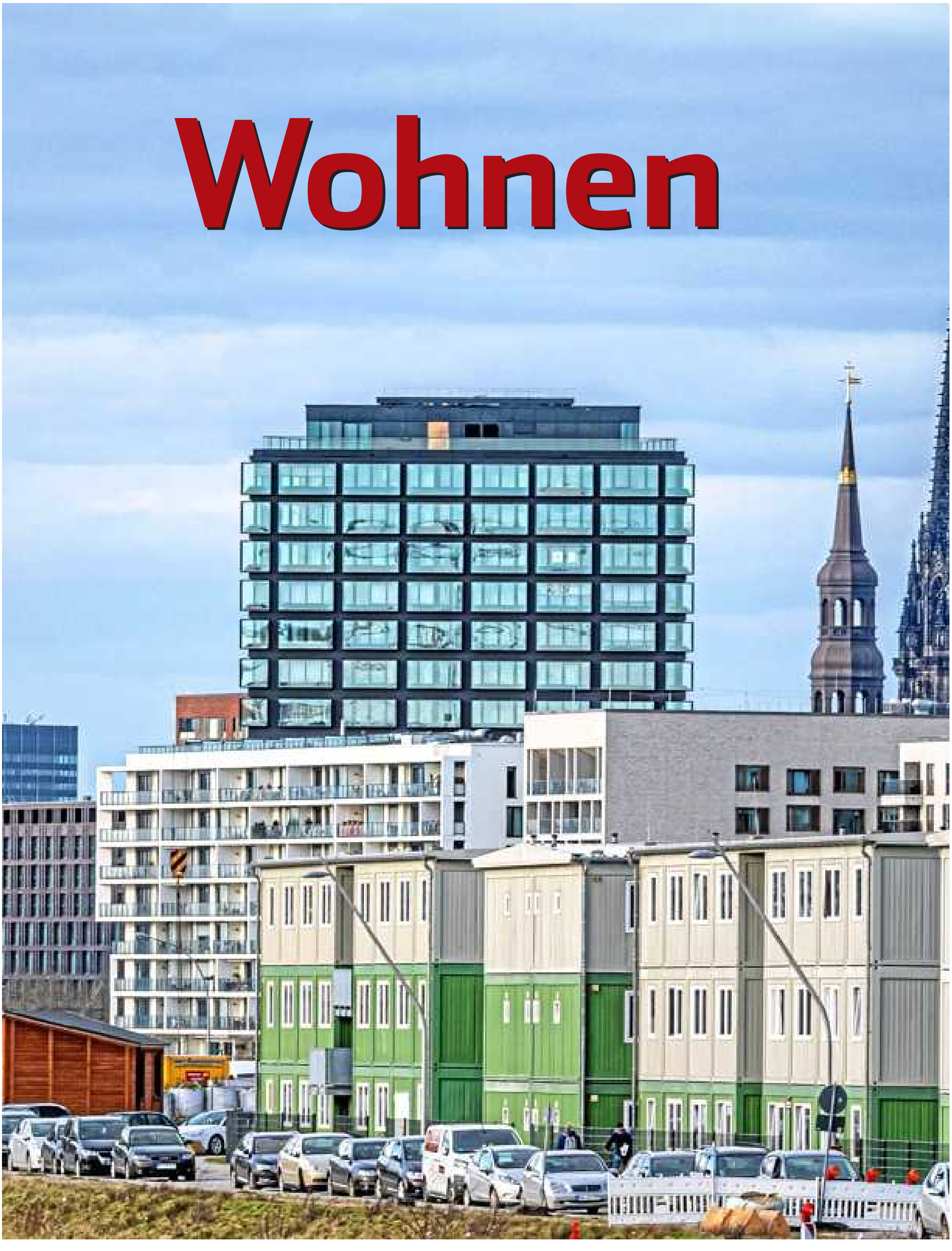
HIMMEL&ELBE

Hamburger Abendblatt

Eine Beilage des Hamburger Abendblatts, der Evangelisch-Lutherischen Kirche, der Katholischen Kirche und der Caritas in Hamburg

30. April 2021

Wohnen



EDITORIAL

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

haben Sie sich schon einmal gefragt, wie und wo Gott eigentlich wohnt? Als Kind dachte ich oft an ein wunderbares Gebäude im Himmel, wo Engel um einen Mann auf einem weißen Thron herumfliegen. Inzwischen glaube ich mehr, dass Gott überall zu Hause ist, besonders in schönen Kirchen fühle ich mich ihm oft ganz nahe.
Schön zu wohnen, sich heimelig im eigenen Haus zu fühlen und von dort aus die Welt zu entdecken, gibt viel Lebensfreude, wie Ann-Kathrin Brenke in ihrem Essay feststellt und gleichzeitig beschreibt, wie vielen Menschen auch in Hamburg das verwehrt ist. Die Unterschiede könnten kaum krasser sein als in der HafenCity. Unser Titelbild zeigt die tristen Flüchtlingscontainer am Baakenhafen, auf die man von der futuristischen U4-Elbbrücken-Station blicken kann. Rund 700 Geflüchtete wohnen hier seit 2016, um sie herum ist Baustelle, dahinter ragen Luxuswohnungen empor. Auch das Containerdorf wird bald weichen müssen, neue Wohnungen sollen hier gebaut werden.
Für die Initiative „Altstadt für Alle!“, die im angrenzenden Stadtteil aktiv ist, können gar nicht genügend bezahlbare Wohnungen im Zentrum entstehen. Sie sollen dem Ladensterben in der Innenstadt entgegenwirken. Der Zuzug von Familien, die Mischung aus Gewerbe, Kultur- und Bildungseinrichtungen sollen die Hamburger City zu einem „lebendigen Dorf“ machen, wie Jörg Herrmann, einer der Initiatoren der Initiative, es in seiner Vision beschreibt. Es ist wichtig, dass engagierte und einflussreiche Hamburgerinnen und Hamburger sich jetzt Gedanken machen, wie es mit dem Herzstück der Stadt weitergehen soll, denn allein ein Spaziergang entlang der Mönckebergstraße mit etlichen leeren Schaufenstern zeigt, wie eine verödete Innenstadt aussehen kann. Zum Glück gibt es gleichzeitig viele gelungene Beispiele von Wohnprojekten, wo das Miteinander, Menschlichkeit und Fürsorge im Vordergrund stehen – ein paar kirchliche Wohnformen stellen wir Ihnen in dieser Ausgabe vor.
Viel Spaß beim Lesen wünscht

Ihre Sabine Tesche

INHALT

SCHWERPUNKT

zum Thema Wohnen mit einem Essay von Ann-Kathrin Brenke über die Behausung als unsere dritte Haut. Dazu fünf kirchliche Projekte: Wie wohnt man im Theodor-Fliedner-Seniorenheim, im Dominikanerkonvent, in einem inklusiven Mehr-Generationen-Haus und in einem Containerdorf für obdachlose Frauen? Außerdem: die Beratungsstellen Frauen_Wohnen, die Unterkünfte für Frauen in Not vermitteln.

SEITE 4, 6–7

INTERVIEW

mit Jörg Herrmann, dem Leiter der Evangelischen Akademie der Nordkirche, über die Initiative „Altstadt für Alle!“, die das Zentrum der Hansestadt an vielen Ecken neu beleben möchte.

SEITE 5

QUERBEET

durch die Kirchenlandschaft mit einer Online-Lesung zum Buch Tobit, einem Gottesdienst, der Europa feiert, mit einer Webseite für Tipps rund um die Hochzeit und einer virtuellen Ausstellung der Jugendkirche.
In seiner Kolumne schreibt Andreas Hüser über den Monat Mai und den Nutzen des Tages der Arbeit.

SEITE 8

GLAUBENS-ABC

über die Klage, die gerade in Corona-Zeiten so wichtig ist. Schmerz, Trauer und Wut sollten nicht im stillen Kämmerlein alleine bewältigt werden, sondern sollen Raum bekommen, schreibt Pastorin Carola Scherf.

SEITE 9

TERMINE & ADRESSEN

im Mai und Juni. Außerdem: Im Universitätsgottesdienst am 9. Mai in der Hauptkirche St. Katharinen hält Jonas Buja die Predigt. Er ist Theologiestudent und Seemann und spricht zum Thema „Über:Setzen – Erzählungen vom Retten auf hoher See“.

SEITE 10–11

FAMILIENZEIT

mit Tipps, wie Partner die vielen Aufgaben im Haushalt, bei der Kindererziehung und Arbeit gerecht verteilen können.

SEITE 12

IMPRESSUM

„Himmel & Elbe“ ist eine Beilage des Hamburger Abendblatts, der Evangelisch-Lutherischen Kirche, der Katholischen Kirche und der Caritas in Hamburg.

Redaktion
Verantwortlich: **Sabine Tesche**
Mitarbeit: **Ann-Britt Petersen, Ann-Kathrin Brenke**
Theologischer Beirat: **Hauptpastor und Propst Dr. Martin Vetter**
Gestaltung: **Andreas Weigand**
Schlussredaktion: **Heike Wander**
Titelfoto: **Thorsten Ahlf**
Redaktion: **040 5544-71156; E-Mail: sabine.tesche@abendblatt.de**
www.abendblatt.de/kirchen
Nächste Ausgabe: **18. Juni 2021**

FOTOS: ANDREAS LAIBLE, IMAGO STOCK, ROLAND MAGUNIA, CHRISTA HUNZINGER, JULIAN STRATENSCHULTE/DPA, MICHAEL MIKLAS, HANNES NEUBAUER

Der Glaube ist ihr innerer Kompass

Katharina Fegebank hat großes Gottvertrauen – und viel Selbstbewusstsein. Ihr politisches Erweckungserlebnis hatte die Politikerin ausgerechnet im zerbombten Sarajewo. Sie möchte etwas bewegen, ohne abzuheben

Die Kirche Bargteheide ist für Katharina Fegebank mit Heimatgefühlen verbunden – hier ging sie zur Kinderkirche, hier wurde sie getauft. FOTOS: ANDREAS LAIBLE

SABINE TESCHE

Katharina Fegebank ist kaum durch die Holzpforte der Kirche Bargteheide getreten, da sagt sie schon: „Also, das ist für mich wie Nach-Hause-Kommen hier. Das ist Heimat.“ Sie atmet tief durch und schwelgt kurz in Erinnerungen an Kinderkirche, Konfirmationsunterricht und Weihnachtsgottesdienste, die sie in der schönen alten Backsteinkirche erlebt hat. In Bargteheide ist Hamburgs Zweite Bürgermeisterin und Wissenschaftssenatorin aufgewachsen, hier leben ihre Eltern und hierher kommt sie, wenn sie ein paar Tage Auszeit braucht. „Wenn ich in dieser Kirche bin, sitze ich in der dritten Reihe von hinten. Das war auch schon als Konfirmandin so“, sagt die 44-Jährige.

Sie wächst auf in einem politisch geprägten Elternhaus – Vater und Mutter sind Lehrer. Das Thema Glauben spielt in ihrer Familie keine große Rolle, ist unterschwellig jedoch immer da und „meine beiden jüngeren Brüder und ich wurden mit christlichen Werten erzogen“, sagt Fegebank. Dazu zählt sie Barmherzigkeit, Nächstenliebe und ein ausgeprägtes Gerechtigkeitsempfinden. Am wichtigsten findet sie jedoch Güte, „also dass man verzeihen kann und vorurteilsfrei auf andere zugeht“.

Die Politikerin hat großes Gottvertrauen. „Ich halte in schwierigen Situationen oder wenn ich traurig bin auch Zwiesprache mit Gott. Mein Glaube ist eine feste Größe, die mich durch mein Leben trägt. Er ist mein innerer Kompass, der mich sicher leitet.“

Eine behütete Kindheit, hohe Eloquenz, oft gute Laune und viel Selbstbewusstsein: Katharina Fegebank ist gut gerüstet, als sie ein Jahr nach ihrem Einser-Abitur nach Freiburg zum Studium der Politikwissenschaft, Anglistik und des Öffentlichen Rechts geht. „Dort hat uns ein Professor gleich erklärt, dass wir eine verlorene Generation seien, keinen Job finden würden, denn wir lernten ja nichts Handfestes“, sagt sie, „da dachte ich: Na warte, dir zeig ich es.“ Sie macht Praktika in verschiedenen Berufsfeldern: beim Stormarner Teil des Abendblatts, bei den Grünen im Bundestag und im Planungsstab von Heide Simonis (SPD), damals Ministerpräsidentin von Schleswig-Holstein. Bis dato hatte Fegebank nicht über eine Politikerkarriere nachgedacht, „aber Simonis hat mir gezeigt, wie viel man als Politikerin bewegen kann. Ich war sehr beeindruckt von ihr.“

Prägend ist für sie jedoch ihr ehrenamtliches Engagement bei AIESEC, einer internationalen Studierendenorganisation. Sie organisiert Austausche für Studierende aus der ganzen Welt und wird 2000 für ein halbes Jahr „Youth Consultant“ bei der Uno in New York. Nach ihrem Magister in Freiburg geht sie 2002 nach Berlin. Aus einem Praktikum bei dem Institut für Europäische Politik wird der erste feste Job: als Projektmanagerin für die Slowakei und Bosnien-Herzegowina. „Da habe ich festgestellt, dass ich gut unter Druck arbeiten kann, 13 Projekte und Workshops in sechs Monaten“, sagt sie. In dieser Phase hat sie auch ihr „politisches Erweckungserlebnis“.

„Ich stand mit politischen Vertretern im zerbombten Sarajewo, habe mir ihre Geschichten von Krieg, Tod und Trauer angehört. Einer sagte zu mir: ‚Ihr wisst gar nicht, wie gut es euch geht, in diesem stabilen und friedlichen Deutschland‘.“ Danach habe sie sich entschlossen, politisch aktiv zu werden, „um diesen Frieden zu erhalten“. Gleichzeitig kommen düstere Gedanken in ihr hoch: „Ich habe die Sinnfrage gestellt, wie Gott solche grausamen Dinge zulassen kann. Aber diese Zweifel gehören wohl zum Glauben dazu.“

Sie zieht zurück nach Hamburg, tritt bei den Grünen ein und macht dort innerhalb kürzester Zeit Karriere. 2008 wird sie zur jüngsten Landesparteichefin, 2011 nach der krachenden Wahlniederlage der Hamburger Grünen von ihren Parteikollegen im Amt dennoch bestätigt. „Das war für mich sicher ein Tiefpunkt. Vor der Bestätigung habe ich mich gefragt, ob ich noch die richtige Frau am richtigen Ort bin.“ Ihre Offenheit überrascht. Fegebank ist Politikprofi, aber dennoch zugewandt und warmherzig. Im Nachhinein sieht sie sich gestärkt durch die Krise. Zudem hatte sie noch ein zweites Standbein als wissenschaftliche Mitarbeiterin im Präsidium der Leuphana Universität Lüneburg. „Ich wollte finanziell immer unabhängig sein.“ Doch dann setzt sie im nächsten Wahlkampf alles auf eine Karte. „Ich habe meinen Job gekündigt, es gab keinen doppelten Boden.“ Seit 2015 bestimmt sie als Zweite Bürgermeisterin und Wissenschaftssenatorin die Geschicke der Hansestadt mit. Aber sie will mehr: Hamburgs Erste Bürgermeisterin werden. Doch das gelingt ihr nicht. Die Wähler entscheiden sich 2019 für Peter Tschentscher (SPD), Fegebank nimmt es sportlich.

> *Ich halte in schwierigen Situationen oder wenn ich traurig bin auch Zwiesprache mit Gott.*
>
> **Katharina Fegebank**

Privat erlebt Katharina Fegebank 2015 mit dem Unternehmer Mathias Wolff nicht nur Liebes-, sondern drei Jahre später auch doppeltes Mutterglück. Die Beziehung ist gleichberechtigt – „obwohl Mathias das derzeit wohl eher verneinen würde, er kümmert sich mehr um unsere Zwillingstöchter“, sagt Fegebank lächelnd. Sie hasst Fragen danach, wie sie große Karriere und kleine Kinder vereinen kann. „Das würden Sie einen Mann nie fragen“, weist sie eine RTL-Reporterin noch vor zwei Jahren zurecht. Dennoch ist sie – ob sie es will oder nicht – Vorbild für viele junge Frauen, dass eben doch beides gut zusammen geht. „Das setzt mich auch manchmal unter Druck“, sagt sie ehrlich. Sie nimmt sich bewusst Auszeiten für die Kinder – am Morgen, am Wochenende – und ist dankbar für die familiäre Hilfe, die sie von den Großeltern der Kleinen bekommt. Ein christliches Ritual haben sie und ihr Partner noch in diesem Jahr im Blick: „Wir wollen die Mädchen taufen lassen.“ Ob in Bargteheide oder in Hamburg, das weiß sie noch nicht.

Hundertwasserhaus in Essen: Der Künstler forderte das „Fensterrecht“, das Recht, die Fassade rund um das eigene Fenster gestalten zu dürfen. FOTO: IMAGO STOCK

Die Wohnung ist unsere dritte Haut

ANN-KATHRIN BRENKE

Wohnraum ist wandelbar. Wir vergrößern und verkleinern uns, ziehen zusammen und auseinander, reißen Tapeten ab und streichen Wände neu. Dabei sind die eigenen vier Wände nicht nur funktional, sondern von Bedeutung. Vor allem seit „außen“ in der Pandemie kleiner geworden ist, hat „innen“ eine neue Qualität bekommen. Auch Gott wohnt und verändert sich. Während der 40 Jahre dauernden Wanderung der Israeliten durch die Wüste wohnt er in einem Zelt, später, als sein Volk im Gelobten Land angekommen war, in einen Tempel. Eine Umstellung: „Seit dem Tag, an dem ich die Israeliten aus Ägypten herausgeführt habe, habe ich noch nie in einem Tempel gewohnt. Bis heute ist meine Wohnung immer ein Zelt gewesen, mit dem ich umhergezogen bin“, heißt es im 2. Buch Samuel. Gott wird sesshaft, zieht ein in sein Haus. Nach der Zerstörung auch eines zweiten Tempels in Jerusalem und einem weit verstreuten Diasporajudentum stellt sich die Frage danach, wo Gott wohnt und zu finden ist, erneut. Ob im Zelt, im Tempel oder im Himmel: Über den Wohnort Gottes gibt es in der Bibel verschiedene Vorstellungen. Auch das Johannesevangelium spricht vom Wohnen Gottes. Der fleischgewordene Gott „wohnte unter uns“, heißt es im Prolog. Gott lebt nicht unter uns, er wohnt und bezieht samt seiner Herrlichkeit Raum oder einen Stall. In all diesen Geschichten ist Gottes Wohnort nicht nur funktional. Er hat Bedeutung.

In unserer Hansestadt sind die Wohnverhältnisse sehr unterschiedlich und vor allem an den eigenen Geldbeutel geknüpft. Fast 40 Prozent aller Haushalte haben Anspruch auf geförderten Wohnraum und mehr als die Hälfte der Hamburgerinnen und Hamburger lebt allein (54,3 Prozent laut Statistikamt Nord). Und ganz gleich ob für Singles, Familien oder Wohngemeinschaften: Wohnraum in Hamburg ist knapp und ungleich verteilt. Während Wohnungen in Nienstedten eine durchschnittliche Größe von 124,6 Quadratmetern haben, sind es auf der Veddel 61 Quadratmeter. Multifunktional sind sie derzeit zwangsläufig überall. Sie sind Arbeitsplatz und Freizeithort, Kantine und Ruhezone, Urlaubsdomizil und sonntags auch mal Gottesdienstraum.

Wichtig ist es, die Balance zwischen innen und außen zu halten – auch in der Stadtentwicklung

Wohnen ist ein Menschenrecht und muss für alle verfügbar sein

Wohnen ist mehr als nur ein Dach über dem Kopf. Es ist ein Menschenrecht. Seit 1948 ist das „right to housing“, das Recht auf Wohnen, in der Allgemeinen Erklärung der Menschenrechte verankert, wie auch im Uno-Sozialpakt von 1966, nach dem Wohnraum für alle verfügbar und bezahlbar sein muss. Die konkrete Umsetzung dieses Wohnrechts obliegt den einzelnen Staaten. 1968 hat die Bundesrepublik Deutschland den Uno-Sozialpakt unterzeichnet und sich damit zu einer Umsetzung verpflichtet. Laut einer Studie der Hamburger Sozialbehörde vor drei Jahren leben in Hamburg 1910 Menschen ohne Wohnung. Die tatsächliche Zahl dürfte weitaus höher liegen.

Wohnraum gewährt Schutz und Geborgenheit. Doch vor allem für Frauen ist das nicht immer gegeben. Körperliche Angriffe, vielfach auch sexuelle, erleidet etwa jede vierte Frau mindestens einmal durch einen Partner. Das Gewaltschutzgesetz von 2017 soll den Schutz in den eigenen vier Wänden garantieren. Doch die deutlich gestiegene Zahl der Anrufe beim Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen“ insbesondere 2020 zeigt eine andere Realität. Nicht zuletzt die Pandemie zeigt uns, wie problematisch es ist, wenn die Wohnsituation es nicht zulässt, in den eigenen vier Wänden aufzutanken, sich zu entfalten oder sich sogar zu verstecken.

Die Wohnung ist ein Rückzugsort und gilt – nach der Kleidung – als die „dritte Haut“. So schreibt der Psychotherapeut und Theologe Dieter Funke: „Unsere Wohnung stellt einen von der Umwelt abgegrenzten Ort dar, ihre Wände bilden eine Verlängerung der Grenze, die unseren Körper umschließt: die Haut.“ Wir eignen uns unseren Lebensraum an. Nach Funke beeinflusst die Art des Wohnens unser seelisches Wohlbefinden, „das wir durch Öffnen und Schließen, Weggehen und Wiederkommen, Sammeln und Entrümpeln regulieren.“ Für den österreichischen Maler und Architekten Friedensreich Hundertwasser endete die Aneignung von Wohnraum als „dritter Haut“ nicht innerhalb der eigenen vier Wände. Der Künstler, der sich gegen Standardisierung wandte und für eine individuelle Gestaltung von Wohnraum plädierte, forderte in den 1960er-Jahren das sogenannte Fensterrecht, das Recht, die Fassade rund um das eigene Fenster gestalten und bemalen zu dürfen. Eine individuelle Gestaltung macht die Wohnung zum Eigenen, ihre Wände grenzen uns ab und regulieren unser Kontaktbedürfnis. Geschlossene Türen und Fenster ermöglichen das Bei-sich-Sein, geben einen eigenen Raum, um auch die eigenen Bedürfnisse wahrzunehmen. Das Öffnen oder Verlassen dieser Räume spiegelt den Wunsch nach Nähe und Gemeinschaft. Nach Funke gibt es eine Korrespondenz zwischen dem seelischen Eigenraum und dem physikalischen Eigenraum. So wird der Wohnraum zur Vermittlungsstelle zwischen dem Selbst und außen, zwischen dem Wunsch nach Alleinsein und Zusammensein.

In jüdischen Häusern erinnert die Mesusa an Gottes Gegenwart

Zum seelischen Eigenraum gehört für viele Menschen auch eine religiöse Dimension. In jüdischen Haushalten wird die Anwesenheit Gottes ganz handfest. Am Türpfosten zu einem Zimmer hängt eine Mesusa, eine kleine Kapsel aus Metall oder Holz, die eine Pergamentrolle enthält mit Versen aus der Tora, des ersten Teils des Tanach, der hebräischen Bibel. Die kurze Berührung der Mesusa beim Betreten eines Raumes erinnert an Gottes Gegenwart. Sie stellt die Bewohner eines Hauses unter Gottes Schutz und markiert einen Grenzbereich zwischen Sicherheit im Inneren und Gefährdung durch das Äußere. Das Gleichgewicht von innen und außen, von Schutz und Gefährdung, von Kontakt und Für-sich-Sein unter den aktuellen Bedingungen zu erhalten oder wiederzugewinnen ist eine persönliche wie gesellschaftliche Aufgabe. Manche Disbalance und Disharmonie werden jetzt erst sichtbar. Was der einen zu eng, zu voll geworden ist, ist dem anderen zu leer und unbelebt. Und viele kommen ohne Hilfe gar nicht raus aus ihrer „dritten Haut“. So stehen wir nun in einer Phase des Um- und Aufbruchs, des Überdenkens einzelner Wohnverhältnisse und Überwindens so mancher Ungerechtigkeit hin zu einer gesunden Balance.

Das Dorf in das Zentrum von Hamburg holen

In der Initiative „Altstadt für Alle!“ tritt Theologe **Jörg Herrmann** für eine lebendige City ein

ANN-BRITT PETERSEN

Schon seit Längerem wird in der Zivilgesellschaft darüber diskutiert, wie die Zentren der Metropolen zukunftsfähig gestaltet werden können. In Hamburg setzt sich die Initiative „Altstadt für Alle!“ für die Entwicklung der Hamburger Innenstadt ein. Zu ihren Trägern gehören die Evangelische Akademie der Nordkirche, die Patriotische Gesellschaft von 1765 sowie die Gruppe „Hamburg entfesseln!“. Jörg Herrmann, Direktor der Evangelischen Akademie, stellt die Projekte und Visionen der weit vernetzten Initiative vor.

Hamburger Abendblatt: *Was steht hinter dem Konzept „Altstadt für Alle!“?*

Jörg Herrmann: In der Initiative „Altstadt für Alle!“ geht es insbesondere um die Belebung der Innenstadt im Bereich des Wallrings, der ehemaligen Stadtbefestigung. In diesem Areal liegen der Ursprung und das Herz von Hamburg. Unser Anliegen ist es, in diesem Bereich die Aufenthaltsqualität zu verbessern, mehr Vielfalt sowie neuen Wohnraum entstehen zu lassen. Zurzeit ist die Innenstadt noch zu einseitig auf Büros, Ladenflächen und Autoverkehr ausgerichtet. Angeregt durch die Projekte des dänischen Stadtplaners und Architekten Jan Gehl, der mehr Lebensqualität in den Innenstädten umsetzte und Kopenhagen zu einer fußgänger- und fahrradfreundlichen Stadt gemacht hat, haben wir im Herbst 2017 unter dem Motto „Mut zur Stadt“ erstmals eine Ideenwerkstatt veranstaltet.

Aus der Ideenwerkstatt ging das Wohnprojekt Gröninger Hof hervor, was ist das Besondere an diesem Projekt?

Das alte Parkhaus an der Neuen Gröninger Straße neben der Hauptkirche St. Katharinen soll zu einem Wohn- und Arbeitshaus umgebaut werden. Geplant sind 70 bezahlbare Wohnungen und im Untergeschoss Arbeitsräume, die für Gewerbe, Kultur, Bildung und Gastronomie genutzt werden sollen. Nachdem auch die Stadt daran Gefallen fand, kam es aus der Initiative „Altstadt für Alle!“ heraus 2018 mit weiteren Akteuren zur Gründung der Genossenschaft „Gröninger Hof eG i.Gr“, die das Projekt weiterentwickelt hat. Zu Jahresbeginn wurde ein Architektur-Wettbewerb ausgeschrieben. Das Projekt steht für die Transformation einer autogerechten zu einer vielfältigen, nachhaltigen und menschenfreundlichen Stadt.

Warum ist es so erstrebenswert, für mehr Wohnraum in der City zu sorgen?

Wir leiden immer noch unter dem Konzept der funktionsgetrennten Stadt, das heißt, in einem Viertel schlafen die Menschen, in einem anderen arbeiten sie und in einem weiteren kaufen sie ein. Doch dieses Konzept ist längst überholt. Wir brauchen auch in der Innenstadt bezahlbaren Wohnraum. Wir hoffen, dass die gegenwärtige Krise den notwendigen Stadtumbau voranbringt. Es mussten ja als Folge des zunehmenden Online-Handels und der Pandemie in der Innenstadt schon einige Geschäfte schließen. Wenn die leer stehenden Gebäude für Kulturangebote zwischengenutzt oder für Wohnraum umgenutzt werden, ist das ökologisch nachhaltiger als ein Abriss und Neubau. Und es erhält das Zentrum am Leben.

Wie könnte das Wohnen im Zentrum für Familien attraktiv werden?

Vielversprechend ist eine Stadtentwicklungsidee, die aus Paris stammt, die sogenannte 15-Minuten-Stadt. Alles Wichtige wie Geschäfte, Ärzte, Schulen, Kitas, die Infrastruktur, die man zum Leben braucht, sollen in 15 Minuten zu Fuß oder per Fahrrad erreichbar sein. Man holt sozusagen das Dorf in die Stadt. Dieses Konzept würde das Wohnen für Singles genauso wie für Familien attraktiv machen.

Jörg Herrmann, hier auf dem Platz der Republik in Altona, ist Leiter der Evangelischen Akademie der Nordkirche. FOTO: ROLAND MAGUNIA

Was kann die Menschen außer Geschäften noch in den Stadtkern ziehen?

Wir wollen die Aufenthaltsqualität der Plätze in der Innenstadt verbessern, sie zu Orten der Kommunikation und Begegnung machen, an denen man verweilen kann, ohne konsumieren zu müssen. Erste Projekte sind dazu schon gestartet. Etwa das Kirchenprojekt „Auf die Plätze“, in dem sich die drei Innenstadthauptkirchen zusammengetan haben, um das Potenzial ihrer kirchlichen Orte zu nutzen. So hat die Hauptkirche St. Petri im Sommer 2019 auf ihrem Vorplatz aus Kirchenbänken und Einkaufswagen zusammengebaute und begrünte Sitzmöbel aufgestellt. Mit dem Feiern von Andachten, Aktionen zum Kochen oder Tanzen wurde der Platz zu einem neuen Treffpunkt. Eine ähnliche Belebung hat „Altstadt für Alle!“ mit einer temporären Fußgängerzone im Rathausquartier 2019 erreicht. Für das Projekt war viel Kommunikation mit den Geschäftsleuten nötig. Mit Erfolg! Am Ende gab es fast nur positive Rückmeldungen. Unsere Vision ist es, das Zentrum so zu beleben, dass es zum Herzstück der Stadt wird, mit dem sich alle Hamburger identifizieren können. Dazu können auch Kulturveranstaltungen im öffentlichen Raum beitragen.

Auch der Autoverkehr ist in der Innenstadt ein Problem …

Das zeigt sich am Beispiel der stark befahrenen Willy-Brandt- und Ludwig-Erhard-Straße, die eigentlich eine Bundesstraße ist. Sie schneidet die Stadt in zwei Teile. Um eine Unterbrechung des Autoverkehrs zu erreichen, startete Pastor Frank Engelbrecht von der Hauptkirche St. Katharinen das Projekt „Die Altstadtküste atmet auf“, das in Kooperation mit uns 2020 stattfand. Dazu wurde nach erfolgreichem Antrag bei der Stadt die Straße, die südlich der St. Katharinenkirche am Zollkanal entlangführt, für ein Wochenende gesperrt. Statt Autoverkehr gab es dort einen Open-Air-Gottesdienst zur Klimawoche, Musik, Flohmarkt, Diskussionsveranstaltungen und Workshops zur Zukunft der Stadt. Die Aktion wollte zum Nachdenken über neue Mobilitätskonzepte anregen. Ein Ziel wäre, den Personennahverkehr deutlich zu verbessern.

Wie geht es in der Initiative weiter?

Um die Aufenthaltsqualität der Plätze zu fördern, wollen wir Anwohner und Passanten einladen, sich mit Ideen zu beteiligen. Dazu könnte es an ausgewählten Orten in der Innenstadt eine Art Reallabor geben, wo alle ihre Ideen einbringen können. Wir brauchen dringend neue Bündnisse und Formen der Stadtentwicklung, in denen Bürger sich gleichberechtigt mit anderen Akteuren wie der Stadt, den Grundeigentümern und der Wohnungswirtschaft einbringen können. In regelmäßigen Workshops sprechen wir über neue Ideen, sie finden auch in der Pandemie-Zeit als Online-Veranstaltung statt.

Infos zum nächsten Online-Workshop bald unter: www.altstadtfueralle.de und www.akademie-nordkirche.de/projekte; Thesen zur Stadtentwicklung in Zusammenarbeit mit dem Künstlerkollektiv LU'UM unter: www.dieschönstestadtderwelt.de

Kirchliche Wohnprojekte

Ob im Container, als Glaubensgemeinschaft oder inklusive Initiative – **das Miteinander** steht an erster Stelle

Unterstützung speziell für Frauen in Not

SABINE TESCHE

:: Seit zehn Jahren gibt es das Containerprojekt für obdachlose Frauen auf dem Gelände der Hochschule für Angewandte Wissenschaften (HAW). Es bietet Wohnraum für zehn Frauen, die dort einen geschützten Bereich haben. Im Schnitt bleiben sie in dieser Notunterbringung ein bis zwei Jahre. Jeder der sechs Quadratmeter großen Container enthält ein Bett, einen Spind, Stuhl, Tisch und eine Heizung. Zudem gibt es einen Sanitärcontainer mit zwei Badezimmern und einen Bürocontainer mit großer Küche. Betreut wird die Initiative vom Studiengang Soziale Arbeit der HAW in Kooperation mit der Hamburger Caritas. Geleitet wird das auf Spenden basierende Projekt von der Sozialarbeiterin Andrea Hniopek, doch ohne die rund 20 Studierenden wäre es nicht durchführbar. Sie können es als Fachprojekt während des Studiums wählen. Die Studierenden gehen mit den Frauen zum Arbeitsamt, suchen Wohnungen, begleiten sie zur Therapie oder hören einfach nur zu. Beide Seiten profitieren davon: Die Frauen sollen stabilisiert werden – die Studierenden erhalten Praxiserfahrung im Umgang mit Bedürftigen.

Auch das Diakonische Werk Hamburg-West/Südholstein nimmt sich speziell Schutz suchenden Frauen an. Das seit 2018 laufende Projekt Frauen_Wohnen richtet sich an Frauen und Kinder, die von Gewalt betroffen waren oder sind. „Wir unterstützen Frauen, die in Frauenhäusern leben oder über eine Beratungsstelle an uns vermittelt werden, bei der Suche nach Wohnraum. Hierbei ist es uns wichtig, nachhaltigen Wohnraum zu generieren, den die Frauen selber anmieten“, sagt Jana Schott, die als Beraterin für die Region Pinneberg und den Kreis Segeberg zuständig ist. Mit einer Kollegin betreut sie eine von sechs regionalen Servicestellen in Schleswig-Holstein, die alle gute Kontakte zu sozialen Einrichtungen, Behörden und zur Wohnungswirtschaft haben. So konnten bisher 223 Frauen und 283 Kinder in eigenen Wohnraum ziehen. Projektträger ist der Paritätische Wohlfahrtsverband Schleswig-Holstein, gefördert wird die Initiative vom Kieler Innenministerium mit 4,2 Millionen Euro.

Die Container für Frauen stehen in St. Georg. FOTO: CARITAS HAMBURG

Vom Wohnzimmer der Brüder blickt Pater Richard immer wieder gern auf das blühende Gartenrondell. FOTO: ROLAND MAGUNIA

Dominikanerkonvent als Zuhause auf Zeit

ANN-BRITT PETERSEN

:: Es ist ein Zuhause auf Zeit. Seit zehn Jahren lebt Pater Richard Nennstiel im Dominikanerkonvent St. Johannis in Hamburg-Barmbek – einem ringförmigen Gebäude, das in den 1960er-Jahren mit direktem Zugang zur angrenzenden katholischen Kirche Sankt Sophien errichtet wurde. Als Prior steht der Pater dort einer Gemeinschaft von acht Brüdern vor. „Dass wir uns nicht als Kloster, sondern als Konvent bezeichnen, liegt in der Geschichte der Bettelorden begründet“, sagt der Pater in der weißen Tunika. Die Dominikaner oder Predigerbrüder, so ihr eigentlicher Name, verzichten auf allen Besitz und bleiben nirgendwo fest an einem Ort. Sie werden nach einer gewissen Zeitspanne von einem Konvent in einen anderen versetzt.

Seit seinem Eintritt in den Orden vor 35 Jahren hat Pater Richard schon in Gemeinschaften im Rheinland sowie in Montreal, Kairo und Istanbul gelebt, bevor er nach Hamburg kam. Hier bewohnt der 57-Jährige ein einfaches Zimmer, das mit dem Nötigsten ausgestattet ist. Weil es im Klausurbereich liegt, zu dem nur Ordensangehörige Zutritt haben, kann er es nur beschreiben. Im Konvent zu wohnen bedeutet für den Pater, „nicht allein, sondern in einer geistlichen Gemeinschaft zu leben, zusammen zu beten und das Leben zu teilen“, sagt er. So kommen die Brüder morgens und abends zur Heiligen Messe sowie zum Morgen- und Abendgebet in der Kirche Sankt Sophien zusammen und vor dem gemeinsamen Mittagessen zum täglichen Mittagsgebet in der Hauskapelle. Jeder der Brüder hat spezifische Aufgaben, so sind einige für die pastorale und seelsorgerliche Betreuung der Pfarrgemeinde Sankt Sophien zuständig, ein Bruder ist Priester der ghanaischen Gemeinde, der Ghana Mission Hamburg. Mit seinen Auslandserfahrungen ist Pater Richard als Islambeauftragter im Erzbistum Hamburg tätig, er berät etwa zu Fragen des Zusammenlebens der Religionen. Dafür ist er normalerweise viel unterwegs, doch derzeit arbeitet er mit seinem Laptop im Homeoffice. Oder er nutzt die hauseigene Bibliothek, um sich ganz im Sinne des Ordensgründers dem immerwährenden Studium zu widmen.

Am Wochenende treffen sich die Brüder auch zur Rekreation, zur Erholung im Wohnzimmer des Konvents. Bei einem guten Getränk unterhalten sie sich darüber, was in der Woche war. Und Sonntagabend läuft auch schon mal – ganz weltlich – der „Tatort“ im Fernseher.

Mehr-Generationen-Haus in Halstenbek

ANN-KATHRIN BRENKE

:: Sieben junge Paare und ein Dutzend Kinder, elf Seniorinnen und Senioren und 24 Menschen mit körperlichen und psychischen Einschränkungen wohnen in der „Arche Noah“, einem inklusiven Mehr-Generationen-Wohnprojekt in Halstenbek-Krupunder. Die drei Wohntrakte liegen auf dem Gelände der Ev.-Luth. Kirchengemeinde Halstenbek. Vor elf Jahren entschied sich die Gemeinde, hier zu bauen. Das Gemeindezentrum konnte so erhalten bleiben. Die Mieteinnahmen finanzieren das Gemeindeleben und die Bewohnerinnen nutzen die Angebote der Gemeinde. „Das Meiste läuft heute von alleine“, sagt Pastor Malte Lei, „weil eine Nachbarschaft entstanden ist. Die machen ihr eigenes Ding.“

Vera Bestgen gehört zu den Initiatorinnen des Projekts, ist Gemeindemitglied und eine der ersten Bewohnerinnen. Ende 2012 bezog sie eine der barrierefreien Wohnungen. Sie schätzt besonders die spontanen Treffen im Innenhof. Was der 84-Jährigen fehlt, ist ein großer Gemeinschaftsraum. Pastor Lei bestätigt das. „Das war der Fehler in der Planung. Es braucht einen Ort, an dem Treffen unkompliziert organisiert werden können.“ Für die Menschen mit Assistenzbedarf ist das Wohnen in der Arche Noah oft nur vorübergehend. In den Ein-Zimmer-Apartments lernen sie selbstständig zu leben, bevor sie in eine eigene Wohnung ziehen. Das ist ein wichtiger Schritt für die Bewohner, doch der häufige Wechsel im Wohntrakt ist für das Gemeinschaftsgefüge des Projekts schwierig. „Dem guten Miteinander schadet das jedoch nicht“, sagt Vera Bestgen. „Es ist immer jemand da, den man ansprechen kann. Es ist eine wirkliche Nachbarschaft.“ Eine Senioren-Wohnung ist derzeit frei.

Das lichtdurchflutete Hauptgebäude der Einrichtung verbindet die Wohnbereiche miteinander. FOTO: ANDREAS LAIBLE

Ein Ort zum Wohlfühlen

Das Leben im Altenheim kann viele Vorteile haben. Das zeigt ein Besuch im **Theodor-Fliedner-Haus,** dem evangelischen Senioren- und Pflegezentrum in Bramfeld

ANN-BRITT PETERSEN

Gisela Reckel (89) kam direkt nach ihrer Gefäßoperation vom Krankenhaus in das evangelische Senioren- und Pflegezentrum Theodor-Fliedner-Haus in Bramfeld. „Ich wollte nie woanders hin“, sagt die Hamburgerin, die im Rollstuhl sitzt. Sie zeigt ihr großzügiges Einzelzimmer mit Balkon und barrierefreiem Badezimmer. Zu dem hauseigenen Bett und Nachtschrank hat sie eigene Möbel mitgebracht. „Meine Mutter war auch schon hier, mehr als sieben Jahre lang hat sie hier gelebt und fühlte sich sehr wohl“, sagt Gisela Reckel. Auch sie bereut ihre Wahl nicht, „man wird hier gut aufgenommen und hat viel Abwechslung“, sagt die ehemalige Sachbearbeiterin, die nun schon seit zehn Jahren im Seniorenzentrum lebt.

Schon beim Eintritt in das Hauptgebäude fällt die freundliche Atmosphäre des Hauses auf. Lange Glasfronten erhellen die Flure mit vielen gemütlichen Sitzecken. Auf den Fahrstühlen zu den Wohnbereichen des Gebäudekomplexes mit bis zu vier Stockwerken fallen großformatige Fotodrucke auf. Hamburger Motive wie das Planetarium im Stadtpark oder ein altes Fachwerkhaus aus dem Alten Land bedecken jeweils die gesamte Tür eines Fahrstuhls. „Unsere Wohnbereiche haben keine Nummern, sondern heißen Stadtpark oder Altes Land. Die Verwendung von Stimmungen und Farben schafft nicht nur eine wohnliche Atmosphäre, sondern ist auch hilfreich für unsere Bewohner mit Demenz“, sagt Christian Bergmann, Leiter des Hauses. Denn 26 Plätze der insgesamt 122 gehören zum Sonderpflegebereich „Demenz und herausforderndes Verhalten“, dort ist die Betreuung speziell auf Bedürfnisse der Erkrankten abgestimmt.

Wer in das Haus, dessen Träger der Kirchenkreis Hamburg-Ost ist, einziehen möchte, muss mindestens einen Pflegegrad 2 haben. „Zwei Drittel unserer Bewohner kommen direkt aus dem Krankenhaus“, sagt Elisabeth Lichtenberg, Leiterin der Sozialen Betreuung im Haus. Manche seien zuvor schon zu Hause pflegebedürftig und oft auch einsam gewesen. „Hier haben sie die Chance, die soziale Kommunikation, die sie schon verlernt hatten, wieder zu erleben“, sagt Christian Bergmann. Bei der Beratung zu einem möglichen Einzug nehme man sich viel Zeit, wer ein anderes Angebot brauche, werde auch an weitere Informationsstellen wie Pflegestützpunkte vermittelt. „Unser Ziel ist es, dass jede und jeder das passende Angebot gemäß der eigenen Lebensentwicklungsphase bekommt“, sagt Christian Bergmann.

Gegen Vorbehalte über einen Umzug in ein Alten- und Pflegeheim hat der Theologe und Diplom-Pflegewirt Bergmann überzeugende Argumente. In manchen Lebensphasen sei bestimmte Hilfe nötig und dann könne ein Pflegeheim das passende Angebot sein. „Wir hatten auch schon Bewohner, die sogar nach Jahren in dem geregelten und unterstützenden Umfeld des Heims so weit wieder selbstständig wurden, dass sie zurück in die Häuslichkeit gehen konnten“, sagt Bergmann. Auch dass ein großer Anteil der Bewohner in Doppelzimmern wohnt, sei nicht unbedingt ein Nachteil. „Viele unserer bettlägerigen und kognitiv eingeschränkten Patienten sind zu zweit oft besser aufgehoben als in einem Einzelzimmer, manche blühen dann regelrecht wieder auf“, sagt Bergmann.

Sehr positiv bewerten jedenfalls Barbara Baumann (96) und Ilse Kolm (99) die Doppelzimmerbelegung. Beide leben in einem 34 Quadratmeter großen Zimmer zusammen. Jede hat ihre Ecke mit Bett, Kommode und Fernseher, vor dem Balkonfenster stehen ein Tisch und Stühle. Während der Corona-Zeit, in der Speisesaal und Gruppenwohnräume nur für eine reduzierte Anzahl von Besuchern geöffnet sind, nehmen die beiden Damen die Mahlzeiten an dem Tisch ein. „Wir verstehen uns gut“, sagt Ilse Kolm. Ebenso wie ihre Mitbewohnerin ist sie begeistert von dem Essen und den vielen Freizeitangeboten im Haus. „Ich mache fast alles mit“, sagt sie.

> *Unser Ziel ist es, dass alle das passende Angebot gemäß der Phase ihrer Lebensentwicklung bekommen.*
>
> **Christian Bergmann, Einrichtungsleiter**

Barbara Baumann (96) und Ilse Kolm (99) teilen sich ein Doppelzimmer. Die beiden Hamburgerinnen verstehen sich gut. FOTO: ANDREAS LAIBLE

Auf der sozialen Betreuung liegt ein Schwerpunkt. „Wir begleiten die Bewohnerinnen und Bewohner in Einzelbetreuung, besuchen sie in ihren Zimmern. Die Menschen mit eingeschränkter Alltagskompetenz fördern und unterstützen wir in ihren Eigenaktivitäten“, sagt Sozialpädagogin und Diakonin Elisabeth Lichtenberg. Zudem gibt es tägliche Gruppenangebote, die vom Gedächtnistraining bis Gymnastik und Singen reichen. Die Bewohner können an Ausflügen teilnehmen, und vor der Pandemie gab es im Innenhof Veranstaltungen wie etwa den Besuch von Tieren eines Streichelzoos. Für die Seelsorge, Bibelstunden und Gottesdienste ist Pastor Olaf Ebert zuständig, der im Haus ein eigenes Büro hat.

Gisela Reckel freut sich über das Angebot. „Ich habe hier sogar Malen gelernt“, sagt die Seniorin. Sie gehört auch dem Wohnbeirat an, der in Entscheidungen des Hauses miteinbezogen ist. „Mir gefällt es, dass man hier so leben kann, wie man möchte, und dass man nicht allein ist“, sagt Gisela Reckel. Und so schaut sie gelassen ihrem 90. Geburtstag im Sommer entgegen, den sie, wenn die Pandemie es zulässt, im vertrauten Kreis im Theodor-Fliedner-Haus feiern möchte.

Theologe und Journalist Andreas Hüser über den Mai und den **Tag der Arbeit**

Quergedacht

:: Jeder Monat hat seine Qualitäten. Aber der schönste Monat ist der Mai. Was der Mai früher einmal bedeutete, können wir uns kaum vorstellen. Gemüse, Obst sogar Blumen bekommen wir das ganze Jahr über. Früher musste man warten, bis die Früchte reif waren – und das war nicht vor dem Mai. Kein Wunder, dass der Mai der Monat der Blüte und der Fruchtbarkeit schlechthin ist. Von den alten wilden Fruchtbarkeitsriten sind nur noch zahme Reste übrig geblieben, der Muttertag etwa oder der „Tanz in den Mai" (wenn er denn mal wieder stattfindet) oder der Mai als Marienmonat, der in vielen Gegenden mit Maiandachten, mit Blumen geschmückten Marienaltären und Marienliedern begangen wird.

Der Monat beginnt bekanntlich mit einem Feiertag: dem Tag der Arbeit. Dieser Tag hat mit Frucht und Frühling eigentlich nichts zu tun. Am ersten Mai 1886 rief die nordamerikanische Arbeiterbewegung zu einem Generalstreik auf, um den Achtstundentag für Arbeiter durchzusetzen. Später wurde dieses Datum zum Tag der Arbeiterbewegung. Daran hat die Kirche sich angehängt. Papst Pius XII. bestimmte 1955 den ersten Mai zum Fest „Josef der Arbeiter". Josef, der Zimmermann aus Nazaret, sollte den guten Arbeiter repräsentieren. Ein Mann, der sich duldsam in sein Schicksal fügt, nicht meckert, nicht streikt und keine roten Fahnen schwenkt.

Dabei war Josef eigentlich kein Arbeiter im klassischen Sinne. „Zimmermann" ist nicht die richtige Übersetzung des griechischen Wortes Tekton im biblischen Originaltext. Ein Tekton machte alles, was an einem Haus zu tun war. Er war Architekt, Bauunternehmer und Handwerker zugleich.

Das Fest „Josef der Arbeiter" wird selbst unter Insidern eh kaum beachtet. Aber auch der „Tag der Arbeit" zieht heutzutage nicht mehr so viele Menschen auf die Straße wie vor 50 Jahren. Man sollte diesen Tag trotzdem nicht vergessen. Er kann ein Tag der Dankbarkeit sein für die Arbeit der Frauen und Männer, die uns ein gutes Leben ermöglichen. Von den Früchten ihrer Arbeit beziehen wir Spargel und Erdbeeren, Waschmaschinen und Medikamente. Der erste Mai kann auch ein Tag der Solidarität sein mit Menschen, die in prekären Bedingungen arbeiten müssen und die von einem Achtstundentag auch heute nur träumen können.

AUSGESUCHT

Zum Zuhören: das komplette Buch Tobit als Online-Lesung

:: In diesem Jahr setzt der St. Mariendom seine Tradition einer geistlichen Lesungsreihe in der Osterzeit auf etwas andere Weise fort. Wegen der Corona-Pandemie ist die Reihe diesmal als Online-Angebot umgesetzt worden. Der Schauspieler **Sebastian Dunkelberg** (Foto) liest in drei Teilen von je 20 Minuten das komplette Buch Tobit aus dem Ersten Testament. Die Erzählung handelt von Tobias, der – begleitet von einem Engel in Menschengestalt – zu einer gefährlichen Reise aufbricht.

Infos unter: www.mariendomhamburg.de

EMPFOHLEN

Zum Hingehen: Gottesdienst zum Europatag

:: In der Hauptkirche St. Jacobi wird am 9. Mai um 11 Uhr ein Gottesdienst zum Europatag gefeiert. „Gott hilft dem Armen ohne Ansehen der Person und erhört das Gebet des Unterdrückten", heißt es im diesjährigen Predigttext am Europatag, der jedes Jahr am 9. Mai in Europa begangen wird. Im Gottesdienst werden Schicksale von Menschen aus Litauen, Rumänien und England erzählt, die von Armut und Unterdrückung belastet sind. Es geht um Covid-19 und Armut in Europa und weltweit. Gestaltet wird der Gottesdienst von Hauptpastorin Astrid Kleist, Vizepräsidentin für Zentral- und Westeuropa im Lutherischen Weltbund, von Pilgerpastor Bernd Lohse, Pastorin Christa Hunzinger, Europareferentin der Nordkirche, und Kantor und Organist Gerhard Löffler.

9. Mai, 11 Uhr, Hauptkirche St. Jacobi, Jakobikirchhof 22

GESEHEN

Zum Stöbern: Webseite mit vielen Informationen für Brautpaare

:: Das Erzbistum Hamburg hat eine neue Website für Paare eingerichtet, die kirchlich heiraten wollen. „Auf dieser Seite wollen wir Sie unterstützen, Ihren großen Tag zu planen, Fragen zu klären und Kontakte herzustellen. Damit Sie sich gemeinsam auf den Weg in eine treue und verlässliche Zukunft miteinander begeben können", heißt es auf der Seite. Zu finden sind dort ausführliche Informationen zum Ablauf der kirchlichen Feier, zu Angeboten des Erzbistums für Paare sowie Links und Literaturtipps.

Infos unter: www.kirchlich-heiraten.net

ENTDECKT

Zum Reflektieren: Jugendkirche digital

:: Die Ev.-Luth. Jugendkirche in Flottbek bietet ihre Ausstellung „Alles Anders" digital an. Der Rundgang durch einen 15-Stationen-Parcours dauert 60 Minuten und gibt jungen Menschen Raum, die Erlebnisse der letzten Monate zu reflektieren, eigene Positionen zu finden und neue Perspektiven zu entdecken – angesichts von Schulschließungen, Kontaktbeschränkungen und eingeschränkten Freizeitmöglichkeiten. Die Stationen stellen Fragen wie: „Was machst du, wenn du bei einer Freundin bist und plötzlich sechs weitere Freunde ins Zimmer kommen?" oder geben Impulse, sich über die innere Balance und das alltägliche Glück Gedanken zu machen. Das Angebot richtet sich an Konfirmandengruppen und Schulklassen. Bis Ende Mai läuft die Ausstellung. Gruppen zwischen sieben und 20 Personen können sich anmelden unter: sekretariat@die-jugendkirche.de

FOTOS: ROLAND MAGUNIA, GETTY IMAGES, JOCHEN QUAST, CHRISTA HUNZINGER, JEANETTE NENTWIG

Trauer und Wut brauchen Raum

Viele Menschen schämen sich, ihr Leid offen zu zeigen. Doch Gott die eigenen Sorgen zu schildern, kann befreiend sein. *Carola Scherf* beschreibt die Klage als ersten Schritt hinaus aus dem Elend

Jemandem sein Leid zu klagen, ist schambehaftet. Eines der mächtigsten Gefühle im Menschen ist die Scham. Nicht die Liebe, nicht der Hass, sondern die Scham. Dieses Gefühl zwingt mich in die Norm. Vielleicht haben Sie noch die Stimmen der Eltern im Kopf: „Stell dich nicht so an.“ „Hier wird nicht gejammert.“ Oder: „Jungs weinen nicht.“ Diese Sätze sollten uns helfen, uns so zu verhalten wie alle anderen auch, damit wir uns nicht blamieren. Das hat die Scham in uns lieber schon erledigt, bevor wir aus der Reihe tanzen.

Es ist so wie mit dem Kleinkind und der heißen Herdplatte: Trifft einen der Schmerz, wird man ihn in Zukunft vermeiden. Schämt man sich für eine Schwäche, wird sie möglichst nicht gezeigt. Es ist nicht en vogue zu leiden. Es ist nicht schick zu klagen. Auch die Schablone der sozialen Medien ist da bisher starr: Bilder von lachenden Gesichtern, tollen Erfolgen und bestem Essen erzählen Erfolgsgeschichten. Alles, was jenseits dieser Highlights liegt, wird nicht gezeigt. Wer traurig ist oder Rückschläge erlebt, fühlt sich nicht normal: „Alle anderen machen das besser.“ Jemandem sein Leid zu klagen, ist oft auch unerwünscht. Ich selbst habe es schon erlebt, dass ausgesprochen oder unausgesprochen klar war: „Das will ich nicht hören.“ Wenn jemand beispielsweise um einen Menschen trauert, dann sind andere damit oft überfordert. Auch wenn man in diesen Pandemiezeiten gerade an Stabilität verliert, können andere damit nicht immer umgehen. Ihnen geht es ja oft selbst so. Es ist für die Mitmenschen oft schwer zu ertragen, in die Schattenseiten des Lebens zu sehen. Lieber blendet man sie aus. Das hilft gegen die Hilflosigkeit. Die Scham für Gefühle wie Trauer oder Verzweiflung bleibt dann haften.

> *Im Leben hat alles seine Zeit. Lachen und Weinen. Höhen und Tiefen. Man kann es nur so nehmen, wie es kommt.*
>
> **Prediger Salomo (Pred, 3)**

Totschweigen macht den Schmerz nicht weg. Auch wenn die eigene innere Stimme ihn mittlerweile übertönt: „Hör auf zu jammern.“ Vielleicht sind die Traurigkeit oder die Angst betäubt, aber die Seele kämpft damit. Sie werden sich irgendwo eine Tür suchen. Manchmal wird der Körper krank. Manchmal setzen schlicht die Nerven die Grenze. In jedem Fall wird es einen unbewusst steuern, wenn das Leben darauf ausgerichtet ist, die schambesetzten Gefühle zu vermeiden, die brennen wie die heiße Herdplatte. Mich tröstet der Gedanke, dass die Bibel irgendwann einmal damit Schluss gemacht hat. Sie war buchstäblich mit ihrer Weisheit am Ende. Bis zur sogenannten Krise der Weisheit im 6. Jahrhundert v. Chr. hatte man für alles eine flotte Erklärung parat. Bei Misserfolgen hatte man eben selbst etwas falsch gemacht. Um sie zu vermeiden, gibt unter anderem das Buch der Sprüche gute Tipps zur entsprechenden Lebensführung. Dieser „Tun-Ergehen-Zusammenhang“, nach dem es dem Guten gut und dem Schlechten schlecht geht, war ein gutes Rezept, sich die tiefere Auseinandersetzung mit dem Leid vom Hals zu halten. Aber so funktioniert das Leben einfach nicht. Das Volk Israel hatte in seiner Geschichte genug Niederlagen erfahren, um zu der Einsicht zu kommen und in seinen Schriften festzuhalten: „Im Leben hat alles seine Zeit. Lachen und Weinen. Höhen und Tiefen. Man kann es nur so nehmen, wie es kommt.“ So rät es jedenfalls der Prediger Salomo.

Es nehmen zu können, wie es kommt, ist auch ein wesentliches Merkmal von Resilienz. Sie ist so etwas wie die Widerborstigkeit der Seele, die Fähigkeit, unter Druck nicht zu zerbrechen. Sie kann sich eine Zeit lang biegen und flexibel machen. Eine wichtige Voraussetzung für diese Widerstandsfähigkeit der Seele ist, den Schmerz zu akzeptieren. Das geht aber nur, wenn man die Scham dafür ablegt. Dann darf auch gejammert und geklagt werden.

In der Bibel haben sich Menschen von dieser Scham befreit. Die Klagelieder erzählen von den Schattenseiten des Lebens. In den Klagepsalmen klagen Menschen Gott ihr Leid. Am besten finde ich das Buch Hiob: Hiob klagt über den Verlust seiner Familie und seines Vermögens. Doch Hiobs Freunde schieben ihm selbst die Schuld für seine Schicksalsschläge zu. Sie beschämen ihn mit ihrer Besserwisserei und dem Ziel, ihn zum Schweigen zu bringen. Vielleicht haben Sie so etwas auch schon erlebt. Aber Hiob bleibt bei seiner Klage. So lange, bis Gott sie hört. Ich glaube daran, dass es ein Ausdruck tiefsten Vertrauens ist, Gott sein Leid zu klagen. Indem ich meine Klage ausspreche, akzeptiere ich mein Leid. Ich mache mich frei von der Scham, meine Seele ist erleichtert, und ich sehe vielleicht klarer, was ich tun kann.

Im Kirchenkreis Lübeck-Lauenburg wollten wir Menschen dafür Raum geben. Zur Karwoche haben wir auf Instagram den @Klageraum eingerichtet: Trauer, Wut, Verzweiflung – alles durfte dort einen Platz haben. Mit einem Team von Seelsorgerinnen und Seelsorgern standen wir bereit, auf die eingehenden Nachrichten zu antworten, die verschiedenen Klagen in den Postings aufzunehmen und sie in einem live übertragenen Gebet vor Gott zu bringen. Schnell war klar, dass die Pandemie eigentlich „nur“ on top auf die Sorgen kommt, die Menschen sowieso schon haben: Beziehungsprobleme, Ärger bei der Arbeit, Schicksalsschläge. Dazu kamen die Erfahrung von Frust, Einsamkeit und Überforderung durch die Situation der Pandemie.

Bei diesem Projekt habe ich erfahren, dass es heilsam ist, nicht immer auf eine Klage gleich eine Antwort haben zu müssen. Es ist heilsam, Leid auszuhalten und Klagen stehenzulassen. Niemand muss sich dafür schämen, wenn es ihm schlecht geht. Keine Stimmen der Welt müssen das zum Schweigen bringen. Im Gegenteil. Die Klage ist immer auch der erste Schritt aus dem Leid heraus.

Die Autorin ist Pastorin im Ev.-Luth. Kirchenkreis Lübeck-Lauenburg und Mit-Initiatorin des digitalen @klageraum auf Instagram. Seit 2016 ist sie als Seelsorgerin in den sozialen Medien aktiv.

Orte der Klage

Ein Ort der Klage in Hamburg ist die Offene Kapelle St. Andreas (linkes Seitenportal der Kirche), Bogenstraße 28. Gebetsanliegen online verschicken: www.st-andreas.hamburg/offene-kapelle/

Raum für Trauer in der Pandemie bietet das Musikalische Abendgebet an jedem letzten Sonnabend im Monat, das durch die Kirchen wandert. Am 29.5., 18 Uhr, Nathan-Söderblom-Kirche, Reinbek.

Öffentliches Klagen und Trauern: Menschen gedenken bei einer ökumenischen Andacht in der zerstörten Aegidienkirche in Hannover der Opfer der Corona-Pandemie. FOTO: DPA

Ausgewählte Termine im Mai und J

**Liebe Leserinnen und Leser,
die ausgewählten Termine entsprechen dem Stand zum Redaktionsschluss. Gottesdienste und Andachten können wie bisher unter Hygienemaßnahmen gefeiert werden. Vieles wird auch digital angeboten. Die hier angekündigten analogen Konzerte, Vorträge und Seminare veröffentlichen wir unter Vorbehalt und bitten Sie, sich beim Veranstaltenden zeitnah zu erkundigen, ob sie durchgeführt werden können oder ggf. online stattfinden. Informationen zu Gottesdiensten und Veranstaltungen sowie aktuelle Hinweise und Tipps gibt es unter: www.erzbistum-hamburg.de und www.kirche-hamburg.de**

GOTTESDIENSTE

SONNABEND, 1.5.21
12 Uhr, **Orgelpunkt,** Andacht, Werke v. Guilmant, Jongen, Willscher, Andreas Fabienke (Orgel); Hauptkirche St. Michaelis, Englische Planke 1
18 Uhr, **Abendandacht,** Kantaten v. Graupner u. Bach, Solisten, Ensemble Cannachord, Diemut Kraatz-Lütke (Orgel); Dreifaltigkeitskirche, Horner Weg 2

SONNTAG, 2.5.21
10 Uhr, **Gottesdienst,** österliche Musik f. Altstimme u. Orgel, Pastor Torsten Morche; Hauptkirche St. Trinitatis, Kirchenstraße 40
10 Uhr, **„Vom Mut, der begeistert“**, zum 500. Jubiläum Luther in Worms, Hauptpastor Alexander Röder, Opernstudio d. Hamburgischen Staatsoper, Orchester St. Michaelis, Jörg Endebrock (Ltg., Orgel); Hauptkirche St. Michaelis, Englische Planke 1
11 Uhr, **Gottesdienst mit Abendmahl**, Pastor Patrick Klein, Kantorei St. Jacobi, Gerhard Löffler (Ltg., Orgel); Hauptkirche St. Jacobi, Steinstraße
15 Uhr, **Himmel und Erde,** Gartenandacht, Pastorin Dr. Michaela Will, anschl. Pflanzentausch, bis 17 Uhr, Anm.: gabriele.biell@kirchenkreis-hhsh.de; Kleingartenverein Bahrenfeld, August-Kirche-Straße

FREITAG, 7.5.21
18 Uhr, **Die Sprache der Mütter,** Gottesdienst in gerechter Sprache, Pastorin Joy Hoppe; Petruskirche,Winfridweg 2
18 Uhr, **Mut schöpfen,** Frauengottesdienst, Pastor*innenteam; Friedenskirche, Otzenstraße 19

SONNABEND, 8.5.21
12 Uhr, **Orgelpunkt,** mit geistlicher Kirchenführung, Werke v. Messiaen, Franck, Rainer Lanz (Orgel); Hauptkirche St. Michaelis, Englische Planke 1

SONNTAG, 9.5.21
10 Uhr, **Musikalischer Gottesdienst,** Musik f. Oboe u. Klavier; Dreifaltigkeitskirche, Horner Weg 2
10 Uhr, **„Hier stehe ich!“,** zum 500. Jubiläum Luther in Worms, Hauptpastor Dr. Martin Vetter, Tom Kessler (Flügel); Hauptkirche St. Nikolai, Harvestehuder Weg 118
10 Uhr, **„Es reut mich nichts“**, zum 100. Geburtstag von Sophie Scholl, Pastor Richard Hölck; Christus-Kirche, Robert-Schuman-Brücke 1

DIENSTAG, 11.5.21
12.30 Uhr, **Mittagspause für die Seele,** Hauptpastorin Astrid Kleist (Impuls), Gerhard Löffler (Orgel); Hauptkirche St. Jacobi, Steinstraße

DONNERSTAG, 13.5.21
10 Uhr, **Gottesdienst zu Christi Himmelfahrt,** Weihbischof Horst Eberlein; St. Marien-Dom, Mariendom 1
10 Uhr, **Zwischen Himmel und Erde,** Gottesdienst im Kirchgarten, Pastorin Dr. Claudia Tietz, Prof. Johanna Wiedenbach; St. Johannis, Heimhuder Straße 92
10 Uhr, **Gottesdienst zu Christi Himmelfahrt,** Hauptpastor Alexander Röder, Chor St. Michaelis, Mari Fukumoto (Orgel), Jörg Endebrock (Ltg.); Hauptkirche St. Michaelis, Englische Planke 1
10 Uhr, **Ökumenischer Gottesdienst zu Himmelfahrt,** Pastor Stephan Ritthaler, Anm.: www.gethsemane-kirche-reinbek.de; Am Schloss Reinbek, Schlossstraße 5
11 Uhr, **Gottesdienst an Christi Himmelfahrt,** Hauptpastorin Astrid Kleist; Hauptkirche St. Jacobi, Steinstraße

SONNTAG, 16.5.21
10 Uhr, **Gottesdienst,** Pastor Torsten Morche, Altonaer Kantorei, Maryam Haiawi (Orgel); Hauptkirche St. Trinitatis, Kirchenstraße 40
10 Uhr, **Ev. Messe**, Pastor Dr. Stefan Holtmann, Chor St. Michaelis, Magne Draagen (Orgel), Jörg Endebrock (Ltg.); Hauptkirche St. Michaelis, Englische Planke 1

SONNTAG, 23.5.21
10 Uhr, **Gottesdienst zu Pfingsten,** Weihbischof Horst Eberlein; St. Marien-Dom, Mariendom 1
10 Uhr, **Gottesdienst an Pfingstsonntag,** Hauptpastorin Astrid Kleist, Pia Davila (Sopran), Vokalensemble St. Jacobi, Peter Sun Ki Kim (Ltg.), Gerhard Löffler (Orgel), und 11.30 Uhr; Hauptkirche St. Jacobi, Steinstraße
10 Uhr, **Komm, heiliger Geist und erneuere uns!,** Pastor Richard Hölck; Christus-Kirche, Robert-Schuman-Brücke 1
10 Uhr, **Grenzüberschreitungen,** Pastorin Andrea Busse, Christopher Bender (Orgel); St. Johannis, Heimhuder Straße 92
10 Uhr, **Kantatengottesdienst,** Bach: „O ewiges Feuer, o Ursprung der Liebe“, Einführung 9.50 Uhr, Solisten u. Orchester, Thomas Dahl (Ltg.); Hauptkirche St. Petri, Bei der Petrikirche 2
11 Uhr, **Kantatengottesdienst,** Händel: „O praise the Lord“, Hauptpastorin Dr. Ulrike Murmann, Solisten, Kantorei u. Barockorchester St. Katharinen, Andreas Fischer (Ltg., Orgel); Hauptkirche St. Katharinen, Katharinenkirchhof 1

MONTAG, 24.5.21
10 Uhr, **Ev. Messe**, Bach-Kantate: „Erschallet, ihr Lieder, erklinget, ihr Saiten!“, Pastorin Julia Atze, Solisten, Orchester St. Michaelis, Jörg Endebrock (Ltg., Orgel); Hauptkirche St. Michaelis, Englische Planke 1
10 Uhr, **Ökumenischer Gottesdienst,** Pastorin Maren Schack, Kaplan Georg Taubitz lic. lit., Matthias Hoffmann-Borggrefe (Flügel), Anm.: www.hauptkirche-stnikolai.de; Hauptkirche St. Nikolai, Harvestehuder Weg 118
11 Uhr, **Gottesdienst an Pfingstmontag,** Pastorin Lisa Tsang, Kantorei St. Jacobi, Peter Sun Ki Kim (Ltg., Orgel); Hauptkirche St. Jacobi, Steinstraße
11 Uhr, **Ökumenischer Open-Air-Pfingstgottesdienst,** Pastorin Regina Holst u.a.; Museumsplatz am Harburger Rathaus
11.15 Uhr, **Ökumenischer Pfingstgottesdienst;** Kirche am Rockenhof, Rockenhof 3

SONNABEND, 29.5.21
10 Uhr, **Von der Gnade, Liebe und Gemeinschaft,** Pastor Steffen Storck; Christus-Kirche, Robert-Schuman-Brücke 1
12 Uhr, **Orgelpunkt,** mit geistlicher Kirchenführung, Werke v. Sweelinck, Buxtehude, Bach u.a., Henner Schwerk (Orgel); Hauptkirche St. Michaelis, Englische Planke 1

SONNTAG, 30.5.21
10 Uhr, **Oberkante Unterlippe,** Gottesdienst zur Coronakrise, Pastorin Dr. Claudia Tietz, Dr. Stefan Atze, Christopher Bender (Orgel), anschl. Diskussion im Gemeindesaal; St. Johannis, Heimhuder Straße 92
10 Uhr, **Kantatengottesdienst,** Bach: „O heiliges Geist- und Wasserbad“, m. Abendmahl, Hauptpastor Dr. Martin Vetter, Kantorei St. Nikolai, Matthias Hoffmann-Borggrefe (Flügel); Hauptkirche St. Nikolai, Harvestehuder Weg 118
18 Uhr, **Über:Morgen – Ewig, das heißt: immer wieder neu,** Universitätsgottesdienst, Christian Staffa (Beauftragter der Ev. Kirche in Deutschland für den Kampf gegen Antisemitismus), Fokus Bachchoral (Musik); Hauptkirche St. Katharinen, Katharinenkirchhof 1
18 Uhr, **Mann und Frau. Und sonst noch?,** Gottesdienst positiv leben&lieben, Pastoren Thomas Lienau-Becker,Ulfert Sterz u.a.; Hl. Dreieinigkeitskirche, St. Georgs Kirchhof 19
20 Uhr, **Ökumenischer Patientengottesdienst,** Dompropst Franz-Peter Spiza; St. Marien-Dom, Mariendom 1

DONNERSTAG, 3.6.21
19 Uhr, **Gottesdienst zu Fronleichnam,** Weihbischof Horst Eberlein; St. Marien-Dom, Mariendom 1

SONNTAG, 6.6.21
10 Uhr, **Habt Mut: Wer euch hört, der hört!,** Pastorin Hella Hinrichsen; Christus-Kirche, Robert-Schuman-Brücke 1
11 Uhr, **Gottesdienst mit Abendmahl,** Bach-Kantate „Brich dem Hungrigen dein Brot“, Hauptpastorin Astrid Kleist, Solisten, Kantorei u. Barockensemble St. Jacobi, Peter Sun Ki Kim (Ltg.), Gerhard Löffler (Orgel); Hauptkirche St. Jacobi, Steinstraße
11 Uhr, **„Sturm stillen! Aber wie?“,** Jazz-Gottesdienst, Pastor Frank Engelbrecht, Daniel Stickan (Orgel, Flügel), Uwe Steinmetz (Saxophon) u.a.; Hauptkirche St. Katharinen, Katharinenkirchhof 1

SONNTAG, 13.6.21
10 Uhr, **Amuse-gueule – nimm die Einladung zum Festmahl an!,** Gottesdienst in gerechter Sprache, Pastorin Dr. Carolin Paap, Anm.: dr.carolin.paap@ googlemail.com; Paul-Gerhardt-Kirche, Altes Buckhörner Moor 16, Norderstedt
10 Uhr, **Christus spricht: Kommt her zu mir, alle,** Pastor Richard Hölck; Christus-Kirche, Robert-Schuman-Brücke 1

KONZERTE UND KULTUR

SONNABEND, 1.5.21
11.30 Uhr, **Musik zur Marktzeit,** Timo Rinke (Orgel); Kirche am Rockenhof, Rockenhof 3 oder Onlineveranstaltung

SONNTAG, 9.5.21
17.15 Uhr, **Stunde der Kirchenmusik,** Bachs Wegbereiter, Annegret Siedel (Violine), Anm.: www.sankt-petri.de; Hauptkirche St. Petri, Bei der Petrikirche 2

DIENSTAG, 11.5.21
20 Uhr, **„Avant, pendant et après l´Ascension“**, Rudolf Kelber (Orgel), 10 €, Vvk. www.konzertkassegerdes.de; Hauptkirche St. Jacobi, Steinstraße

SONNTAG, 16.5.21
17 Uhr, **Lautenkonzert,** Werke aus Renaissance u. Barock, Christian Zimmermann (Laute); St. Gertrud, Immenhof

MITTWOCH, 26.5.21
17.15 Uhr, **Stunde der Kirchenmusik,** Werke v. Bach, Telemann, Rheinberger u.a., Idan Levi (Flöte), Michael Fürst (Orgel), Anm: www.sankt-petri.de; Hauptkirche St. Petri, Bei der Petrikirche 2

FREITAG, 28.5.21
19 Uhr, **Rossini: Petite Messe solennelle,** Solisten, Kantorei St. Katharinen, Johanna Veit (Orgel), Andreas Fischer (Ltg.), 40 € / 33 €, nur Vvk., www.katharinen-kirche.reservix.de, T. 30 37 47 40; Hauptkirche St. Katharinen, Katharinenkirchhof 1

SONNTAG, 30.5.21
19 Uhr, **Drei in Eins,** Konzert, Kristian Schneider (Orgel); Martin-Luther-Kirche, Kirchenstraße 17, Trittau
18 Uhr, **Sues go Broadway,** Musical- u. Filmmelodien, Singing Sues, Suely Lamar (Ltg.), und 20.15 Uhr, Anm: www.kulturkirche.de, Vvk. 10 €, Ak. 15 €/10 €; Kulturkirche, Bei der Johanniskirche 22 oder Onlineveranstaltung (kostenlos)

MONTAG, 31.5.21
19.30 Uhr, **„frei gesprochen?!“**, Poetry Slam für JederMensch, Anm.: www.kulturkirche.de, Vvk. 5 €, Ak. 7 €; Kulturkirche, Bei der Johanniskirche 22 oder Online-Event (kostenfrei)

MITTWOCH, 2.6.21
17.15 Uhr, **Stunde der Kirchenmusik,** zum 80. Organistenjubiläum v. Prof. Hans Gebhard, Orgel: Hans Gebhard, Hans-Jürgen Wulf u. Thomas Dahl, Anm.: www.sankt-petri.de; Hauptkirche St. Petri, Bei der Petrikirche 2

FREITAG, 4.6.21
18 Uhr, **Mädchenchor Hamburg: Endlich!!,** Gesa Werhahn (Ltg.), u. 20.15 Uhr, 5.6., 16 Uhr u. 18.15 Uhr, Anm.: www.kulturkirche.de, Vvk. 6 €, Ak. 7 €; Kulturkirche, Bei der Johanniskirche 22 oder Onlineveranstaltung (kostenlos)

SONNABEND, 5.6.21
11.30 Uhr, **Musik zur Marktzeit,** Timo Rinke (Orgel); Kirche am Rockenhof, Rockenhof 3 oder als Onlineveranstaltung

FREITAG, 11.6.21
18.30 Uhr, **Eröffnung des Hamburger Orgelsommers,** 10€/7€, nur Ak.; Hauptkirche St. Petri, Bei der Petrikirche 2

SONNTAG, 13.6.21
11.30 Uhr, **Matinée,** Maryam Haiawi (Orgel); Hauptkirche St. Trinitatis, Kirchenstraße 40
17 Uhr, **Vierne: Messe solennelle,** Kantorei St. Gertrud, Jeremy Blandford, Uwe Bestert; St. Gertrud, Immenhof

SPIRITUALITÄT

DIENSTAG, 4.5.21
19 Uhr, **Goddesses, Spirituality and Women in Hinduism,** spirituelle Gastfreundschaft erleben, Kalaivani Ramanathan u.a., Anm.: seminare@frauenwerk.nordkirche.de, T. 0431/ 55 77 91 00; Onlineveranstaltung

MITTWOCH, 5.5.21
17 Uhr, **Perlen des Glaubens – Pfingstlich unterwegs**, Kirstin Faupel-Drews (Vortrag), 10 €, Anm.: info@ife-hamburg.de; Institut für Engagementförderung, Online-Event

SONNABEND, 8.5.21
15.30 Uhr, **Frauenbilder – spirituelle Kirchenführung**, Pastorin Andrea Busse, Dr. Marita to Berens-Jurk, Anm.: info@stjohannis.hamburg; St. Johannis, Heimhuder Straße 92

SONNABEND, 5.6.21
9 Uhr, **Morgenspaziergang**, Mini-Pilgerweg, Pastorin Dr. Claudia Tietz; St. Johannis, Heimhuder Straße 92
10 Uhr, **Sinnes-Wandel-Wanderung im Wald,** Annette Janssen (Ltg.), bis 16 Uhr, 20 €, Anm.: info@ife-hamburg.de,T. 51 90 00 915; Institut für Engagementförderung, Start Parkplatz Meiendorfer Weg beim Kletterpark

VORTRÄGE UND SEMINARE

FREITAG, 30.4.21
9 Uhr, **Ihr seid das Licht der Welt,** Ausstellung v. Schüler*innen der Wichern-Schule, bis 9.5., tgl. bis 18 Uhr; Hauptkirche St. Nikolai, Baptisterium, Harvestehuder Weg 118

DIENSTAG, 4.5.21
13 Uhr, **„... und eine Wolke nahm ihn auf“ – Christi Himmelfahrt,** KirchenKunst in Kürze, Ulrike Gehrs (Führung); Hauptkirche St. Jacobi, Steinstraße

MITTWOCH, 5.5.21
18 Uhr, **Fürsorge – die Anfänge,** Sorgearbeit wird zum Frauenberuf, Dr. Annett Büttner (Vortrag) u.a., Anm.:

d Juni

Im Universitätsgottesdienst am 9. Mai in St. Katharinen hält ein besonderer Gast die Predigt: Jonas Buja (Foto), Theologiestudent und Seemann.
Zum Thema „Über:Setzen – Erzählungen vom Retten auf hoher See" berichtet Jonas Buja von seinen Erlebnissen. Er war unter anderem Kapitän der „Iuvena", eines Rettungsschiffs der Nichtregierungsorganisation „Jugend Rettet". Musikalisch gestaltet wird der Gottesdienst mit Kontrabass und Klarinette von dem Duo PaBaMeTo. Der Gottesdienst wird um 18 Uhr in der Haupt- und Universitätskirche St. Katharinen unter den Bedingungen des COVID-19-Schutzkonzepts gefeiert.
FOTO: MICHAEL MIKLAS

seminare@frauenwerk.nordkirche.de, T. 0431 55 77 91 00; Onlineveranstaltung

SONNABEND, 8.5.21
10 Uhr, **Kreativ sein und Freude haben,** Schreibtag in kleiner Gruppe, Barbara Schirmacher (Ltg.), bis 16 Uhr, 30 €, Anm.: gabriele.biell@kirchenkreis-hhsh.de; Familienbildung, Mühlenberger Weg 60

MITTWOCH, 12.5.21
19 Uhr, **Maria e Maddalena in Stile recitativo,** das Leben Christi aus der Perspektive der Jungfrau Maria u. Maria Magdalenas, Aufführung u. Gespräch, Anm.: gemeindebueroMG@kathhw.de, T. 33 46 39 260; Kirche Maria Grün, Schenefelder Landstraße 3

MONTAG, 17.5.21
19 Uhr, **Petri-Forum: Luther auf der Wartburg,** Vortrag u. Diskussion, Hauptpastor Dr. Jens-Martin Kruse, Anm.: www.sankt-petri.de; Hauptkirche St. Petri, Bei der Petrikirche 2 oder Onlineveranstaltung

DIENSTAG, 18.5.21
13 Uhr, **Das Pfingstgeschehen,** KirchenKunst in Kürze, Anne-Dore Pietzcker (Führung); Hauptkirche St. Jacobi, Steinstraße

MITTWOCH, 19.5.21
18 Uhr, **Auf dem Weg zur einer verantwortbaren Praxis – Konsultationen zur Sterbehilfe,** Vortrag u. Gespräch, Brigitte Döcker, Prof. Dr. Christian Weber, André-Sebastian Zank-Wins, Anm.: rostock@akademie.nordkirche.de; Onlineveranstaltung
19.30 Uhr, **Bibel und Alltagserfahrung,** Gespräch, Evelyn Krepele (Ltg.), auch 16.6., Anm.: san-damiano@st-franziskus-hamburg.de, T. 01701513991; Onlineveranstaltung

DIENSTAG, 25.5.21
19 Uhr, **Auf der Rückkehr zu heiligen Lebensweisen,** Lektüre u. Diskussion, Text v. Winona LaDuke, Pastorin Dr. Michaela Will, Anm: gabriele.biell@kirchen-kreis-hhsh.de; Onlineveranstaltung oder Denkträume, Grindelallee 43

MITTWOCH, 26.5.21
19 Uhr, **I can't breathe: zeitbezogene Themen zwischen Pandemie und Fake News,** Aufführung u. Gespräch, Anm.: gemeindebueroMG@kathhw.de, T. 33 46 39 260; Kirche Maria Grün, Schenefelder Landstraße 3

FREITAG, 28.5.21
14 Uhr, **Die große Chance der Lebensmitte,** Wochenend-Frauenseminar, Gespräch, Gebet, Meditation, bis 30.5., 13 Uhr, Annette Hülsmann (Ltg.), 260 €, Anm.: info@kloster-nuetschau.de, T. 04531 50 040; Kloster Nütschau, Schlossstraße 26, Travenbrück

SONNABEND, 29.5.21
10 Uhr, **Natur entdecken mit allen Sinnen,** für Kinder ab 3 Jahren mit Eltern, Rallye u. Picknick, bis 12 Uhr, oder 12.6., je 11 €, Anm.: info@fbs-harburg.de, T. 51 90 00 961; Restaurant Leuchtturm, Außenmühlendamm 2
14 Uhr, **Weitblick-Touren: Kirchenmusik damals und heute,** Katrin Peter-Bösenberg u. Isgard Rhein (Führung), 12 €, auch 30.5., 14 Uhr, Anm.: info@fbs-eppendorf.de, T. 460 07 69 19; Treffpunkt bei Anmeldung oder Onlineveranstaltung
14 Uhr, **Balkonien für Anfänger*innen,** Freude für das ganze Jahr, Petra Weinstein (Ltg.), bis 17 Uhr, 35 €, Anm.: info@fbs-harburg.de, T. 519 00 09 61; Familienbildung, Hölertwiete 5

SONNTAG, 30.5.21
11.30 Uhr, **„ECHT KRASS"**, Eröffnung interaktive Ausstellung zur Prävention sexualisierter Gewalt im Jugendalter, ev. Jugend Hamburg u.a., bis 14.6.; Hauptkirche St. Petri, Bei der Petrikirche 2, 20095 Hamburg

MONTAG, 31.5.21
17 Uhr, **Kommunikation – so geht's!,** bei Einschränkungen in der Kommunikationsfähigkeit, Hamburger Angehörigenschule, bis 20 Uhr, und 7.6., Anm.: info@fbs-harburg.de, T. 51 90 00 961; Familienbildung, Hölertwiete 5

DIENSTAG, 1.6.21
13 Uhr, **Trinität – die Dreieinigkeit Gottes, des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes,** KirchenKunst in Kürze, Ulrike Gehrs (Führung); Hauptkirche St. Jacobi, Steinstraße
18.30 Uhr, **Den Boden unter den Füßen verlieren: Land Grabbing und Menschenrechte,** Vortrag u. Diskussion, Gisela Groß-Ikkache (Ltg.), Anm.: hamburg@esg.nordkirche.de, www.esg-hamburg.de; Onlineveranstaltung

FREITAG, 4.6.21
16 Uhr, **Was ist dir heilig?,** interreligiöser Frauen-Theaterworkshop, Wochenendseminar bis 6.6., 14 Uhr, Ltg.: Halime Akgün, Nedra Ouarghi, Irene Pabst u.a., 15 €/10 €, Anm.: gabriele.biell@kirchenkreis-hhsh.de; Ort bei Anmeldung oder Onlineveranstaltung
17 Uhr, **Unverwechselbar – Älterwerden als besondere Zeit, Wochenend-Seminar für Menschen ab 55 Jahre,** bis 6.6., 13 Uhr, Heidemarie Langer (Ltg.), 329 €, Anm.: info@kloster-nuetschau.de, T. 04531 50 040; Kloster Nütschau, Schlossstraße 26, Travenbrück

SONNABEND, 5.6.21
10 Uhr, **Reduce, Reuse, Repair, Recycle,** Zero-Waste Nähworkshop, Elisabeth Schwarz (Ltg.), bis 13 Uhr, 23,50 €, Anm.: info@fbs-eppendorf.de, T. 460 07 69 19; Familienbildung, Loogeplatz 14/16

MITTWOCH, 9.6.21
19 Uhr, **Von kleinen Idyllen und Ikonen,** Aufführung u. Gespräch, Anm.: gemeindebueroMG@kathhw.de, T. 334 63 92 60; Kirche Maria Grün, Schenefelder Landstraße 3

DONNERSTAG, 10.6.21
17.30 Uhr, **Regional und saisonal schlemmen,** vegetarischer Koch-Workshop, Susanna D'Amato (Ltg.), 33 € inkl. Umlage, bis 21.30 Uhr, Anm.: info@fbs-eppendorf.de, T. 460 07 69 19; Familienbildung, Loogeplatz 14/16
18 Uhr, **Nachhaltig kochen: Das Huhn auf dem Teller,** Maren Burat (Ltg.), 25 € inkl. Umlage, Anm.: info@fbs-harburg.de, T. 519 00 09 61; Familienbildung, Hölertwiete 5

SONNABEND, 12.6.21
15 Uhr, **Suppe? Schlafsack? Eigene Wohnung?,** Rundgang u. Diskussion, Nachhaltigkeit in der Obdachlosenhilfe, Diakonie-Stiftung MitMenschlichkeit, Anm.: stiftung@diakonie-hamburg.de, T. 30 62 02 61; Start vor der Hauptkirche St. Petri, Bei der Petrikirche 2

MONTAG, 14.6.21
17 Uhr, **Krise – Lost – Hoffnung,** Krisen verstehen u. Perspektiven entwickeln, Kooperation verschiedener Träger für Ev. Bildungsarbeit, Informationen u. Anm.: www.hauptkirche-stnikolai.de; Hauptkirche St. Nikolai, Onlineveranstaltung

ADRESSEN UND BERATUNG

weitere Informationen unter: www.kirche-hamburg.de; www.erzbistum-hamburg.de

SERVICETELEFON KIRCHE UND DIAKONIE HAMBURG
Mo–Fr 8–18 Uhr, Tel. 30 62 03 00

TELEFONSEELSORGE HAMBURG
gebührenfrei, täglich rund um die Uhr, Tel. 0800/111 01 11 und 0800/111 02 22

STUDENTISCHE TELEFONSEELSORGE
täglich 20–24 Uhr besetzt: Reden hilft. Tel. 41 17 04 11, Internet: www.stems.de

BERATUNGS- UND SEELSORGEZENTRUM AN DER HAUPTKIRCHE ST. PETRI (BSZ)
täglich, anonym und kostenlos: Mo–Sa 11–18 Uhr, Mi 11–21 Uhr, So 11.30–15 Uhr, Bei d. Petrikirche 3, Tel. 32 50 38 70, Lesben- und Schwulenberatung auf Anfrage

KRANKENHAUSSEELSORGE
Ev. Zentrale: Tel. 306 20 10 00
Katholisch: Tel. 24 87 74 60

AIDSSEELSORGE
Evangelisch: Beratung und Begleitung nach Vereinbarung; offene Sprechzeit: Mo und Do 16–18 Uhr, Fr 10-12 Uhr, Rostocker Str. 7, Tel. 280 44 62, www.aidsseelsorge.de

SCHULDENBERATUNG DES DIAKONISCHEN WERKES
Königstr. 54, Hamburg-Altona
Terminvereinbarung unter Tel. 30 62 03 85

BERATUNGSSTELLE DES DIAKONISCHEN WERKES
für Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensfragen, Sprechstunde ohne Voranmeldung: Mo 17.30–19 Uhr, Mi 14–15.30 Uhr, Königstr. 54, **Altona,** Terminvereinbarung: Tel. 30 62 02 49. Weitere Beratungsstellen:
Ahrensburg: Große Straße 16–20, Tel. 04102/537 66
Harburg: Hölertwiete 5, Tel. 519 00 09 60
Lohbrügge: Lohbrügger Kirchstr. 9, Tel. 724 76 03
Neuwiedenthal: Rehrstieg 58, Tel. 796 46 08
Norderstedt: Ochsenzoller Str. 122, Tel. 528 17 85/86
Pinneberg: Bahnhofstr. 29/31, Tel. 04101/505 58 60; www.diakonie-hamburg.de/web/rat-und-hilfe/familien/

FRAUENHAUS DES DIAKONISCHEN WERKES
Telefon: 192 51

KATHOLISCHE BERATUNGSSTELLEN
für Ehe-, Familien- und Lebensfragen,
Lange Reihe 2, Tel. 24 65 24;
Julius-Ludowieg-Straße 41, Tel. 77 35 32,
www.efl-beratung-nord.de

SOZIALDIENST KATH. FRAUEN (SKF)
Beratungsstellen für Frauen, Familien, Schwangere, SkF e.V.
Altona: Schomburgstr. 120, Tel. 43 31 56 (Mo 13–15 Uhr, Di 17–19 Uhr, Do 10–12 Uhr). Infoline Schwangerschaft: Tel. 23 51 81 88, Fr 9.30–11 Uhr; Mail: beratung@skf-altona.de Kleiderkiste: Eppendorfer Weg 27, Tel. 43 21 50 80;
Hamburg: Wartenau 5, Tel. 25 49 25 91 (Mo 10–12 Uhr, Mi 16–18 Uhr, Do 10–12 u. 14–16 Uhr). Beratung zur vorgeburtlichen Diagnostik: Tel. 25 31 31 90, E-Mail: skf-beratung@skf-hamburg.de

SCHWANGEREN- UND SCHWANGERSCHAFTSKONFLIKTBERATUNG
Diakonisches Werk Hamburg, Königstr. 54, Hamburg-Altona, Tel. 30 62 02 08; Beratung f. junge Eltern Tel. 30 62 03 93, E-Mail: schwangerenberatung@diakonie-hamburg.de

MÜTTERTELEFON
Gesprächsangebot für Mütter und Frauen, kostenlos und anonym; täglich, auch an Sonn- und Feiertagen, 20–22 Uhr, Tel. 0800/333 21 11

EV. MÜTTERGENESUNG
Kurberatung und Information, Kurvorarbeit und Nachsorge. www.muettergenesung-hamburg.de
Hamburg Nord-Ost: (Barmbek, Bergstedt, Eimsbüttel, Eppendorf, Farmsen, Hamm, Langenhorn, Poppenbüttel, Rahlstedt, Sasel, Steilshoop, Volksdorf, Wandsbek, Kreis Stormarn); Rockenhof 1, Tel. 51 90 00 876
Hamburg Mitte-Süd: (Allermöhe, Bergedorf, Geesthacht, Harburg, Kirchdorf-Süd, Neugraben, neuwiedenthal, Veddel, Wilhelmbsurg); Hölertwiete 5, Tel. 519 000 946
Hamburg West-Südholstein: (Altona, Blankenese, Niendorf, Norderstedt, Osdorf, Pinneberg, Quickborn, Uetersen); Garstedter Weg 9, Tel. 22 62 29 775

ALLEINERZIEHENDEN TREFFPUNKT UND BERATUNG E. V.
Güntherstr. 102, Tel. 250 11 84 und 250 27 77;
Kindertrennungs-Tel. 250 20 25

EV. FAMILIENBILDUNG IN HAMBURG UND SÜDHOLSTEIN
Kurse, Seminare und Veranstaltungen für Eltern und Großeltern mit und ohne Kinder. Programme online unter: www.fbs-hamburg.de oder bei den Einrichtungen
Altona: Max-Brauer-Allee 134, Tel. 33 45 71 82
Blankenese: Sülldorfer Kirchenweg 1b, Tel. 970 79 46 10
Eppendorf: Loogeplatz 14–16, Tel. 46 00 76 919
Harburg: Haus der Kirche, Hölertwiete 5, Tel. 519 00 0961
Horn: Bei der Hammer Kirche 16, Tel. 651 22 21
Niendorf-Lokstedt: Garstedter Weg 9, Tel. 226 22 97 70
Norderstedt: Kirchenplatz 1, Tel. 525 65 11
Osdorf: Bornheide 76c, Tel. 84 00 23 83
Pinneberg: Bahnhofstr. 20, Tel. 04101/845 01 50
Poppenbüttel: Poppenbütteler Weg 97, Tel. 46 00 76 919

KATH. FAMILIENBILDUNGSSTÄTTE HAMBURG E. V.
Angebote, Kurse,Vorträge für Familien, Alleinlebende, Kinder und Frauen jeden Alters und jeder Religion und Konfession, Lübecker Str. 101, Tel. 229 12 44

SUCHTKRANKENHILFE DER DIAKONIE
Kontaktstelle zu Selbsthilfegruppen und Einrichtungen für Suchtkranke und ihre Angehörigen im Diakonischen Werk Hamburg, Königstr. 54, Tel. 30 62 03 07

KREUZBUND
Hilfe bei Alkoholproblemen, Selbsthilfe- und Helfergemeinschaft für Suchtkranke und deren Angehörige, Martinistraße 42, Tel. 46 38 32, www.kreuzbund-hamburg.de

FREIWILLIGES SOZIALES JAHR (FSJ) UND BUNDESFREIWILLIGENDIENST IN HAMBURG
Beratung Vermittlung von Plätzen in Diakonie und Kirche in Hamburg, Diakonisches Werk Hamburg, Königstr. 54, FSJ, Tel. 30 62 02 85, www.freiwillig-diakonie-hamburg.de

IN VIA – KATHOLISCHE MÄDCHEN-SOZIALARBEIT
Beratung und Treffpunkt für Mädchen und junge Frauen, Beratung von Au-pairs und Gastfamilien, Sprachtreffs, Alphabetisierungskurse, Hausaufgabentreff, Berufsfindungs- und Bewerbungsseminare, Eidelstedter Weg 22, 20255 Hamburg, Tel. 514 40 40 www.invia-hamburg.de

BERATUNGSSTELLEN WOHNEN IM ALTER
Hamburger Westen: Wera Lange, Fachstelle ÄlterWerden Hamburg-West/Südholstein, Tel. 0173/259 85 62, wera.lange@kirchenkreis-hhsh.de
Hamburger Westen und Wedel: Wohnraumanpassung, Gemeindehaus der Johannes-Kirchengemeinde Rissen, Raalandsweg 5, Tel. 81 90 06 23, netzwerk@johannesgemeinde.de (Mo, Mi, Fr 10-12 Uhr)
Othmarschen, Flottbek, Nienstedten, Alt-Osdorf: Wohnraumberatung, Bugenhagen-Campus Groß Flottbek, Bei der Flottbeker Mühle 25b, Stefan März, stefan.maerz@kirche-in-flottbek.de

PFLEGE UND DIAKONIE
Infos über mehr als 80 ambulante Pflegedienste, Seniorenheime und Tagespflegestätten der Diakonie, Tag und Nacht: Tel. 0800/011 33 33, www.pflege-und-diakonie.de

CARITAS HAMBURG
Erziehungsberatung, Beratung für Migranten, Wohnungslosenhilfe, Straßensozialarbeit, medizinische Versorgung für Obdachlose, Sozialberatung. Danziger Straße 66, Tel. 280 14 00, info@caritas-hamburg.de, www.caritas-hamburg.de

EVANGELISCHE AUSLANDSBERATUNG
Beratungsstelle für Auswanderer, Auslandstätige in der EU und Übersee und bei binationaler Eheschließung. Rautenbergstr. 11, Tel. Tel. 2000 4400 10, www.ev-auslandsberatung.de

RAPHAELSWERK (KATH.)
Beratung für Auswanderer, Auslandstätige, Rückkehrer, binationale Paare und Flüchtlinge, die weiterwandern oder in die Heimat zurückkehren wollen. Adenauerallee 41, Tel. 60 94 32 918, www.raphaelswerk.de

FREIWILLIGENZENTRUM HAMBURG
vermittelt Freiwilligen-Arbeit und freiwilliges Engagement. Am Mariendom 4, Tel. 24 87 73 60, info@freiwilligen-zentrum-hamburg.de, www.freiwilligen-zentrum-hamburg.de

KATHOLISCHE GLAUBENSINFORMATION
zum christlichen Glauben und zur katholischen Kirche, Michaelisstr. 5, Tel. 441 40 91 11

ARBEITSSTELLE FÜR WELTANSCHAUUNGSFRAGEN DER NORDKIRCHE
Königstr. 54, Tel. 306 20 12 70,
E-Mail: joerg.pegelow@ sektenberatung.nordkirche.de

AMT FÜR KIRCHENMUSIK
Königstraße 54, Tel. 306 20 10 20,
E-Mail: afk.kkvhh@ kirche-hamburg.de

ARBEITSGEMEINSCHAFT CHRISTLICHER KIRCHEN IN HAMBURG
Ökumenischer Zusammenschluss von 33 christlichen Kirchen unterschiedlicher Konfessionen. Infos: www.ack-hamburg.de, Geschäftsstelle: Ökumenisches Forum HafenCity, Shanghaiallee 12, Tel. 36 90 02 60, E-Mail: info@ack-hamburg.de

KIRCHENEINTRITTSSTELLE AM HAMBURGER MICHEL
Tel. 37 67 81 11, weitere Infos unter: www.treten-sie-ein.de

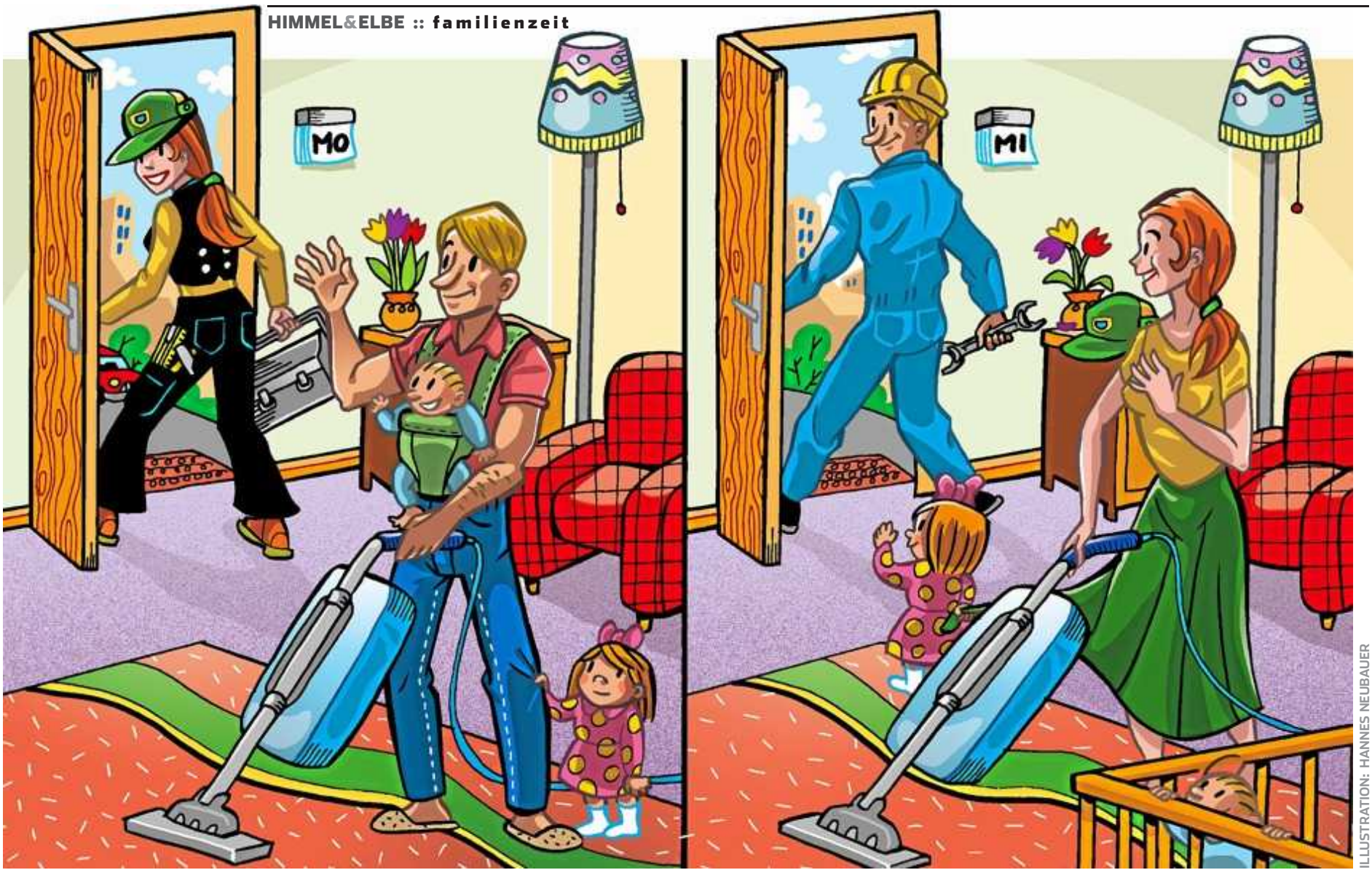


ILLUSTRATION: HANNES NEUBAUER

„Unterm Strich muss es stimmen“

Haushalt, Job und Kindererziehung – sieben Tipps, wie man alle Bereiche in einer **Partnerschaft gerecht verteilen** kann

SABINE TESCHE

:: Die Gleichstellung von Mann und Frau ist ein Menschenrecht, das heißt aber noch lange nicht, dass eine Partnerschaft gleichberechtigt ist. Dabei gehe es weniger darum, wer mehr Haushalt macht, Erziehungs- oder berufliche Arbeit leistet, sondern, dass beide sich in ihren Rollen wohl und wahrgenommen fühlen, meint **Susanne von Gönner.** Sie leitet die Harburger Ehe-, Familien- und Lebensberatung des Erzbistums Hamburg. Infos: www.ehe-familien-lebensberatung.info

1. *Was bedeutet Gleichberechtigung in der Partnerschaft?*

Susanne von Gönner: Es bedeutet, beide haben innerhalb der Partnerschaft die gleichen Rechte. Beider Anliegen werden gesehen und spielen bei der Lebensplanung die gleiche Rolle. Die Bedürfnisse des einen sind nicht grundsätzlich wichtiger als die der anderen, im Zweifel muss man Kompromisse schließen. Praktisch kann das heißen: Mein Bedürfnis, einmal am Tag mit meinem Partner zu essen, ist genauso wichtig wie sein Bedürfnis, möglichst wenig mit Küchenarbeit beschäftigt zu sein. Dann einigen wir uns zum Beispiel darauf, dass wir dreimal in der Woche gemeinsam kochen und die anderen Abende jeder macht, was er will. Ungleichheit entsteht, wenn ein Part bestimmt und der andere sich unterordnet.

2. *Sorgt ein Ehevertrag für mehr Gerechtigkeit – auch bei einer Scheidung?*

Zumindest könnte ein Ehevertrag für mehr Sicherheit sorgen, dass die Dinge vor dem Konflikt ordentlich geregelt wurden. Das gilt besonders, wenn ein Partner eine Zeit lang wegen der Kinder auf Einkommen verzichtet. Im Ehevertrag kann dann für finanziellen Ausgleich gesorgt werden.

3. *Warum neigen Frauen und Männer dazu, in alte Rollenmuster zu verfallen – vor allem, wenn ein Kind da ist?*

Mit der Geburt eines Kindes lassen sich die Eltern auf einen Prozess ein, der viel Unbekanntes und Unplanbares im Gepäck hat. Die Verantwortung für ein Baby zu haben ist eine überwältigende Erfahrung und aktiviert alte eigene Prägungen und Schutzinstinkte. Bis nach der Geburt ist außerdem die intensive körperliche Verbindung von Mutter und Kind etwas, bei dem der Vater „außen vor“ ist. Dann geht es darum, dass aus der Mutter-Kind-Bindung eine Mutter-Vater-Kind-Bindung werden kann. Das ist nicht immer so leicht. Es gelingt, wenn man die Situation des anderen sieht, würdigt und gemeinsam für Öffnung sorgt. Die Mutter gibt ab und hält aus, dass es der Vater vielleicht anders macht. Der Vater sieht die besondere Mutter-Kind-Verbindung und traut sich, die Verantwortung für die Versorgung des Kindes anzunehmen.

4. *Wie kann ein Paar verhindern, dass vor allem nur einer oder eine den Hauptteil der Hausarbeit übernimmt?*

Erleichternd ist sicher, wenn man klar definiert, wer für welchen Bereich verantwortlich ist – da kann man nach eigenen Neigungen gehen. Zum Beispiel kocht der Mann lieber, die Frau macht gerne die Wäsche, er repariert Sachen, sie kümmert sich um die Steuererklärung. Oder umgedreht. Man kann auch mal was übernehmen, wenn der andere gerade beruflich überlastet ist. Genaue Absprachen sind wichtig und die regelmäßige Prüfung, ob sie noch zur Entspannung im Alltag beitragen.

5. *Muss man Aufgaben nach Stunden aufrechnen? Wie weiß man, dass sie gerecht verteilt sind?*

Wichtig ist, dass das Paar die Aufteilung „unterm Strich“ als gerecht empfindet, und dafür ist meines Erachtens die Würdigung dessen, was ich tue, und die Bereitschaft des Partners, seinen Teil dazu beizutragen, wichtiger als eine Strichliste. Aber manchen Paaren hilft auch eine Strichliste mit Bewertungen, welche Tätigkeit wie viel wert ist, damit man dann zu einer ausgeglichenen Bilanz kommt.

6. *Wie kann man die gesetzliche Elternzeit gerecht und für das Kind sinnvoll verteilen?*

Wichtig ist, dass beide vorher klar verabreden, wie lange jeder Elternzeit nimmt, und beide das Gefühl haben, sie werden in ihren Interessen sowohl als Vater und Mutter als auch als Berufstätige vom anderen ernst genommen. Nach der Geburt ist es naheliegend, dass die Frau ein paar Monate aussetzt, gerade wenn sie stillt. Meistens ist sie nach meiner Erfahrung ein Jahr zu Hause und dann nimmt der Vater eine Auszeit. Ein Modell, das ich auch erlebe, ist, dass Eltern beide zusammen die Elternzeit nehmen und eine lange Reise mit dem Kind machen. Die Aufteilung danach muss auch nicht automatisch Teilzeit für die Frau und Vollzeit für den Mann bedeuten, sondern es können beide überlegen, zum Beispiel je vier Tage zu arbeiten, wenn sie beide Lust auf Kindererziehung haben.

7. *Wie können beide ihre Karriere gut verfolgen und sich trotzdem gleichberechtigt um Erziehung kümmern?*

Ich glaube, dass heute der Druck, Familie und Beruf auf hohem Niveau parallel laufen zu haben, sehr hoch ist. Es ist unrealistisch, mit Vollgas Karriere zu machen und gleichzeitig eine ständig präsente Mutter oder ein präsenter Vater sein zu können. Dauerhaft funktioniert es nur, wenn klar ist, dass beide verantwortlich für das Familienleben sind – und dies eben auch seinen Tribut fordert, auch bei der besten Kita- und Schulbetreuung. Zu glauben, man könne mehrere Leben gleichzeitig führen, ohne dass ein Bereich darunter leidet, ist gefährlich. Erschöpfung und Versagensgefühle sind programmiert. Es ist nicht nur eine Frage der Organisation. In allem perfekt sein zu wollen, überfordert. Hilfreich ist es, sehr realistisch einzuschätzen, was wichtig, was möglich ist und wer auf was verzichten kann. Gelingt dies dem Paar, wird in diesem Prozess nicht nur das Kind groß und stark.