

3,00 Euro

AUSGABE 16



HELENE



Beziehungsweise

BEZIEHUNG

INHALT

Editorial	3
Titelthema	
Die Deutschen und ihre Beziehungen – ein Überblick	4
Die Neuerfindung der Ehe	7
Per Swipe und Klick ins Glück?	10
Raus aus der Tabu-Zone: Über Partnerschaften und Sexualität bei Menschen mit Behinderung	12
Portraits	14
Mais Nasser und Alaa Kadura, Rigbe und Helmut Grube, Grit Leymann	
Interviews	
HELENE hat Paare zu ihren Beziehungen befragt	20
Jubiläum:	
10 Jahre frauenORT Helene Hartmeyer:	
Interview mit Brigitte zur Geschichte des Frauenortes	25
Bericht zur Jubiläums-Veranstaltung	27
Neue frauenORTE in 2021	30
Hospiz in Rotenburg	
Interview mit Sandra Köbe und Johannes Stephens zum Hospizbau in ROW	32
Das Grüne Gewissen	34
Tipps	
Sehenswert	35
Lesenswert	36
Hörensenswert	37
Besuchenswert	38
Rat + Tat	39

Termine	40
Aktuelles	42
Leserinnen-Artikel	45
Poesie	45
Kaffeepause	54
Rätsel	
Impressum	2

SR Natur

Energie nachhaltig fördern.

100 % Ökostrom aus der Region - mit Preisgarantie bis Dezember 2021

SR
STADTWERKE ROTENBURG (WÜMME) GMBH

stadtwerke-rotenburg.de
Tel. (04261) 675 0

Ökostrom aus Rotenburg -
zertifiziert und preiswert.

IMPRESSUM

Herausgeberin: Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Rotenburg (Wümme)
Dr. Kerstin Blome

Redaktion: Kerstin Blome, Meneta Focke, Christel Gerken, Larissa Scheermann,
Marina Scheiermann, Gisela Weiß-Jäger, Wibke Woyke

Redaktionelle Mitarbeit: Autorinnen der zugesandten Beiträge

Die mit Namen gekennzeichneten Texte stellen nicht unbedingt die Meinung
der Redaktion dar. Eingegangene Manuskripte werden nicht zurückgesandt. Die
Redaktion behält sich die Veröffentlichung und ggf. Kürzung derselben vor.

Ausgabe: Dezember 2020 (16. HELENE seit 2012)

Auflage: 400

Fotos: Adobe Stock, Kerstin Blome, Larissa Scheermann, Alex Steier,
Wibke Woyke sowie private Fotos der interviewten Personen und Pressefotos

Anzeigen über Kerstin Blome

Satz & Layout: FreshColor, Rotenburg

Druck: Druck & Medien Kontor Fahlbusch + Hamelberg GmbH

Kontakt: Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Rotenburg (Wümme)
Dr. Kerstin Blome, Große Straße 1, 27356 Rotenburg, Tel: 042 61 / 71-222
E-Mail: kerstin.blome@rotenburg-wuemme.de

Ausgabestellen:

Informationsbüro der Stadt Rotenburg (Wümme) Große Straße 1, Rathaus
Stadtbibliothek, Kantor-Helmke-Haus, Am Kirchhof 10, Rotenburg
Bahnhofskiosk
Buchhandlung Müller, C. Mansfeld
Buch & Aktuelles, Astrid Schloo
Fashion-Tree
Buchhandlung Froben, Sottrum
u.a.

Liebe Leser*innen,

noch immer hat uns alle die Corona-Krise fest im Griff und vieles in unserem Alltag steht still. Veranstaltungen müssen abgesagt, Projekte auf Eis gelegt werden. Wir haben es trotzdem geschafft, noch kurz vor Jahreschluss eine zweite Ausgabe der HELENE herauszubringen und freuen uns sehr darüber! Insbesondere weil der Rotenburger frauenORT zu Ehren von Helene Hartmeyer, der Namenspatin dieser Zeitschrift, in diesem Jahr sein 10jähriges Jubiläum feiert. Dem Jubiläum sind in diesem Heft zwei Beiträge gewidmet.

Ansonsten dreht sich (fast) alles um das Titelthema „Beziehungen“ – ein sehr persönliches Thema und wir bedanken uns an dieser Stelle bei all den portraitierten und interviewten Menschen für ihre Offenheit und Bereitschaft, uns so viel Intimes aus ihrem Leben zu erzählen und mit uns und Ihnen zu teilen.

Auch haben wir diesmal besonders viele und zum Teil sehr persönliche Leserinnenbeiträge erhalten, was uns ebenfalls sehr freut. Herzlichen Dank allen Frauen, die uns Beiträge geschickt haben!

Zu guter Letzt noch eine Anmerkung zum Preis dieser Ausgabe. Wir haben uns schweren Herzens dazu entschlossen, eine Preiserhöhung von 2,00 auf 3,00 Euro vorzunehmen. Zum einen, weil die Zeitschrift über die Jahre immer umfangreicher geworden ist und zum anderen, weil der Preis seit dem ersten Heft, das im Jahr 2012 erschienen ist, nicht angepasst wurde. Wir hoffen sehr, dass Sie uns trotzdem als Leser*innen treu bleiben!

Die HELENE-Redaktion



DIE DEUTSCHEN UND IHRE BEZIEHUNGEN

EIN ÜBERBLICK

Lange Zeit war die Ehe zwischen Mann und Frau das dominante Beziehungsmodell für erwachsene Personen in Deutschland. Insbesondere in der Nachkriegszeit der 1950er Jahre galt die bürgerliche Kleinfamilie, bestehend aus einem verheirateten Paar mit ein oder zwei Kindern, als nahezu unhinterfragtes Leitbild der Gesellschaft. Alle anderen Lebensmodelle, ob freiwillig oder unfreiwillig, (unverheiratete Paare, Alleinlebende und/oder Alleinerziehende, Homosexuelle) galten als Abweichung von der „Norm“ und wurden entsprechend gesellschaftlich geächtet oder waren sogar gesetzlich untersagt.

Während auch heute noch die Ehe das meist gelebte Modell ist, hat sich in Sachen Beziehung viel getan. Beginnend mit den Emanzipationsbewegungen der 1960er Jahre haben sich erhebliche gesellschaftliche Wandlungsprozesse vollzogen, die auch heute noch nicht abgeschlossen sind. Es ist eine zunehmende Pluralisierung und Individualisierung

der Lebensformen zu beobachten. Zwar entscheiden sich immer noch viele Paare zu heiraten, viele Ehen werden aber auch wieder geschieden. Dass Menschen zwei- oder mehrmals heiraten, ist keine Seltenheit und für die neuen Familienkonstellationen hat sich der Begriff „Patchworkfamilie“ etabliert. Immer mehr Paare leben aber auch ohne Trauschein zusammen. Homosexuelle Paare sind heterosexuellen heute weitestgehend gleichgestellt und der Anteil an alleinlebenden Personen steigt kontinuierlich.

Die Entwicklung von Beziehungsmodellen in Deutschland – ein statistischer Überblick

Im Jahr 2017 lebten rund 20,8 Millionen Paare in Deutschland. Hiervon waren 17,6 Millionen Paare verheiratet und 3,2 Millionen lebten als gemischt- oder gleichgeschlechtliche Lebensgemeinschaften ohne Trauschein zusammen. Daneben gab es

18,5 Millionen alleinstehende Personen. Bei einem Vergleich über Zeit wird deutlich, dass sich im Laufe der letzten Jahre die Relationen zwischen den Lebensformen verändert haben: So erhöhte sich die Zahl der Lebensgemeinschaften ohne Trauschein im Zeitraum 2007 bis 2017 um 31 %, während es 2017 in Deutschland rund 1,1 Millionen weniger Ehepaare gab als noch vor zehn Jahren (= -6 %). Die Zahl der Alleinlebenden stieg im gleichen Zeitraum um 12 %. Auch die Zahl der gleichgeschlechtlichen Paare stieg erheblich. Lt. Angaben des statistischen Bundesamtes gab es im Jahr 2001 50.000 gleichgeschlechtliche Paare in Deutschland. Im Jahr 2018 waren es 130.000 (75.000 davon als eingetragene Lebenspartnerschaften oder Ehepaare). Zeitgleich stieg die Zahl der Scheidungen. Derzeit wird etwa jede dritte Ehe wieder geschieden (= 35 %). Die durchschnittliche Ehedauer beträgt knapp 15 Jahre. Zudem warten junge Menschen mit der Eheschließung immer länger: Seit



Mitte der 1970er Jahre ist in Deutschland das durchschnittliche Heiratsalter lediger kontinuierlich gestiegen. Im Jahr 2016 waren ledige Männer bei der Hochzeit im Durchschnitt 34 Jahre alt und ledige Frauen 31,5 Jahre. Das sind jeweils vier Jahre mehr als noch vor 20 Jahren.

Die Regelungen zu Ehe und Scheidung – ein rechtlicher Überblick

Gelten Fragen der Ausgestaltung des Zusammenlebens zweier Menschen heute in erster Linie als Privatsache, die es zwischen den Partner*innen auszuhandeln gilt, wurde in Deutschland lange Zeit eine Hierarchie in der Ehe durch den Gesetzgeber vorgeschrieben, ebenso wie eine bestimmte Aufgabenverteilung. So hieß es im sog. „*Gehorsamsparagrafen*“ des Bürgerlichen Gesetzbuches (BGB), das 1900 in Kraft getreten ist: „*Dem Manne steht die Entscheidung in allen das gemeinschaftliche eheliche Leben betreffenden Angelegenheiten zu; er bestimmt insbesondere Wohnort und Wohnung*“ (§ 1354 BGB). Zudem wurde durch die Regelungen des BGB das Modell der „*Hausfrauenehe*“ festgeschrieben. Der entsprechende Paragraph lautete: „*Die Frau führt den Haushalt in eigener Verantwortung. Sie ist berechtigt, erwerbstätig zu sein, soweit dies mit ihren Pflichten in Ehe und Familie zu vereinbaren ist*“ (§ 1356 BGB). Und weiter hieß es in Paragraph 1360 BGB: „*Die Frau erfüllt ihre Verpflichtung, durch Arbeit zum Unterhalt der Familie beizutragen, in der Regel durch die Führung des Haushalts...*“

Durch das Inkrafttreten des Grundgesetzes mit dem in Artikel 3 verankerten *Gleichberechtigungsgebot* wurden Reformen im Ehe- und Familienrecht erforderlich. 1957 wurde zunächst der Gehorsamsparagraf ersatzlos aus dem BGB gestrichen. Das Prinzip der „*Hausfrauenehe*“ blieb noch unangetastet. Die Zustimmungspflicht des Ehemannes zu einer Erwerbstätigkeit der Frau wurde formal erst 1977 durch eine weitere Reform aufgehoben. Seither lautet Paragraph 1356 BGB: „*Die Ehegatten regeln die Haushaltsführung in gegenseitigem Einvernehmen. (...) Beide Ehegatten sind berechtigt, erwerbstätig zu sein...*“ Durch diese Reform wurde das Modell der „*Hausfrauenehe*“ durch das „*Partnerschaftsprinzip*“ ersetzt. Seither gibt es keine gesetzlich vorgeschriebene Aufgabenteilung in der Ehe mehr.

Gleichzeitig trat eine weitere wichtige Reform im Bereich des Scheidungsrechts in Kraft. Das sog. „*Verschuldensprinzip*“ wurde durch das „*Zerrüttungsprinzip*“ ersetzt: Da die Ehe nur in Ausnahmefällen geschieden werden sollte, musste vor der Reform ein schuldhaftes Verhalten eines Ehepartners gegenüber dem anderen vorliegen (zum Beispiel Ehebruch), um die Scheidung zu erwirken. Dies wiederum konnte zu erheblichen Nachteilen für den „*schuldigen*“ Ehepartner führen. So war es für sie oder ihn fast unmöglich das Sorgerecht für die Kinder zu erhalten, häufig entfielen nicht nur Unterhaltsansprüche, der oder die „*Schuldige*“ wurde meist unterhaltspflichtig, unabhängig von den tatsächlichen finanziellen Möglichkeiten. Die Reform des Scheidungsrechts im Jahr 1977 führte dazu, dass

heute die Schuldfrage keine Rolle mehr spielt. Besteht keine Aussicht auf Rettung der Lebensgemeinschaft, gilt sie als zerrüttet und kann nach Einhaltung einer Frist geschieden werden. Zudem orientierte sich das Unterhaltsrecht bis zu einer erneuten Reform im Jahr 2008 an der wirtschaftlichen Leistungsfähigkeit. Der wirtschaftlich besser gestellte Partner musste dem schlechter gestellten Unterhalt zahlen. Zusätzlich wurde durch die Einführung des *Versorgungsausgleichs* eine gleichmäßige Aufteilung der während der Ehe erworbenen Pensions- und Rentenansprüche zwischen den Ex-Ehepartnern vorgeschrieben. Seit 2008 muss jeder Partner nach der Scheidung grundsätzlich wieder allein für seinen Lebensunterhalt sorgen. Von dieser Regel gibt es allerdings einige Ausnahmen, z. B. wenn kleine Kinder zu versorgen sind. Durch zahlreiche Reformen wurden die gesetzlichen Regelungen zu Ehe und Scheidung somit sukzessive an die sich verändernden gesellschaftlichen Verhältnisse angepasst.

Weitere wichtige Reformen erfolgten mit Blick auf gleichgeschlechtliche Paare

Das 2001 verabschiedete Lebenspartnerschaftsgesetz ermöglichte es zwei Menschen gleichen Geschlechts erstmals, ihrer Beziehung einen rechtlichen Rahmen zu geben. Durch die Einführung der sog. „*Eingetragenen Lebenspartnerschaft*“ wurden gleichgeschlechtliche Paare nach und nach in verschiedenen Bereichen heterosexuellen Ehepaaren gleichgestellt, u. a. wurde das Unterhaltsrecht angegli-

chen und die Stiefkindadoption zugelassen. 2017 folgte dann schließlich die Einführung der „Ehe für alle“, basierend auf einem Gesetzesentwurf des Bundesrates, der das Verbot der gleichgeschlechtlichen Ehe als Diskriminierung von Menschen aufgrund ihrer sexuellen Identität und somit als Verstoß gegen das Grundgesetz einstufte. Entsprechend wurde Paragraph 1353 BGB abgeändert, von „Die Ehe wird auf Lebenszeit geschlossen“ in „Die Ehe wird von zwei Personen verschiedenen oder gleichen Geschlechts auf Lebenszeit geschlossen.“

Bis zu diesem Schritt war es ein langer Weg, denn bis Ende der 1960er Jahre war Homosexualität (unter Männern) in Deutschland noch strafbar. Der berüchtigte Paragraph 175 des Strafgesetzbuches geht auf das Reichsstrafgesetzbuch von 1872 zurück und lautete: „*Widernatürliche Unzucht, welche zwischen Personen männlichen Geschlechts oder von Menschen mit Thieren begangen wird, ist mit Gefängniß zu bestrafen, auch kann auf Verlust der bürgerlichen Ehrenrechte erkannt werden.*“ Eine Reform des Strafgesetzbuches im Jahr 1969 führte zur teilweisen Legalisierung. Homosexualität unter erwachsenen Männern über 21 Jahren galt nicht länger als Straftat. 1973 wurde das Alter auf 18 Jahre herabgesetzt

aber erst 1994 wurde der Paragraph 175 komplett gestrichen.

FAZIT

Weniger staatliche Regulierung und das Fehlen klarer gesellschaftlicher Normen und Leitbilder haben zu mehr Freiheit bei der Wahl der Partner*innen und der Ausgestaltung der Beziehung nach den eigenen Vorstellungen geführt. Die neue Freiheit geht allerdings einher mit einem Verlust an Orientierung und Sicherheit. Je mehr traditionelle Rollenbilder an Bedeutung verlieren, desto mehr muss das Beziehungsarrangement individuell ausgehandelt werden. Gleichzeitig sind die Erwartungen an Beziehungen enorm gestiegen. Sie sollen mehr sein als bloße Zweck- und Versorgungsgemeinschaften. Es scheint schwieriger geworden zu sein, Beziehungen aufrechtzuerhalten. Ohne gesellschaftliche und finanzielle Zwänge werden Beziehungen heute beendet, wenn sie nicht (mehr) den individuellen Vorstellungen entsprechen. „Die Spannung zwischen Glückserwartungen und enttäuschter Realität [nimmt] zu, da das Anspruchsniveau ständig [steigt]“ (Haring: 2009: 13). So erklärt sich auch der Begriff des oder der „Lebensabschnittsgefährte*in“. Einer

Studie der Universität Hamburg zufolge haben heute 30jährige schon deutlich mehr Beziehungen und Trennungen als 60jährige – obwohl letztere doppelt so alt sind. Diese „Beziehungsmobilität“ habe aber nichts mit „Beziehungsunfähigkeit“ zu tun – so die Meinung eines Sexualforschers. Beziehungen seien einfach anders geworden. Die äußeren „Anker“ wie religiöse und gesellschaftliche Normen und ökonomische Zwänge seien weggefallen, daher bedürfe es heute, um dennoch eine Beziehung aufrechtzuerhalten, vielmehr an Beziehungsarbeit. Der Wunsch nach einer dauerhaften Beziehung sei aber nach wie vor weit verbreitet.

Kerstin Blome

QUELLEN

Statistische Bundesamt: Datenreport 2018, <https://www.destatis.de/DE/Service/Statistik-Campus/Datenreport/Downloads/datenreport-2018.html>

Planet Wissen: Partnerschaft. Beziehungsmodelle – Damals und heute, <https://www.planet-wissen.de/gesellschaft/liebe/partnerschaft/pwiebeziehungsmodelledamalsundheute100.html>

Sabine Haring und Franz Höllinger: Beziehungsweise(n) – Liebe und Partnerschaft im Wandel, Universität Graz 2009, <https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:0168-ssoar-235323>



Die Neuerfindung der EHE

Beziehung ist für mich, eine Frau Anfang 40, ein fast undefinierbarer Begriff. Sicherlich geht es nicht allen Altersgenossen so, jedoch vielleicht einer kleinen Gruppierung derjenigen, deren Eltern und Großeltern maßgeblich dafür verantwortlich waren, dass wir heute in einer Gesellschaft leben, in der Mann und Frau begonnen haben, sich auf Augenhöhe zu begegnen. Ich sage bewusst „begonnen haben“, denn ich empfinde unsere heutige gesellschaftliche Situation als Anfang hin zu einer gleichberechtigten Gemeinschaft, in der sich die Geschlechter als vollwertig und ernstzunehmend begegnen können. Dem voran ging jedoch eine experimentelle Phase, die drei Generationen vor mir begann und „Ehe“ oder „Beziehung“ neu definierte.

Ein kleiner Rückblick:

Sicherlich hatte meine Großmutter, wie auch viele andere Frauen und Männer der Kriegsgeneration, von Jean Paul Sartre und Simone de Beauvoir gehört. Ein intellektuelles Paar, zwei Philosophen, die in Paris einen verrückten Liebespakt schlossen. Jedoch waren die einfachen Leute damals so sehr in ihre familiären und traditionsgebundenen Strukturen eingebettet, dass die neue Philosophie Sartres nur wie eine fixe Idee erschien. Er und de Beauvoir lebten ein Experiment, das die bisherige Definition von Ehe komplett auf den Kopf stellte. Sie schlossen einen Pakt der Freiheit und Permissivität.¹ Das neue Modell der Ehe oder Partnerschaft sollte nicht mehr auf gesetzlich und religiös festgelegten Sicherheiten basieren. Denn, so glaubten Sartre und de

Beauvoir, die „Institution Ehe“ beschränke uns in unserer Freiheit und führe zu Unaufrichtigkeit und emotionaler Distanz. Die „intellektuelle Ehe“ dagegen, basiere auf der philosophischen Idee von Freiheit, Aufrichtigkeit und Transparenz. Promiskuität gehörte demnach zu dem neuen Beziehungsmodell genauso wie die Annahme, dass Mann und Frau sich in der Liebe gleichberechtigt begegnen wollen und können. Es sollte alles auf vollkommener Freiwilligkeit basierend geschehen. Simone de Beauvoir und Sartre lebten zeitlebens getrennt. Sie glaubten, dass ein gemeinsamer Haushalt sie unweigerlich in die konditionierten Rollenmuster der bourgeoisen Ehe drängen würden. Beide Partner unterstützten sich intensiv in ihrer schriftstellerischen Tätigkeit, teilten ihr Gefühls- und Liebesleben in einem regen Schriftwechsel und begegneten Eifersucht als einer Herausforderung, die durch Selbstreflexion und Vertrauen gemeistert werden sollte. Diese idealistische Vorstellung, tatsächlich aufrichtig und glücklich leben zu können, setzte eine beinahe übermenschliche geistige Reife voraus. De Beauvoir schrieb später in ihren Memoiren, „wir waren wohl nicht reif genug“ und brachte damit offen zum Ausdruck, dass nicht jedes Ideal dem Schmerz, der leider auch mit der Freiheit verbunden ist, standhält. Der Freiheitsgedanke in der Liebe und die Idee des Existentialismus² waren jedoch in die Welt geworfen und schlugen Wurzeln in der Studentenbewegung der 60er und 70er Jahre. Sartres berühmter Ausspruch „der Mensch ist verurteilt, frei zu sein“ regte ein radikales Umdenken in



Foto: Jean Paul Sartre und Simone de Beauvoir (Wikipedia)

der intellektuellen Szene an. Mit Freiheit meinte Sartre, dass wir jederzeit dafür verantwortlich sind, wie wir denken und handeln, dass wir die alleinige Verantwortung dafür tragen, wie wir uns selbst in dieser Welt „entwerfen“ und demnach auch die Freiheit besitzen, den Entwurf zu ändern.

Simone de Beauvoir setzte sich intensiv mit der Identitätsfrage als Frau auseinander. Sie analysierte in ihrem über 800 Seiten dicken Buch „Le deuxième sexe“ (Das andere Geschlecht) grundlegend, was einen Menschen, unabhängig von seinen primären Geschlechtsmerkmalen, zur Frau macht, welche Einflüsse prägend für das gängige Bild des „Frauseins“ sind und wie stark diese Definitionen vom Mann abhängig sind. Sie stellte fest, „die Menschheit ist männlich, und der Mann definiert die Frau nicht an sich, sondern in Beziehung auf sich; sie wird nicht als autonomes Wesen angesehen.“

Die Bücherregale meiner Eltern und auch vieler anderer Frauen und Männer ihrer

¹ Entgegenkommen, Nachgiebigkeit, Kompromissbereitschaft

² Philosophische Strömung, bei der die menschliche Existenz im Mittelpunkt steht sowie die persönliche Verantwortung

Generation standen voll mit Schriften von Sartre, De Beauvoir, Camus. Auch Psychoanalytiker wie Alfred Adler oder selbst die Kinderliteratur von Astrid Lindgren prägten ein neues gesellschaftliches Modell des selbstbestimmten und freiheitlichen Denkens. Beide Eltern studierten, arbeiteten, kochten, putzten und hatten lange Haare. Ich hatte Puppen und Pistolen. Rollenbilder wurden bewusst durchbrochen und eine neue Pädagogik entwickelte sich, die es Kindern ermöglichte, sich wesensgerecht und nicht rollenkonform zu entwickeln. Mein Cousin, der sich als 5jähriger Junge keine Gedanken darüber machte, ob es männlich sei oder nicht, wünschte sich leidenschaftlich zum Geburtstag einen rosafarbenen Rock. Er bekam ihn und niemand lachte ihn dafür aus. Heute ist er weder homosexuell oder nach gängiger Meinung „unmännlich“, sondern ein, bei Frauen, sehr beehrter junger Tischlermeister.

Hier komme ich zurück zum Thema Beziehungen.

Ich habe in meiner eigenen Biografie verschiedene Modelle von „Frau-sein“ und „Beziehung“ ausprobiert. Ich heiratete und rebellierte als junge Frau damit gegen meine unverheirateten Eltern; ganz so, wie sie es mir beigebracht hatten. Dann ließ ich mich wieder scheiden, weil ich feststellte, dass Vertrauen und Liebe nicht durch einen Vertrag auf dem Papier zustande kamen. Was war also der Schlüssel zu einer „erfolgreichen Beziehung“? Was verstand ich überhaupt unter „erfolgreich“? Bis dass der Tod uns scheidet...? Nein, ich hatte viele und unterschiedliche Modelle vorgelebt bekommen, aber mir fehlte bei all der Auswahl komplett die Orientierung. Eines stellte ich jedoch fest, mein Weltbild unterschied zwischen Männern aus konservativem Elternhaus und denen, die genauso experimentierfreudige und freidenkerische Eltern hatten wie ich. Letztere waren langweilig für mich. Ich

konnte ihr Denken und Handeln zu sehr voraussehen. Die konservativ Erzogenen hatten jedoch etwas Rebellisches an sich. Klingt paradox, ist es aber nicht. Sie träumten noch von Aufbruch, Umdenken und Neudefinition in der Beziehung. An der Umsetzung haperte es jedoch. Beide Weltbilder und Kindheitsprägungen zusammenzubringen und sie in einer harmonischen Beziehung zu vereinen, ist alles andere als einfach für mich gewesen. Es war fast so, als träfen zwei völlig unterschiedliche Kulturen aufeinander. Also habe ich mich gefragt, was wir voneinander lernen können und wie meine Generation, besonders diejenigen, die auch Nachkommen des Existentialismus sind, heute Beziehung leben und definieren. Wir sind Eltern und vermitteln unseren Kindern bestimmte Werte und Normen. Was ist es, was wir von den Wertvorstellungen unserer Eltern weitergeben und wo bedarf es einer kritischen Betrachtung und Rückbesinnung zu konventionellen Werten?

Ich habe mich in den letzten Wochen mit vielen Paaren unterhalten, bei denen ein oder manchmal auch beide Partner ähnlich erzogen wurden wie ich. Ich stellte jedem Paar sechs Fragen. An dieser Stelle möchte ich die Ergebnisse meiner Befragung zusammenfassen. Ich habe 54 Paare zwischen 35 und 50 Jahren befragt. Für eine empirische Studie ist es keine aussagekräftige Zahl, die uns einen nachweisbar realen Einblick geben kann, welche positiven oder negativen Einflüsse Sartre und De Beauvoir auf unser heutiges Beziehungsverhalten hatten. Vielmehr liefert diese Befragung mir persönlich einige Antworten und diese möchte ich mit Ihnen teilen. Jede der folgenden Antworten fasst mehrere Aussagen zusammen und setzt voraus, dass mehr als die Hälfte der Befragten diese Ansicht vertraten.

Seid Ihr verheiratet?

Wir sind nicht verheiratet, denn wir glau-

ben nicht, dass ein gesetzlicher Vertrag notwendig oder förderlich für eine gute Beziehung ist.

Was ist das Fundament / die Basis Eurer Beziehung?

Wir vertrauen einander und gehen mit unseren Unsicherheiten, Ängsten und Schattenseiten offen und ehrlich um. Auch wenn es um unangenehme Themen geht, wie z.B. die erotische Zuneigung zu einem anderen Menschen.

Gibt es Rollenbilder / Aufgabenverteilungen in der Beziehung?

Es gibt Rollenbilder und Aufgabenverteilungen, diese sind aber eher an unsere persönlichen Neigungen und Vorlieben gebunden, als an traditionelle Geschlechterrollen. (Hier stellte sich interessanter Weise heraus, dass es unter den Befragten mehr Männer gibt, die gerne für die Familie kochen, als ihre Partnerinnen.)

Lebt Ihr in einer monogamen oder polygamen Beziehung?

Wir leben in einer monogamen Beziehung. (Fast jedes der befragten Paare hatte in der Jugend offene Beziehungen oder Polyamorie³ ausprobiert.) Hier wurde deutlich, dass gerade die Freiheit, entscheiden zu können und zu dürfen, ob wir uns an einen Partner sexuell binden oder nicht, erst zu der Erkenntnis geführt hat, dass tiefe Verbindung und Vertrauen eher in der monogamen Verbindung zu finden sind. (An dieser Stelle waren sich jedoch alle Befragten einig, dass es in unserer Natur liegt, mehrere Menschen sexuell anziehend zu finden und dass nur die Freiheit in der Jugend dazu geführt hat, heute diesen Entschluss fassen zu können, einem Menschen „treu“ sein zu wollen).

Welche positiven Werte haben Eure Eltern Euch vermittelt?

Unsere Eltern haben uns die Freiheit vermittelt, über bis dahin fest definierte, ge-

sellschaftliche Rollen hinaus, unser Leben selbst zu gestalten. Wir lernten, dass es keine geistigen Grenzen geben sollte, die uns hindern, einen bisher unbekanntem Weg einzuschlagen. Beziehung wurde uns als Experimentierfeld und Spielwiese vorgelebt, wo es von den Spielern abhing, ob es gut oder schlecht ausging. Wir haben die Wahl, frei zu entscheiden.

Was betrachtet Ihr kritisch an den Beziehungsmodellen Eurer Eltern?

Unsere Eltern wagten etwas Neues. Sie waren naiv und zugleich dogmatisch in ihrem „unkonventionell sein“. Besonders kritisch sehen wir den Umgang mit der vermeintlich „schönen Freiheit“ in der Beziehung. Sie belogen sich selbst,

wenn sie versuchten, nicht eifersüchtig zu sein, oder sich einredeten, nicht ausreichend zu lieben, wenn sie dem eigenen Partner keine zweite Liebschaft gönnten. Auch die ablehnende, verurteilende Haltung der konservativen Werte machte es uns Kindern nicht leicht, mit der Durchschnittsbevölkerung harmonisch und offen im Austausch zu sein. Es gab uns und die Anderen – die Normalen – das war nicht immer angenehm.

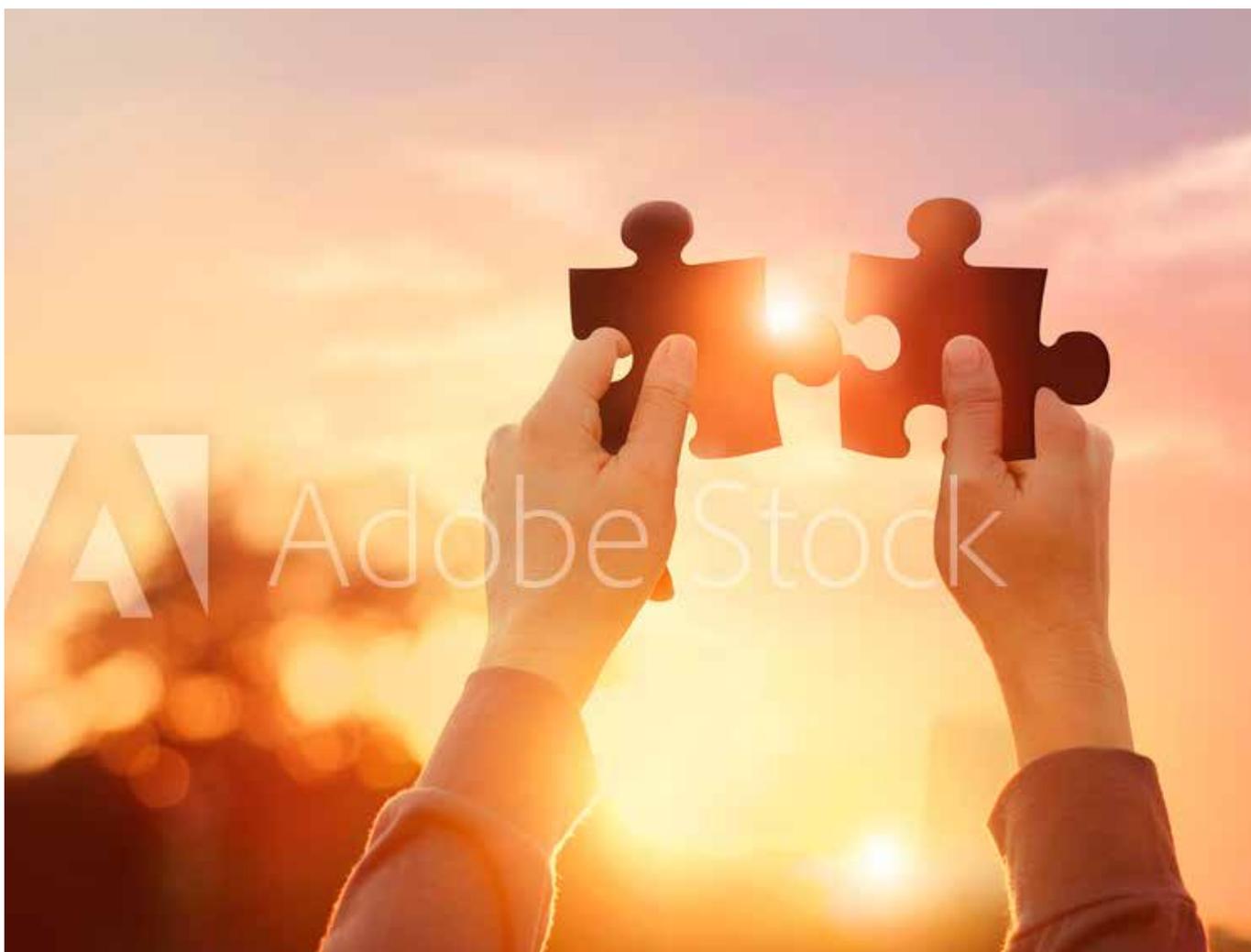
Ich ziehe aus dieser Befragung folgendes Fazit:

Unsere Eltern bewegten viele positive Veränderungen in der westlichen Welt. Sie sorgten aber auch für Verwirrung und Chaos. Orientierungslosigkeit der

Geschlechter, aber auch Freiheit und Gleichberechtigung von Mann und Frau sind auf ihr Engagement und ihren Mut zurückzuführen. Jean-Paul Sartre und Simone de Beauvoir gingen ihnen intelligent, mutig und ebenso naiv voran. Jetzt ist es an uns, unseren Kindern wieder etwas zu vermitteln, das irgendwo zwischen den Extremen liegt. Neue und alte Werte in der Beziehung zusammenzuführen und uns darin sicher und geborgen zu fühlen. Was wir jedoch jetzt richtig oder falsch machen, können uns unsere Kinder vielleicht in 30 Jahren berichten.

Meneta Focke

3 Mehrere Menschen zur gleichen Zeit lieben, freie Liebe



PER SWIPE UND KLICK INS GLÜCK?

Das Geschäft mit Partnervermittlungen und Singlebörsen boomt

Singles mit Niveau. Dating mit Stil. Seriöses Online-Dating. – Die Slogans der Online-Partnerbörsen sind quasi allgegenwärtig. Insbesondere im TV läuft die Marketingmaschine auf Hochtouren, die Branche hat in den vergangenen Jahren einen Boom verzeichnet. Das Geschäftsmodell zahlt sich aus: Der Online-Umsatz allein im Segment Dating Services in Deutschland ist stetig gestiegen und soll 2020 nach einer Prognose der Statistikplattform „statista“ im dreistelligen Millionenbereich liegen – trotz Corona. Beeindruckende Zahlen – auf Kosten der Kundinnen und Kunden?

Eins vorweg: Nichts spricht generell dagegen, im Internet auf die Suche nach einer Partnerin oder einem Partner zu gehen. Es ist weder anrühlich noch verwerflich. So manche und mancher hat dort bereits seit Glück gefunden. Doch sollte klar sein: Die großen Online-Portale unterstützen bei der Suche nach der großen Liebe nicht aus Menschenfreundlichkeit, sondern aus Interesse am Profit. „Alle elf Minuten verliebt sich ein Single über Parship“, verspricht die Werbung. Junge Frauen und Männer, schlank und erfolgreich, präsentieren sich in diversen Fernsehspots und Print-Anzeigen – allesamt bezahlte Darstellerinnen und Darsteller, die persönlich in den Portalen nicht zur Auswahl stehen. Wie sieht denn die Realität aus? Das Serviceinstitut DISQ wollte im Auftrag des Senders N-TV genau das wissen und hat mehr als 1.500 Nutzerinnen und Nutzer zu ihren Erfahrungen befragt, die bei mindestens einem Portal angemeldet sind oder es in den vergangenen zwölf Monaten waren. Bewertungen von fünf Partnervermittlungen sowie acht Sin-

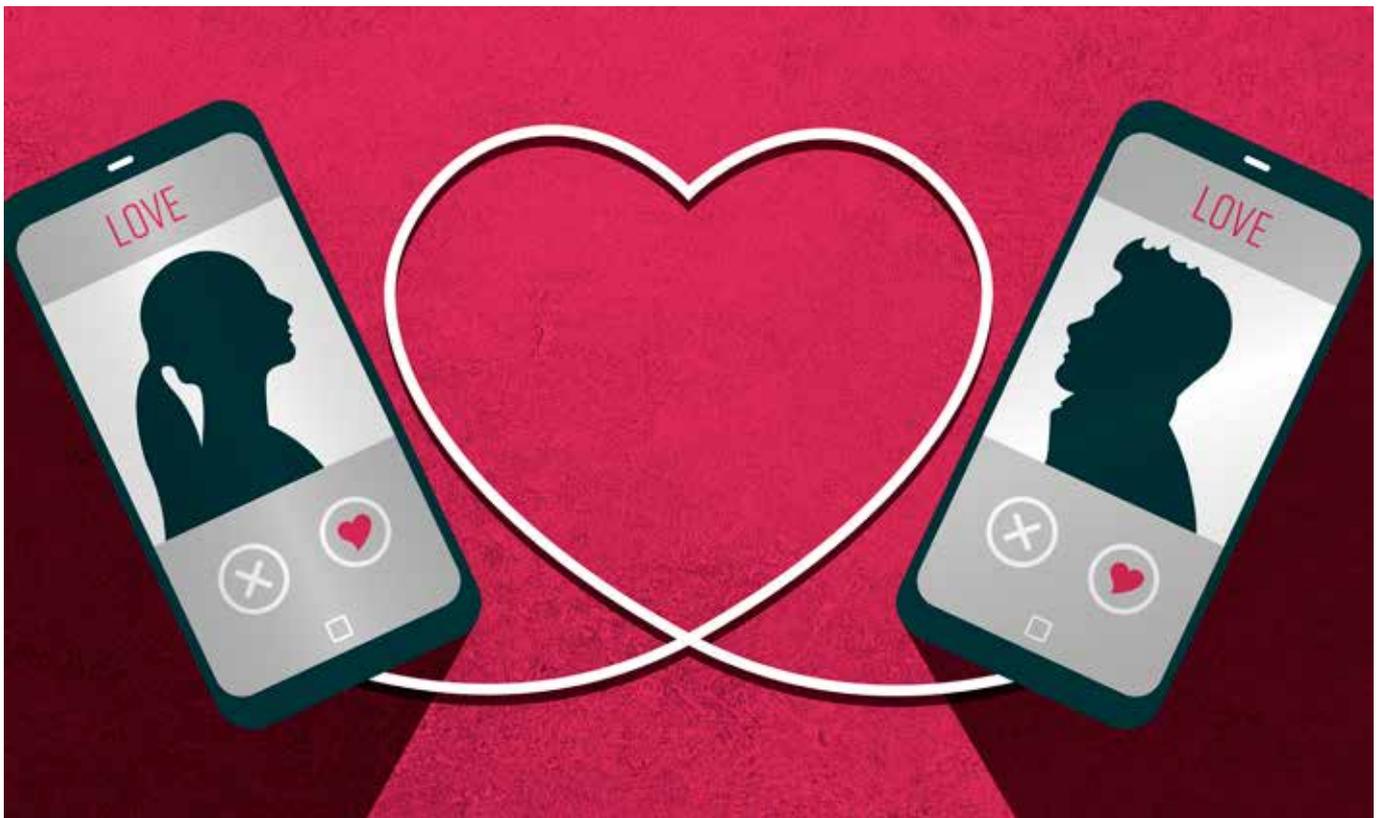
glebörsen flossen in die Ergebnisanalyse ein. Zu den Partnervermittlungen zählen laut festgelegter Definition Angebote, die – meist mit Hilfe von Persönlichkeitstests und Algorithmen – Paare fürs Leben zusammenbringen wollen. Singlebörsen sind in der Regel unverbindlicher und setzen mehr auf Eigeninitiative statt auf Matchingverfahren.

Ergebnis: Der Test bescheinigte den Portalen „deutlich ausbaufähige Zufriedenheitswerte“, so die Formulierung. Die untersuchten Angebote lagen fast alle auf einem befriedigenden Niveau. Gut war in der Gesamtbetrachtung keiner. Abgefragt wurde zum Beispiel, wie viele Partnervorschläge die Portale lieferten und wie gut die jeweils passten. Möglichkeiten zur Kontaktaufnahme sowie Tipps zur Selbstpräsentation fanden ebenso Berücksichtigung.

Untersucht wurde auch die Seriosität der Portale in Bezug auf Fake-Profile. Eine gesunde Portion Skepsis ist nämlich durchaus angebracht. Oft werden etwa Fotos von Erotikdarstellerinnen oder von Modellagenturen ins Profil kopiert, um Aufmerksamkeit zu erzeugen. Das könnte User somit verleiten, weitergehende kostenpflichtige Dienste zu benutzen. Zu viel nackte Haut könnte also ein Indiz für ein falsches Profil sein. Und natürlich sind auch digital die typischen Heiratsschwindler mit finanziellen Absichten unterwegs. Eine Glücksformel gefunden zu haben, einen Algorithmus, mit dessen Hilfe sich die passende Partnerin oder der passende Partner aus dem schier unüberschaubaren Angebot herausfiltern lässt – das verspricht eine Reihe von Portalen. Die Realität zeigt

jedoch, dass Singles zwar aus unendlich vielen Kontaktwilligen wählen können – aber dennoch oft nicht den Richtigen oder die Richtige finden. Erfolgsquote? Unter den Befragten, die eine Partnervermittlung nutzten, erklärten 7,7 Prozent, eine Partnerin oder einen Partner gefunden zu haben. 29,1 Prozent brachen ihre Bemühungen erfolglos ab. Bei den Singlebörsen gaben 5,4 Prozent an, erfolgreich gewesen zu sein. Übrigens gaben drei von vier Befragten zu, nicht nur ein Portal zu nutzen. Die Vermutung liegt nahe, dass viele Nutzerinnen und Nutzer gern die kostenlosen Probemonate mitnehmen, mit denen Portale locken und danach wechseln. Geld ausgeben wollen viele nämlich eher nicht: Jeder fünfte Partnervermittlungs- und jeder zweite Singlebörsensurfer nennt die kostenlose Mitgliedschaft als Entscheidungsgrund dafür, sich für ein bestimmtes Portal zu entscheiden.

Was in Forschungen ermittelt wurde, fasst das Redaktionsteam des Online-Magazins GEO zusammen: nämlich der hohe Einfluss oberflächlicher Kriterien, nach denen gewählt werde. Frauen würden demnach oft vor allem auf Körpergröße und den ökonomischen Status des Mannes achten, Männer dagegen auf das Alter einer Frau. Und in vielen Fällen trafen beide Geschlechter ihre Entscheidung nicht danach, wie gut der Profiltext formuliert sei, sondern vor allem nach der Strahlkraft des Fotos und der Attraktivität. Darin zeige sich laut Forscherinnen und Forschern ein Mechanismus, der tief in der Psyche verankert ist: „Von Natur aus neigen wir dazu, vom Aussehen eines anderen auf die gesamte Person zu schließen. Wirkt jemand attraktiv, vermuten wir instinktiv,



dass dieser Mensch auch klug, kompetent und vertrauenswürdig wäre – selbst wenn jeder weiß, dass solche Zuweisungen längst nicht immer stimmen.“ Nicht selten entwickle sich eine regelrechte Shoppingmentalität, haben Soziologinnen und Soziologen festgestellt: Nutzerinnen und Nutzer wollen nur noch das Beste aus dem großen Sortiment. Diese Einstellung jedoch habe zur Folge, dass sich hübsche junge Frauen vor Kontaktgesuchen kaum retten können, während weibliche Singles jenseits der 30 von deutlich weniger Männern angeschrieben würden. Ähnlich streng sei der Blick der Frauen: In einem Dating-Portal beurteilten die Nutzerinnen 80 Prozent der sich dort präsentierenden Männer als unattraktiv.

Vor rund 20 Jahren entstanden die ersten Singlebörsen im Internet. Die meisten gleichen anfangs digitalisierten Versionen der Kontaktanzeigen in den Tageszeitungen. Heute bieten allein in Deutschland mehr als 2.500 Internetportale (Singlebörsen, Partnervermittlungen, Sextreffs oder Sei-

tensprungagenturen) ihre Dienste an. Das Angebot reicht von den bekannten Marktführern wie Parship und Elitepartner bis zu sehr spezialisierten Anbietern, die etwa Millionäre zusammenführen oder Katzenfreunde, Science-Fiction-Fans, Vegetarier, groß gewachsene Menschen, Schnauzbartträger und, und, und... Manchmal ist die große Liebe das Ziel. Manchmal auch nur die schnelle Nacht zu zweit – etwa bei der Tinder-App: Einfach per Wisch (Swipe) nach rechts und links aussortieren im Sekundentakt.

Angebote, bei denen nur Frauen den Kontakt initiieren dürfen, gibt es übrigens ebenso. Thema sexuelle Belästigung – auch das ist Realität. In Singlebörsen werden meist Frauen vom anderen Geschlecht belästigt. Dann gilt: Nicht nur das entsprechende Mitglied blockieren, sondern den Vorfall melden. Eine entsprechende Funktion bieten die meisten Portale an.

Wibke Woyke

QUELLEN

Prognose der Online-Umsätze für Dating Services in Deutschland 2017 bis 2024, <https://de.statista.com>

Deutsches Institut für Service-Qualität; Quelle: „Studie Online-Partnerbörsen“, <https://disq.de>

„Warum Dating-Portale es erschweren, den Richtigen zu finden“, www.geo.de

Raus aus der Tabu-Zone

Über Partnerschaften und Sexualität
bei Menschen mit Behinderung



Melanie Ludwig kennt das Thema „Partnerschaften und Sexualität bei Menschen mit Behinderung“ aus vielen Beratungen gut

Die Suche nach einer Lebenspartnerin oder einem Lebenspartner, das Bedürfnis nach Zärtlichkeit und Sexualität – ganz selbstverständlich im Leben. Auch bei vielen Menschen mit einer geistigen Behinderung. Doch eben diese Bedürfnisse und Ansprüche in die Realität umzusetzen, ist für sie oftmals nicht so einfach wie für Menschen ohne Beeinträchtigungen. Melanie Ludwig ist bei der Lebenshilfe Rotenburg-Verden in der systemischen Beratung LUPO tätig und weiß, welche Unsicherheiten, Probleme und Vorbehalte es gibt.

LUPO – hinter diesem Namen verbergen sich die Begriffe lösungsorientiert, unterstützend, persönlich, offen. Die systemische Beratung soll einen Weg aufzeigen, individuell Unterstützung bei Fragen und Problemen zu leisten. Zielgruppe des Projekts sind Menschen mit geistigen, seelischen und emotionalen Beeinträchtigungen, Eltern von Kindern mit einer Beeinträchtigung und weitere Angehörige – ausdrücklich nicht nur für das Klientel aus den Einrichtungen der Lebenshilfe, sondern für alle Hilfesuchenden. Partnersuche, Sexualität – Themen, mit denen die

Fachfrau oft konfrontiert wird. „Das Thema kommt eigentlich fast in jeder Beratung auf den Tisch“, so Melanie Ludwig. Sie weiß: „Die sexuelle Entwicklung ist für Menschen mit einer geistigen Behinderung genauso bedeutungsvoll wie für jeden anderen.“ Ein erfülltes Leben zu führen, sei ein großer Wunsch aller, die in die kostenfreie LUPO-Beratung kämen. Und genau dazu gehöre auch, so selbstständig wie möglich leben zu können und die Anerkennung sexueller Bedürfnisse. Viele würden sich die „perfekte Familie“ wünschen – Mann, Frau, Kind, Hund. Wünsche, die nicht nur reine Empfindung ist, sondern gesetzlich untermauert. Schließlich heißt es im Grundgesetz, Artikel 2: „Jeder hat das Recht auf freie Entfaltung seiner Persönlichkeit, soweit er nicht die Rechte anderer verletzt und nicht gegen die verfassungsmäßige Ordnung oder das Sittengesetz verstößt.“ Und Artikel 3 beinhaltet folgenden Satz: „Niemand darf wegen seiner Behinderung benachteiligt werden.“ Gleichstellung, die für alle Bereiche des menschlichen Lebens gilt – auch für Partnerschaft und Sexualität. Menschen mit geistiger Behinderung dürfen ihre Persönlichkeit entfalten, Beziehungen eingehen, bei entsprechender Ge-

schäftsfähigkeit heiraten. Und sie haben ein Recht auf eigene Kinder. Das Recht auf sexuelle Selbstbestimmung schließt natürlich das auf Schutz vor sexuellem Missbrauch ein.

Menschen, die als geistig behindert gelten, haben keine „besondere“ Sexualität. Die meisten von ihnen wünschen sich genau das Gleiche wie die nicht behinderten Altersgenossen: Flirt, Freundschaft, Liebe, Partnerschaft, Zärtlichkeit, Geborgenheit, Leidenschaft. Sie haben die gleichen Grundbedürfnisse wie andere. Im Umgang mit ihrer Sexualität gibt es jedoch immer wieder Unsicherheiten, denn: Sexualität bei Menschen mit Behinderung ist gesellschaftlich vielfach ein Tabu-Thema. Bei der Lebenshilfe Rotenburg-Verden gibt es eine Reihe von Paaren. Auch Hochzeit wurde bereits gefeiert. Gleichgeschlechtliche Partnerschaften gibt es ebenso. Paare lernen sich generell genau da kennen, wo sich auch Menschen ohne Behinderung kennenlernen – etwa am Arbeitsplatz, in Wohngemeinschaften, aber auch im Internet. Längst gibt es spezielle Partner- und Kontaktbörsen, die sich thematisch um Menschen mit Behinderungen drehen.

Und wenn man den passenden Partner oder die Partnerin noch nicht gefunden hat? Ein Thema, das viele in der Beratung beschäftigt. „Liegt es an mir?“ ist eine Frage, die sich viele stellen. Und auch die Angst, im Alter allein zu sein, ist oftmals sehr groß. Eine häufige Angst: „Was wird aus mir, wenn Mama und Papa nicht mehr da sind?“

Wie reagieren Eltern auf das Thema Beziehungen und Sexualität? „Dass ihr Kind später nicht allein leben muss, das wünschen sich natürlich die Familienangehör-

igen auch. Doch die Lust auf Sexualität – das ist für viele dann doch ein Thema, über das nicht so gern gesprochen wird.“

Zudem wichtig: Aufklärung über Liebe, Partnerschaft und Sexualität. Dazu gehört auch das Thema Verhütung und das Gespräch darüber, was es heißt, Mutter oder Vater zu sein. Denn auch der Kinderwunsch wird in Beratungen geäußert. Bei der Lebenshilfe ist das Thema begleitende Elternschaft präsent. Dabei wird der Schwangeren (beziehungsweise den Paaren) nicht nur während der Zeit vor der Geburt Unterstützung geleistet, sondern auch danach, um mit dem neuen Alltag und allen seinen Fragen und Herausforderungen klarzukommen.

Wer Beratung braucht und Fragen hat, kann Melanie Ludwig unter Beratung@LhRowVer.de erreichen. Verständliches Informationsmaterial in Leichter Sprache zu genannten Themen bietet zum Beispiel auch pro familia auf ihrer Homepage an.

Wibke Woyke

LITERATURTIPPS ZUM THEMA:

Conny Wenk: Freundschaft a little extra, Neufeld Verlag

Conny Wenk: Außergewöhnlich – Vaterglück, Verlag Paranus

Ohrenkuss – ein Magazin gemacht von Menschen mit Down Syndrom, Bezugsadresse: Werkstatt für Kultur und Wissenschaft, Dr. Katja de Braganca, Buschstraße 22, 53113 Bonn, <https://ohrenkuss.de>

WeiberZEIT, zweimal jährlich erscheinende Zeitung des Projektes "Politische Interessenvertretung behinderter Frauen" des Weibernetz e.V., <https://www.weibernetz.de>

Liebe auf den ersten Blick

Mais Nasser und Alaa Kadura sind seit 2010 verheiratet und leben seit 2017 mit ihren Kindern Bisan und Ali in Rotenburg (Wümme)

„Erzählt bitte, wie Ihr euch kennengelernt habt“, frage ich. „Das kannst du besser“, sagt Mais lachend zu ihrem Mann. Es war 2009, Alaa sah Mais im Krankenhaus, wo sie Verwandte besuchte und hat sofort sein Herz verloren. „Nach drei Minuten wusste ich, dass sie die Richtige ist“ sagt er. Er kannte ihre Familie und bat seinen Vater am gleichen Abend, ein Treffen zu arrangieren. Es gab ein großes Kennenlernetreffen zu Hause bei Mais Eltern. „Wenn ich heiraten möchte, muss ich nicht nur von meiner Braut, sondern von allen Familienmitgliedern akzeptiert werden, der Heiratsantrag gilt für die ganze Familie“, erklärt Alaa. Nach fünf Treffen bei Mais zu Hause, wo sie sich stundenlang unterhalten haben, gab es eine Verlobung und nach 12 Monaten, im Januar 2010 wurde geheiratet.

Mais und Alaa kommen aus Syrien, aus Aleppo. Drei Jahre seit dem Kriegsanfang haben die beiden abgewartet, gehofft, dass es besser wird, vorbeigeht. Doch es wurde nicht besser und das Paar hat sich entschieden, Zuflucht in Deutschland zu suchen. „Vor dem Krieg ging es uns sehr gut in unserer Heimat“, Mais hat ein Studium zur Lebensmittelingenieurin absolviert, hatte vor, ihren Doktor an der Universität zu machen. Alaa war angesehener Anästhesiearzt mit guten Aussichten. 2015 ging Alaa nach Deutschland, Mais und die Kinder folgten ihm 2017. Und hier, in Rotenburg, ist die Familie wieder zusammen und glücklich: Alaa arbeitet im Agaplesion Diakonieklinikum, Mais kümmert sich um die Kinder und wartet auf eine Praktikumsstelle, um ihren Beruf ausüben zu können.



Ehrlichkeit, Respekt und Vertrauen sind für Mais und Alaa das Wichtigste in der Beziehung. Nur auf diesem Fundament kann eine Ehe langfristig bestehen, sind sich beide sicher. Den Krisen und Problemen wird mit Offenheit und Gesprächen begegnet. „Natürlich streiten wir uns mal! Wir sind doch Menschen und machen auch mal Fehler!“ „Aber laut werde nur ich“ schmunzelt Mais. Meinungsverschiedenheiten werden auch mit den Kindern besprochen, dabei steht der Respekt für den Partner immer an erster Stelle, seine Autorität wird nie in Frage gestellt.

Gleichwertigkeit der beiden Partner – das spüre ich sehr intensiv bei diesem Gespräch. Mais und Alaa erzählen mir,

wie er den Haushalt gemacht und sich um die Kinder gekümmert hat, als Mais studiert und gearbeitet hat. Rollenverteilung? – Selbstverständlich! Jeder gibt einfach sein Bestes!

Wie steht es denn mit der Gleichberechtigung für die Frauen?

- Natürlich dürfen syrische Frauen wählen!
- Natürlich verdienen die Frauen genauso viel wie die Männer!
- Die Frau muss unbedingt sagen, wenn sie ausgeht – doch der Mann tut es auch.

Und dann erfreut mich Alaa mit einer unerwarteten Bemerkung: „Ich finde es so unfair, dass die deutschen Frauen den Familiennamen des Mannes überneh-

men!“ „Wie ist es denn bei euch?“ habe ich nach. „Die Frau behält natürlich ihren Namen! Das ist doch der Name ihres Vaters! Und die Kinder bekommen den Familiennamen des Vaters.“ Dadurch gab es schon mehrmals Unstimmigkeiten, Mais wird ständig mit Alaas Nachnamen angesprochen.

Liebe und Respekt strahlen die beiden Eltern auch ihren Kindern, Bisan und Ali, gegenüber aus. Eine Familie ohne Kinder wäre für sie unvorstellbar. In Syrien gibt es keine Familien ohne Kinder, drei bis vier sind die Regel. „Kinder sind Gottes Geschenk“ sagt Mais. Gemeinsame Zeit ist für die ganze Familie sehr wichtig: Beim Abendbrot erzählt jeder von den Erlebnissen des Tages, Gesellschaftsspiele werden gerne gespielt. Nur für sich hat das Paar im Moment wenig Zeit: in der Freizeit stehen die Kinder an

der ersten Stelle. Doch es gibt ein paar Rituale, die den Beiden sehr wichtig sind: das abendliche Gespräch, wenn die Kinder schon im Bett sind, darüber was man am Tag erlebt, wie man sich gefühlt, worüber man gelesen hat. Das gemeinsame Frühstück ergibt sich auch manchmal, wenn die Kinder in der Schule sind und Alaa frei hat. Das sind für die beiden ganz besondere Momente, die intensiv erlebt werden.

„Etwas ganz Wichtiges noch“, sagt Alaa stolz zu mir, „wir haben ein gemeinsames Konto.“ Es ist für das Paar selbstverständlich, dass beide über das gesamte Einkommen verfügen, unabhängig davon, wer wieviel verdient.

Noch vor der Verlobung haben Mais und Alaa über diese Dinge, über „die Basis“ gesprochen:

welche Überzeugungen und Sichtweisen man hat, wie man sich eine Beziehung, eine Ehe vorstellt, welche Erwartungen stellt man an den anderen und an sich selbst. Diese Gespräche waren das Fundament für die Ehe von Mais und Alaa. Nur eine Sache hat Alaa damals vergessen zu erwähnen: dass er raucht. Doch damit kommt Mais zurecht, solange er es nur draußen tut.

Auf meine Frage, ob die Ehen der Eltern ein Vorbild für die Beziehung sind, lachen die beiden: „Sagen wir mal so: wir haben von deren Fehlern stark profitiert.“

Larissa Scheermann



Fotos Larissa Scheermann

Ich bin ein Mensch, der sich überall gut anpassen kann und meine Frau genauso

Interview mit Rigbe und Helmut Grube

Im Oktober kommen Rigbe und Helmut Grube für ein Interview zu mir ins Rathaus. Rigbe ist 62 Jahre alt, stammt gebürtig aus Eritrea und lebt seit 1985 in Deutschland. Sie arbeitet als Heilerziehungspflegerin bei den Rotenburger Werken und für das Diakonissen-Mutterhaus in der Flüchtlingsbetreuung. Helmut Grube ist 68 Jahre alt und Bahnbeamter im Ruhestand. Sie sind seit fast 30 Jahren verheiratet und leben in Rotenburg.

Kennengelernt haben sich die beiden Anfang der 1990er Jahre per Zufall, erzählt Rigbe. Sie hat damals in Sottrum gewohnt und ist mit der Bahn zur Arbeit nach Rotenburg gefahren. Helmut hat am Fahrkartenschalter gearbeitet, sie haben sich häufig gesehen, wenn es z. B. geregnet hat ist sie zu ihm reingegangen. Lange Zeit habe sie sich nichts dabei gedacht, wenn sie sich unterhalten haben, erinnert sich Rigbe, sie habe zunächst nur gedacht was für ein netter und freundlicher Mensch. Und, was Rigbe nicht wusste, Helmut dachte sie sei verheiratet, wegen eines Rings den sie trug. Es dauerte, bis dieses Missverständnis aufgeklärt werden konnte. Später hat Helmut sie dann manchmal im Auto mit nach Rotenburg genommen. Aber: „Zwischen uns hat es ganz lange gedauert“, erzählt Rigbe, „bis wir zusammen Essen gegangen sind und da waren wir immer noch per sie.“ Für sie als gläubige Christin sei es nicht normal gewesen, mit einem Mann zusammenzuleben und eigentlich hatte sie beschlossen, dass sie keinen Mann haben möchte, „dass ich in Ruhe mein Leben lebe“. Es sollte aber anders kommen und durch Beharrlichkeit und lange Gespräche hat Helmut sie letztlich überzeugt. 1993 haben sie auf



Foto: Kerstin Blome

dem Standesamt im Rotenburger Rathaus geheiratet.

Ich frage die beiden, ob das Zusammenleben am Anfang schwierig war, da sie ja aus sehr unterschiedlichen Kulturen stammen. „Ich stehe über den Dingen, sonst hätte ich es niemals über 25 Jahre mit dieser Frau ausgehalten“ antwortet Helmut scherzhaft und ergänzt dann, dass sie aus

unterschiedlichen Kulturen kommen sei von Anfang an kein Problem im Zusammenleben gewesen. „Ich bin ein Mensch, der sich überall gut anpassen kann“, sagt Helmut „und meine Frau genauso, meine Frau ist ein weltoffener Mensch.“ Rigbe stimmt ihm zu, dass es keinerlei Anpassungsschwierigkeiten zwischen den beiden gab, auch weil Eritrea lange italienische Kolonie war und viele italienische

Traditionen übernommen hat. In Eritrea ist die europäische Kultur fest verankert, Rigbes Eltern sprechen z. B. fließend Italienisch. Rigbe ist also mit der Europäischen Kultur vertraut, auch weil ihr Vater, ein Pastor, in ihrer Kindheit viele Besucher aus Europa empfangen hat.

Beim Essen gebe es aber neben italienischen auch traditionelle eritreische Gerichte, die in Deutschland nicht bekannt seien, mit anderen Gewürzen und anderen Getreidearten, aber ihr Mann esse diese lieber als das deutsche Essen, erzählt sie, viele Deutsche seien sehr begeistert von eritreischem Essen. „Mir hat es von Anfang an geschmeckt“ bestätigt Helmut, allerdings sei es Tradition, dass ein spezielles Gericht mit der Hand gegessen wird „und für mich ist das ungewohnt, das mag ich nicht. Für mich ist es ein Genuss, wenn ich es mit Messer und Gabel essen kann.“ Ein Unterschied der beiden einfällt ist der Stellenwert der Familie. Helmut erzählt, dass sie eine tolle Silberhochzeit gefeiert haben, mit vielen Familienangehörigen, aber „wir hätten theoretisch über 500 Leuten einladen können, wenn wir alle, die zur Familie gehören, eingeladen hätten, allein schon in Deutschland und Europa, da hätten wir ein großes Hotel mieten müssen, weil meine Frau ja wirklich so ein Familienmensch ist.“ Er sei dafür manchmal nicht so offen, erklärt Helmut, „ich brauche auch mal meine Ruhe, allein durch den Wechseldienst mit drei verschiedenen Schichten in einer Woche und so viele Tage gibt es gar nicht im Jahr, um die ganzen Familienangehörigen zu besuchen.“ Rigbe bestätigt, dass sie in gewisser Hinsicht noch familiärer sei als Helmut, sie sei so erzogen worden, ihre Eltern hätten Verwandte immer herzlich empfangen und genauso mache sie es heute „und jetzt empfangen ich sogar noch lieber Gäste als früher, weil ich ihnen auch was anbieten kann.“

Was überhaupt kein Thema zwischen den beiden gewesen sei, ist die Aufgabenverteilung zu Hause. „Da wir beide im Schichtdienst gearbeitet haben, gab es überhaupt kein Problem. Wenn einer am Vormittag zu Hause war, hat derjenige das Essen gekocht oder vorbereitet, ohne Kommunikation, das hat von allein geklappt“, erzählt Rigbe. Und jetzt wo Helmut pensioniert ist und Rigbe noch arbeitet ist das Essen mal fertig und mal nicht, wenn sie nach Hause kommt „aber es harmoniert, es passt.“ Und Helmut ergänzt: „Das ist etwas, was ich nie in meinem Leben vermissen möchte, dass ich meine Frau kennengelernt und geheiratet habe.“

Befragt nach gemeinsamen Werten, die die Basis ihrer Beziehung bilden, sind sie sich schnell einig: Menschlichkeit, Hilfsbereitschaft, Respekt anderen gegenüber, weil jeder Mensch seine Begabung und Fähigkeiten hat, Akzeptanz – das spiegelt sich auch in Rigbes Arbeit für das Diakonissen Mutterhaus wider und dieser respektvolle Umgang mit anderen Menschen „ist ein Hauptthema in unserem gemeinsamen Leben“ erläutert Helmut, „meine Frau stellt ihr Licht gerne unter den Scheffel, das hat sie gar nicht nötig“. Sie leiste auch in ihrer Freizeit viel. „Ich sag dann eher mal ‚schon wieder jemand‘, man möchte dann ja auch mal Wochenende haben, so sind wir Europäer, aber meine Frau die steht da Gewehr bei Fuß, sie hilft den Leuten. Auch nachts wurden wir schon angerufen und standen nachts um 4 Uhr im Krankenhaus.“ Die Energie seiner Frau könne er gar nicht aufbringen betont Helmut, „das was meine Frau leistet, das könnte ich gar nicht.“

Zudem spiele der Glaube insbesondere für Rigbe eine große Rolle in ihrem Leben, „das muss man akzeptieren und respektieren“ sagt Helmut. Rigbe wiederum ergänzt „mein Mann ist ein Mensch der

sehr schnell spricht und manchmal lässt er mich nicht ausreden, aber er ist so und ich muss das respektieren, ich halte mich ein bisschen zurück, bis er fertig ist und dann kann ich meine Meinung sagen.“ Helmut stimmt zu: „Ja, ich falle Dir manchmal ins Wort.“ „Und weil ich das weiß, dass er so ist, muss ich das respektieren“ sagt Rigbe.

Für ihre beiden Familien sei die Partnerwahl gar kein Thema gewesen, erklären beide. Rigbes Eltern wussten zunächst nur aus Telefonaten von der Heirat ihrer Tochter. Da aber ein jahrzehntelanger Krieg zu Ende ging und Eritrea 1993 unabhängig wurde konnte Rigbe ihre Familie besuchen und sich von der Situation vor Ort ein Bild machen. 1995 flog sie dann zusammen mit ihrem Mann und einigen Freundinnen – insgesamt waren sie zu siebt – in ihr Heimatland. Ihr Vater hatte alle informiert, Onkel und Tanten usw. und so wurden sie am Flughafen von der ganzen Familie traditionell willkommen geheißen. Dort lernte Helmut dann auch die besondere Gastfreundschaft der Eritreer kennen, „das ist beschämend für uns Europäer, die wir ja in Saus und Braus leben und die geben ihr letztes Hemd für uns her“ bemerkt Helmut. Auch gebe es in Eritrea eine Menschlichkeit, die es hier bei uns so gar nicht mehr gibt. Helmut habe ihre ganze Familie kennen gelernt berichtet Rigbe, insgesamt waren sie vier Mal zu Besuch in ihrem Heimatland.

Aber nicht nur dort wurden sie herzlich aufgenommen, auch in Rotenburg seien ihnen als interkulturellem Paar nie Vorurteile begegnet, im Gegenteil, viele Menschen seien positiv auf sie zugegangen und hätten sie unterstützt, wie z. B. ihre Vermieter, die mittlerweile Freunde geworden sind.

Kerstin Blome

„Familie hat unverändert großen Wert“

Grit Leymann, Heilpraktikerin und Coacherin, begleitet Paare auf dem Weg zu mehr Verständnis und Harmonie in der Beziehung

Für dieses Interview besuche ich Grit Leymann in ihrer Praxis für Homöopathie und Umweltmedizin mitten im märchenhaften Trochelwald.

Grit wurde 1971 in Dresden geboren, hat nach den Ausbildungen als Heilpraktikerin und Ergotherapeutin klassische Homöopathie und Chelattherapie studiert und Fortbildungen als Coacherin und Lebensprozessbegleiterin absolviert. Umweltmedizin spielt eine große Rolle in ihrer Arbeit, seit 2019 wird Grit Leymann von ihrer Hündin Cleo als Schimmelpilz-Spürhund unterstützt. Seit 2014 lebt sie mit ihrem Mann und zwei Söhnen in Brockel.

In zehn Jahren freiberuflicher Arbeit hat Grit Leymann ein Konzept erarbeitet, wie sie Menschen, die in persönlichen, beruflichen oder emotionalen Krisen stecken, zu Veränderungen und mehr Lebensqualität verhilft. „Coaching hilft, bevor man krank wird“, meint Grit.

Ihre Erfahrungen aus der Arbeit mit den Paaren teilt sie mit mir an diesem Abend. Behutsam und mit großem Respekt erzählt Grit aus ihrer Praxis. Die meisten Paare, die kommen, sind zwischen 30 und 60 Jahre alt. Die Kinder sind da und „auf einmal“ entdeckt man Differenzen. In 80 Prozent der Fälle melden sich zuerst die Frauen in der Praxis. „Die Frauen kommen, weil sie nicht mehr glücklich sind. Sie hoffen zunächst, dass es besser wird und halten es irgendwann nicht mehr aus. Die Männer merken manchmal gar nichts davon.“

Das Paar steckt oft in einer Krise, weil viele Dinge auf der Sachebene besprochen



Foto: Larissa Scheermann

werden. „Man streitet über das, was der andere nicht macht oder falsch macht“, erklärt Grit Leymann. „Das erzeugt Vorwürfe, die zu Rückzug und Verteidigung führen.“ Der entstehende Streit führt zu noch mehr Vorwürfen und noch mehr Rückzug. Doch die Sachebene ist nur „die Spitze des Eisbergs, der Sachverhalt ist meist nur der sichtbare Anlass für Differenzen.“ Das Tragende an der Beziehung ist immer, mit welcher Grundüberzeugung von dem Partner wir in diese Beziehung gehen, aus welcher inneren Haltung begegnen wir dem Leben, den Menschen und was denken wir tatsächlich in unserem tiefsten Inneren über den Partner, unsere Beziehung, die Kinder, die Arbeit... und auch über Frauen und Männer im Allgemeinen. Diese Glaubenssätze sind die heimlichen

Herrscher auf der emotionalen Ebene, sie prägen unsere innere Struktur, sind die Grundlage für unsere innere Wahrheit. Jeder bringt sie mit, sie werden unbewusst über alle Lebensbereiche gebildet. Und bleiben unbewusst, bis man, oft erst in den Krisen, bereit ist, sie genauer anzuschauen. Da muss jeder bei sich selbst anfangen. „Was man in sich selbst auflöst – das öffnet die Tür“, meint Grit. Auch wenn nur der eine anfängt, sich zu verändern, etwas neu betrachtet und erkennt – so haben diese Veränderungen positiven Einfluss auf die ganze Beziehung. Man strahlt das nach außen und der Partner erlebt nicht mehr Vorwürfe, sondern Gespräche auf Augenhöhe. Das eröffnet auch für den anderen neue Möglichkeiten. Grit Leymann erlebt, dass die modernen Paare

viel mehr Bewusstsein für einander haben. Früher hat man es nur ausgehalten und bis zum Lebensende getragen. Heute weiß man, dass das Glückliche machbar ist, in den eigenen Händen liegt. Diese Generation ist die erste, die das hinterfragt. Es ist die Zeit des Umbruchs, was Beziehungen angeht. Viele Paare lernen sich durch die modernen Medien kennen. Vor allem ältere, die den Partner durch den Tod oder Trennung verloren haben, sind sehr dankbar für die neuen Möglichkeiten. Wenn aus Verliebtheit Liebe und feste Beziehung wird, spielt es gar keine Rolle mehr, wie das Paar sich kennengelernt hat.

Familie hat, aus Grits Ansicht, unverändert großen Wert. Man entscheidet sich nur bewusster für oder gegen die Kinder. Und manchmal auch viel zu schnell für das Trennen. Kinder sind heute kein Grund mehr, um zusammenzubleiben. Frauen sind viel selbstbewusster und autarker geworden. Ja, die Tendenz sich zu schnell zu trennen, sei schon da, meint Grit, viele gäben zu früh auf, weil sie keinen anderen Weg sehen.

Wertungsfreie Arbeit ist für Grit Leymann entscheidend: das sorgsame Schauen, was für den Einzelnen wichtig ist. Zum Teil werden die Überzeugungen seit Generationen übernommen. Vieles liegt in den inneren Strukturen, die im Verlauf der Kinder- und Jugendzeit und durch die nachfolgenden Erfahrungen gebildet werden, aber auch in den unterschiedlichen, aber natürlichen Kommunikationsstrukturen von Männern und Frauen: sie sind grundverschieden in ihren Emotionen und der Kommunikation ist Grit überzeugt. Dabei ist es für die Partnerschaft wichtig, die Stärken der jeweiligen geschlechts-

spezifischen Eigenschaften zu sehen, zu schätzen und für beide zu nutzen, anstatt den anderen für sein natürliches Anderssein zu entwerten – „...denn das ist tödlich für die Partnerschaft.“ Zu schnell verurteilt man den Partner dafür, dass er anders wahrnimmt, fühlt und redet. Das Klischee, Frauen wären „emotional und dramatisch“, ist erklärbar, weil sie, kurzgefasst, evolutionär für die sozialen Netzwerke zuständig waren und damit das Überleben durch die Gemeinschaft gesichert haben. Männer werden als „kalt und desinteressiert“ empfunden, doch zu früheren Zeiten wären zu viele Emotionen und unsachliche Gespräche für die Jagd und die Verteidigung der Familie hinderlich. „Unsere Gene haben die modernen Fortschritte der letzten 150 Jahre noch nicht nachgeholt.“ In die Partnerschaftspflege muss man investieren, ist sich Grit Leymann sicher. Es ist entscheidend, dass jeder zu seiner Liebe auch Achtsamkeit, Respekt und Bewusstheit für den anderen gibt, dass man sich nicht aus den Augen verliert, was sehr schnell passiert, wenn die Kinder da sind und der Alltag an Oberhand gewinnt. Die Partnerrituale sind sehr wichtig, findet sie. Meistens entwickeln sie sich zufällig, werden dann aber verbindlich gepflegt und sorgen dafür, dass man immer wieder in Verbindung kommt. Doch man kann sie auch bewusst gemeinsam entwickeln: Wünsche und Bedürfnisse äußern, sich aufeinander abstimmen, dabei nicht zu viel von dem anderen verlangen – es soll für beide leicht umsetzbar sein. Bewusst und gezielt feste Zeit aussuchen, dann ist es ein unausgesprochenes Versprechen, das unbedingt eingehalten werden muss. Besser verbindlich einmal im Monat, als „irgendwann, wenn wir Zeit haben.“ Und dann widmet man sich voll und ganz ei-

nander. Gemeinsame Auszeiten bringen einander näher, denn „...im Alltag ist oft keine Zeit und kein Raum, den anderen wirklich in seinen Bedürfnissen zu hören und wahrzunehmen.“

Liebe, Wertschätzung, Respekt und „auch in den Krisen gemeinsame Lösungen finden wollen“ sind für Grit Leymann die wesentlichen Bausteine einer glücklichen Beziehung. Und Dankbarkeit! Dafür, dass der Partner da ist, dafür, was er tut. Oft stumpft im Verlauf vieler Jahre einer Beziehung der Satz „Ich liebe dich“ ab, wird zur Routine. Man fühlt es dann emotional nicht mehr so stark. Aber einander zu sagen, wofür man dankbar ist – das bereichert und pflegt die Beziehung.

Larissa Scheermann

HELENE hat Paare zu ihren Beziehungen befragt



Nora Escouffaire, ist 37, Schulassistentin, seit 2 Jahren in einer glücklichen Beziehung. Vor einem Jahr ist sie mit ihren Kindern Lyn (13) und Matteo (11) zu ihrem Partner gezogen.

Wie habt Ihr Euch kennengelernt?

Wir haben uns über gemeinsame Bekannte kennengelernt. Da wir in Nachbarorten wohnten, sind wir uns immer wieder über den Weg gelaufen und es hat zwischen uns gefunkt. Mein Partner hat mich irgendwann eingeladen, in seinen Qi-Gong Kurs zu kommen. Das Interesse für einander ist immer stärker geworden, schließlich haben wir uns verliebt.

Was bedeutet für Euch Beziehung?

Beziehung bedeutet für uns, dem anderen nah und verbunden zu sein, wirklich vertraut und intim; sich gegenseitig zu bereichern, zu ergänzen; in Liebe das Leben miteinander zu teilen.

Was sind die wichtigen Werte in der Beziehung?

Unsere wichtigsten Werte sind: einander annehmen, so wie man ist; nicht alles hinterfragen, was der andere macht und

möchte; den Partner bejahen; dem Partner absolut vertrauen; eine identische Sicht auf die Welt, einstimmig sein, was im Leben wichtig ist.

Hattet Ihr Vorbilder?

Wir haben keine Beziehungsvorbilder gehabt.

Welchen Stellenwert hat die Beziehung in Eurem Leben?

Einen sehr großen! Die Beziehung ist meine Kraftquelle, mein sicherer Hafen. Davor war ich noch nie so glücklich mit einem Mann.

Gibt es bei Euch Beziehungsrituale?

Kochen und Essen, gemeinsame Spaziergänge und im Garten sein, miteinander körperlich sein, zusammen Qi-Gong machen.

Wie geht Ihr mit Krisen und Problemen um?

Bisher gelingt es uns sehr gut, Krisen in unserer Beziehung gar nicht erst entstehen zu lassen. Wir sind wohlwollend und vorsichtig miteinander. Wir verletzen uns nicht verbal oder anders. Miteinander haben wir sehr wenige Probleme und bei de-

nen, die von außen kommen, stehen wir einander bei und unterstützen uns gegenseitig.

Wie ist die Rollenverteilung innerhalb der Beziehung?

Zu Hause haben wir in etwa eine klassische Rollenverteilung "Er = Handwerker, Sie = Hausfrau". Das ergibt sich einfach daraus, was wem leichter fällt zu tun. Kochen allerdings machen wir beide gleich viel und gerne. Und wir haben beide auswärts unsere Jobs.

Welche Rolle spielen die Kinder?

Ich habe zwei Kinder in die Partnerschaft mitgebracht. Wir wachsen mehr und mehr als Familie zusammen. Die Kinder spielen eine große Rolle, sie werden gerade jugendlich und brauchen entsprechend Unterstützung und Aufmerksamkeit. Zum Glück verstehen sie und mein Partner sich sehr gut.

Ist Heiraten für Euch wichtig, ein Ziel?

Wir haben nicht vor zu heiraten, wir brauchen es nicht, vor dem Staat oder der Kirche verheiratet zu sein. Eine alternative Hochzeit, für unsere eigene Verbundenheit, könnten wir uns gut vorstellen.



Wie habt Ihr Euch kennengelernt?

Wir hatten beide den zweiten Weltkrieg miterlebt, beide waren wir Flüchtlingskinder. Ingrid ist ohne Vater aufgewach-

Gerhard und Ingrid, seit 57 Jahren verheiratet

sen, da ihr Vater im Krieg gefallen war. Kennengelernt haben wir uns 1957 auf einer deutsch-baltischen Jugendfreizeit in einem Zeltlager in Hessen. Gerhard war Jura-Student, Ingrid Schwesternschülerin. Der Zusammenhalt und die Verständigung der an der Freizeit Teilnehmenden waren sehr gut, weil die deutsch-baltische Herkunft und Abstammung und die Erlebnisse der Kriegs- und Nachkriegszeit eine gemeinsame Grundlage für alle bildeten. Es wurden auf der Freizeit Wanderungen unternommen, es gab in christlicher Tradition täglich eine Andacht, es wurde gesungen, viel diskutiert und abends trafen wir uns zum Spielen und Vorlesen im Gemeinschaftszelt, alle auf dem Boden

sitzend. Diese Anspruchslosigkeit war bezeichnend für die damalige Nachkriegsjugend und prägend für das weitere Leben. Wir beide hatten Zuneigung zueinander gefunden und behielten diese in unseren Herzen. Als wir uns 1959 in einer nächsten deutsch-baltischen Jugendfreizeit wieder sahen, fanden wir zueinander. So wurde es Liebe auf den zweiten Blick. 1963 feierten wir unsere Hochzeit.

Wie ist die Rollenverteilung innerhalb der Beziehung?

Die Rollenverteilung war bei uns von vornherein ganz klar abgegrenzt, wie es damals üblich war. Die Versorgung von Mann, Kindern, Haushalt oblag Ingrid.

Sie hielt Gerhard den Rücken frei, damit er sich ganz auf seinen Beruf konzentrieren konnte. Gerhard übernahm alles Bürokratische und Technische, Ingrid Organisation und Ausführung des praktischen Lebens. Gemeinsame Entscheidungen galten der Erziehung und Bildung der Kinder, den finanziellen Regelungen, den Reiseplanungen, den Umzügen usw. Bei dieser gut eingeübten Aufteilung ist es geblieben.

Was bedeutet Ihnen Beziehung?

Uns die Liebe zu erhalten war das Wesentliche unserer Ehebeziehung: durch Verlässlichkeit, Rücksichtnahme und Achtung, durch Verzeihung bei gegenseitigen Verletzungen, durch regelmäßigen Gedankenaustausch und Teilhabenlassen des Partners an den eigenen Gedanken, durch Freundschaften, die den Blickwinkel erweitern und korrigieren, durch die Pflege von verschiedenartigen Interessen und gegenseitige Unterstützung darin und nicht zuletzt durch die Bereitschaft, über uns selbst zu lachen.

Welche Vorstellungen/Wünsche hatten Sie vor der Beziehung von Beziehungen?

Wir hatten so gut wie keine Vorstellungen darüber, es ergab sich mehr oder weniger alles Wesentliche erst in der Ehe.

Gab es Vorbilder für Ihr Beziehungsideal (zum Beispiel Eltern – oder gerade keine Vorbilder)?

Wir beide kamen aus einem Umfeld, in dem Familie und familiäre Beziehungen wichtig waren. Es gab Unterstützung, wenn nötig, da fanden wir Halt und Geborgenheit. Das waren gute Vorbilder für uns, um eine lange erfolgreiche Ehe zu führen. Deshalb ist für uns auch die Beziehung das Wichtigste, sie steht an erster Stelle, alles andere tritt dahinter zurück. Je länger die Beziehung dauert, desto wichtiger wird sie, sie erfüllt alle wesentlichen Aspekte unseres Daseins und verdrängt, soweit möglich, den Egoismus.

Wie gehen Sie mit Krisen und Problemen um?

Krisen und Probleme werden immer dadurch gelöst, dass wir ehrlich miteinander

umgehen, alles an- und aussprechen, dass wir uns bei Problemen gegenseitig ernst nehmen und dann gemeinsam nach Lösungen suchen mit dem Grundsatz, dass sich alles vernünftig regeln lässt.

Gibt es Beziehungsrituale?

Ja, aber diese lassen sich nicht anderen gegenüber darstellen oder erklären.

Welche Rolle spielen die Kinder?

Unsere Kinder, jetzt alle drei Mitte fünfzig, spielen in der Beziehung die zweitwichtigste Rolle, sie sind noch heute Bestandteil unseres Lebens. Mit den Jahren wurden sie immer mehr zu Freunden, zu Vertrauten. Es findet ein regelmäßiger Austausch statt, wir stehen uns gegenseitig mit Rat und Tat zu Seite.

Welche Entscheidung wurde hinsichtlich des Familiennamens getroffen?

Zur Zeit der Eheschließung (1963) gab das gültige Namensrecht wenig Spielraum für solche Entscheidungen. Bei uns wurde Gerhards Familienname der Familiennamen für uns beide und für die Kinder.

Vanessa (27) ist Tochter von Spätaussiedlern aus Kasachstan und **Janans** (27) Eltern kommen aus Sri Lanka. Seit 6 Jahren sind die beiden zusammen und haben sich vor ein paar Wochen das Ja-Wort gegeben.

Wie habt Ihr Euch kennengelernt?

Kennengelernt haben wir uns auf einem Abschlussball von Freunden. Durch den gemeinsamen Freundeskreis haben wir fast den ganzen Abend zusammen verbracht.

Was bedeutet für Euch "Beziehung"?

Beziehung bedeutet für uns, gemeinsam durchs Leben zu schreiten. Einen Partner fürs Leben, der auch gleichzeitig der beste Freund ist.

Ihr kommt aus verschiedenen Kulturen, wie habt Ihr diese Unterschiede empfunden und bewältigt?

Unsere Kulturen standen uns von Anfang an nie im Wege. Wir haben die Kultur des anderen eher als interessant empfunden und waren beide neugierig diese kennenzulernen. Daher mussten wir nichts bewältigen. Wir haben gelernt, beide Kulturen in unser Leben einzubeziehen.

Was sind die wichtigsten Werte in der Beziehung, sind es für Euch beiden die gleichen?

Für uns beide sind es Familie, Freundschaft, Vertrauen und vor allem Humor.

Gab es für Euch Vorbilder, Beziehungsideale?

Nein Vorbilder gibt es für uns nicht. Aber unsere Eltern sind in der Hinsicht ein Beziehungsideal, weil Sie die Ehe respektieren und auch in schlechten Zeiten zusammenhalten und sich nicht einfach aufgeben, wie es heutzutage leider immer häufiger vorkommt.

Welchen Stellenwert hat die Beziehung in Eurem Leben?

Die Beziehung steht für uns an erster Stelle, neben der Familie.

Gibt es bei Euch Beziehungsrituale?

Nein, Beziehungsrituale haben wir nicht.

Wie geht Ihr beide mit Krisen und Problemen um?

Wir sprechen immer über alles und finden gemeinsam eine Lösung, die für uns am besten ist.

Gibt es eine Rollenverteilung?

Nein, die gibt es bei uns nicht. Im Haushalt hilft Janan viel mit und er kann auch super kochen. Besonders über das tamilische Essen freue ich mich immer sehr.

Welche Rolle spielen Kinder?

Bisher haben wir keine Kinder, aber wir wollen auf jedem Fall welche haben und sie sollen beide Kulturen kennenlernen.

Ist heiraten, sich trauen noch wichtig? Wenn ja, wie sieht es mit dem Familiennamen aus?

Für uns gehört das heiraten zum Leben dazu. Wir haben ja vor einigen Wochen geheiratet und als Familiennamen Janans Nachnamen gewählt. Da waren wir uns von Anfang an einig. Eigentlich ist es sogar in Janans Kultur üblich, dass der Familienname der Vorname des Mannes ist.

Frank und Christoph



Wie habt Ihr Euch kennen gelernt?

Frank: Christoph und ich haben uns am Ende des letzten Jahres über das Internetportal „Gleichklang“ kennengelernt. Mir gefällt der ganzheitliche, respektvolle und psychologische Ansatz des Konzepts dieser Partnervermittlung. Als er sich dort angemeldet hatte, wurde er mir auch so gleich vorgeschlagen und wir haben uns geschrieben. Im Januar 2020 haben wir uns in Hamburg getroffen, die Stadt gemeinsam erkundet und uns viel unterhalten. Es war eine ungewöhnliche, interessante Begegnung und wir haben den Kontakt gehalten.

Christoph: Meine Motivation mich bei Gleichklang anzumelden, war zum einen der von Frank schon beschriebene Ansatz, anhand von konkreten Fragen zu matchen. Mein Gedanke, dass dadurch "schwarze Schafe" abgeschreckt werden, die sogenannten Romance-Scamer⁴, bestätigte sich. Vorher hatte ich schon bei anderen Portalen, die sich meistens kommerziell orientierten, schlechte Erfahrungen gesammelt, wegen solcher Menschen, die Liebe vortäuschen und nur Geld wollen. Außer Spesen und vertaner Zeit ist dort also nicht viel passiert, wie man so sagt. Mir wurde Franks Profil auch vorgeschla-

gen und ich war sofort begeistert von dem, was dieser Mann zu sagen hatte.

Was bedeutet für Euch "Beziehung"?

Frank: Beziehung bedeutet für mich, einen Partner zu haben, dem ich vertrauen kann. Es sollte auch ein Gefühl für den anderen vorhanden sein, das von Liebe und Respekt füreinander getragen ist. Gemeinsamkeiten und Unterschiede sollten in positiver, leichter Art und Weise miteinander entdeckt und gelebt werden. Außerdem ist Reden und Zuhören immens wichtig, um den (neuen) Partner genau kennen lernen zu können.

Christoph: Voneinander lernen ist für mich auch sehr wichtig und die Erfahrungen des anderen zu respektieren, miteinander zu wachsen, sich zu ergänzen. Wichtig finde ich auch, dass wir uns so akzeptieren, wie wir sind. Jeder von uns hat unterschiedliche Erfahrungen gemacht, die es nun gilt gemeinsam zu leben.

Gab es Unterschiede, z.B. Weltbild, Ideale und Kindheitsprägungen, die Ihr bewältigen musstet?

Frank: Da wir noch nicht so lange zusammen sind, ist dieser Prozess noch

im Fluss. Kindheit ist auf jeden Fall ein Thema, das wir hin und wieder besprechen. Sie ist sehr unterschiedlich, weil Christoph in der DDR aufgewachsen ist und ich in der BRD. Trotzdem haben wir gemeinsame Rituale, z.B. bei Geburtstagen, entdeckt. Unsere Wertvorstellungen sind trotzdem sehr ähnlich, sonst könnte ich mit ihm keine Beziehung leben. Es braucht für mich ein gemeinsames Fundament aus gemeinsamen Werten und Wertvorstellungen.

Christoph: Dem kann ich nur zustimmen, trotzdem wir aus dem Osten und Westen kommen, unterscheiden sich unsere Werte, Auffassungen und Ideen nicht in den wesentlichen Punkten. Für mich ist es spannend zu sehen, dass obwohl wir von unterschiedlichen Umfeldern und Gesellschaften geprägt wurden, uns in den Punkten, die wirklich wichtig sind, nicht so sehr unterscheiden.

Was sind die wichtigsten Werte in der Beziehung, sind es für Euch beiden die gleichen?

Frank: Ich denke, dass ich Christoph vertrauen kann. Das ist mir sehr wichtig. Sein Wort soll glaubhaft sein, seine Werte ihn leiten und wahr sein. Ich mag keine Menschen, die lügen und dadurch mit anderen Menschen respektlos umgehen. Respekt und Achtsamkeit für den Partner sind wichtige Werte in meiner Partnerschaft.

Christoph: Grundlegende Werte leiten mich auch, aber ich versuche mich nicht davon einengen zu lassen. Ich empfinde Werte als etwas, was es immer wieder zu hinterfragen gilt. Lügen haben immer kurze Beine, für mich ist das auch ein KO-Kriterium für eine glückliche und langfristige Beziehung.

Gab es für Euch Vorbilder, Beziehungsideale?

Frank: Meine Eltern sind fast 55 Jahre verheiratet, kennen sich mittlerweile

4 Mit dem Begriff Romance Scam wird eine Form des Internetbetrugs bezeichnet, bei der gefälschte Profile in Singlebörsen dazu benutzt werden, den Opfern Verliebtheit vorzugaukeln mit dem Ziel, eine finanzielle Zuwendung zu erschleichen.

über 58 Jahre. Sie haben mir direkt und indirekt vorgelebt, wie eine Beziehung gelingen kann. Sie ist Arbeit und Liebe zugleich. Jeder zeigt dem anderen: Du bist mir wichtig, auch, wenn es mir mal nicht gut geht, ich dich nicht verstehe und manchmal auch nicht leiden kann. Morgen reden wir darüber und ich verzeihe dir und du mir. Wir halten uns gemeinsam, denn wir sind zu zweit unschlagbar.

Christoph: Vorbilder habe ich nicht so in meinem näheren Umfeld, ich bekomme eher gespiegelt, was ich nicht möchte, habe dadurch vielleicht mitunter ein etwas zu romantisches Beziehungsideal, welches aber schon sehr dem ähnelt, was Frank gerade beschrieben hat. Wenn ich ehrlich bin, ist es für mich ein Lernprozess über die Jahre gewesen, damit klarzukommen, dass der Partner auch Eigenschaften hat, mit denen ich selbst vielleicht nicht so klarkomme oder die ich nicht leiden kann.

Gibt es bei Euch Beziehungsrituale?

Frank: Das ist eine schwierige Frage. Ich glaube nicht. Dazu sind wir noch nicht lange genug zusammen. Doch, wir wünschen uns über einen Messenger-Dienst meist einen guten Morgen oder abends eine gute Nacht. Wir zeigen uns, dass wir aneinander denken und dankbar sind, dass wir uns gefunden haben.

Christoph: Wenn es ein Ritual ist, dass ich besser einschlafen kann, wenn ich von Frank eine Nachricht bekomme oder von ihm gehört habe, dann gibt es bei uns Beziehungsrituale. Die Technik erleichtert es uns, bei der derzeitigen Phase der Fernbeziehung.

Wie geht Ihr beide mit Krisen und Problemen um?

Frank: Christoph ist ein sehr bodenständiger, gelassener Mann, der mich in vielen Situationen auffängt. Deshalb haben wir noch keine Situation erlebt, in der es für unsere Beziehung schwierig

werden könnte. Ich fühle mich in seiner Nähe gut aufgehoben und beschützt. Wenn wir unterschiedlicher Meinung sind, respektieren wir die des anderen oder lassen die andere Meinung so stehen.

Christoph: Die Meinung des anderen zu respektieren und zu akzeptieren, ist für mich auch sehr wichtig. Problemen, das habe ich mir ganz fest vorgenommen, möchte ich nicht aus dem Weg gehen, sondern sie offen angehen. Ernste Krisen und Probleme hatten wir bis jetzt noch nicht. Und bei Problemen oder auch einer Krise des anderen, sehe ich es als meinen Job an, dem Partner zu zeigen: „Hey, ich bin da für Dich.“

Gibt es eine Rollenverteilung?

Frank: Wir wohnen nicht zusammen und wollen uns dabei auch noch Zeit lassen, so dass eine Rollenverteilung noch nicht notwendig ist. Trotzdem kristallisiert sich bereits heraus, dass Christophs Fähigkeiten im digitalen Bereich liegen und meine im häuslichen.

Christoph: Das Wort Rollenverteilung mag ich nicht. Ich finde eine Beziehung ist nur dann gut, wenn man sich gegenseitig ergänzt in seinen Stärken und daraus ein unschlagbares Band knüpft.

Welche Rolle spielen Kinder?

Frank: Wir sind beide bereits 48 Jahre alt und haben unser Leben auf Freundschaften und Beruf ausgerichtet. Kinder sind deshalb kein Thema mehr. Es hat sich einfach bislang nicht ergeben.

Christoph: Ich würde niemals nie sagen. Neben eigenen Kindern gibt es noch andere Möglichkeiten, wie Pflegekinder oder Adoptionen. Falls wir beide der Meinung sind, ein Kind bereichert unsere Beziehung, bin ich auch dafür offen.

Ist heiraten, sich trauen noch wichtig? Wenn ja, wie sieht es mit dem Fa-

miliennamen aus?

Frank: Ich selbst bin bereit, mich trauen zu lassen. Ich glaube an den Segen einer höheren Macht, doch es muss der Richtige sein. Deshalb habe ich bislang gewartet. Es ist ein Versprechen, das ich nur jemanden geben möchte, mit dem ich alt werden will. Das hat allerdings noch Zeit. Der Name ist für mich zweitrangig. Ich könnte seinen Namen tragen oder auch meinen behalten. Wahrscheinlich aber eher das Letztere.

Christoph: Ich bin sehr romantisch und emotional. Eine Trauung mit dem Menschen, dem mein Herz zu mehr als einhundert Prozent gehört, ist ein Ritual, um diese Verbindung zu feiern, mit den Menschen, die mir wichtig sind. Der Familienname spielt dabei keine Rolle.

Lesbisches Paar im Alter von 25 – 35 Jahren, das anonym bleiben möchte.
Die Beziehung besteht seit ca. anderthalb Jahren.

Wie habt Ihr Euch kennengelernt?

Unverhofft über eine Online-Plattform, okcupid.

Was bedeutet für Euch Beziehung?

Beziehung bedeutet für uns, miteinander in Verbindung zu stehen. Die eigene Persönlichkeitsentwicklung ist für uns beide sehr wichtig und damit auch die gegenseitige Unterstützung in persönlichen Prozessen. Wir haben einige gemeinsame Ziele und Hobbies, die in unserem Zusammenleben zu einer vielseitigen und engen Verbindung führen. Beziehung ist auch das Schaffen von Netzwerken innerhalb unserer jeweiligen engsten Kreise, sie schafft Gemeinschaft und wir blicken in die gleiche Richtung im Leben. Beziehung bedeutet auch, sich immer gegenseitig miteinander auseinanderzusetzen. Dazu braucht es oft ein Aufeinander zugehen, Perspektivwechsel und den Willen eigene, innere Prozesse in den Blick zu nehmen und zu verändern.

Was sind die wichtigen Werte in der Beziehung?

Spiritualität, Ehrlichkeit, Authentizität, Offenheit, autark sein, Freiheit

Hattet Ihr Vorbilder?

In Bezug auf sexuelle Orientierung hatten wir beide keine Vorbilder, d.h. nicht im persönlichen Umfeld. Erst durch mehr Repräsentation in den Medien lässt sich vielleicht von einer Vorbildfunktion sprechen.

In Bezug auf Beziehungen hatten wir leider keine inspirierenden Vorbilder. Umso mehr haben wir uns damit beschäftigt, was wir in einer Beziehung suchen und leben wollen.

Welchen Stellenwert hat die Beziehung in Eurem Leben?

Die Beziehung hat für uns beide einen sehr hohen Stellenwert. Wir sind beide sehr empathische und gesellige Menschen und verbringen viel Zeit in unserer gemeinsamen Wohnung. Da Persönlichkeitsent-

wicklung für uns erstrebenswert ist, und wir die Beziehung als eine Art Spiegel unserer selbst betrachten, ziehen wir daraus sehr viel. Zum Beispiel ist Paarzeit für uns sehr erholsam und wir können Kraft aus der gemeinsamen Zeit schöpfen. Wir stehen uns sowohl freundschaftlich als auch partnerschaftlich nah. Wir nehmen uns eher mal bewusst Paar-freie Zeit als umgekehrt.

Gibt es bei Euch Beziehungsrituale?

Wir nutzen mehrere Alltagssituationen, um uns bewusst zu begegnen. Oft ist zum Beispiel ein ausgedehntes Frühstück eine Zeit des Austausches über Befindlichkeit und innere Prozesse. Wir teilen, was uns bewegt und sorgen für unsere Bedürfnisse, indem wir räuchern⁵, Poesie teilen oder über Energieaustausch (ähnlich dem Reiki).

Wie geht Ihr mit Krisen und Problemen um?

Wir reden sehr viel, analysieren und reflektieren uns als Individuen und uns als Zusammenspiel. Ein wichtiger Bestandteil ist das Sprechen darüber, wie wir Sprache verstehen, da wir oft sehr unterschiedliche Auslegungen über Gesagtes haben. Das bringt Frieden und Verständnis. Des Weiteren konfrontieren wir uns sehr schnell gegenseitig mit Dingen, die nicht rund laufen. Manchmal führt das auch dazu, nach dem „Benennen eines Stressors“ erstmal zu warten und zu beobachten, jede sich selbst und auch uns als Paar, um dann später in eine weitere Reflexion zu gehen. Unsere Meilensteine sind dabei, dass wir offen über unsere Ängste, Sorgen und Altlasten sprechen. Die größte Hürde ist immer wieder über den eigenen Schatten zu springen.

Wie ist die Rollenverteilung innerhalb der Beziehung?

Wir haben keine explizite Rollenverteilung. Wir sind der Auffassung, uns als Menschen zu begegnen und leben unsere Individualität. Nichtsdestotrotz haben wir

natürlich Vorlieben für gewisse Tätigkeiten, die wir frei nach Fähigkeiten und Leidenschaften aufteilen. Wir sind beide sehr freiheitsliebende Menschen und sind für unser jeweiliges Leben verantwortlich und erledigen so auch jeden Lebensbereich für uns selbst. Wir unterstützen uns gegenseitig und bleiben dabei offen für Flexibilität in unseren Lebensphasen, ohne in festgeschriebenen Rollenverteilungen zu verharren.

Welche Rolle spielen Kinder?

Bei der Frage nach Kindern sind wir uns uneinig. Eine von uns beiden ist im sozialen Bereich tätig. Die Arbeit mit Kindern ist für sie erfüllend und gleichzeitig auch auslastend, so dass sie sich privat keine eigenen Kinder wünscht. Das kinderlose Privatleben ist für sie ein guter Ausgleich. Für die andere sind die Kinder einer sehr engen Freundin derzeit eine willkommene Abwechslung. Da ihr der vermehrte Kontakt mit Kindern fehlt, kann sie sich für die Zukunft schon eigene Kinder vorstellen. Gleichzeitig ist sie sich dessen bewusst, wie anstrengend Kinder für sie auch sein können und ist sich mit ihrem Kinderwunsch daher selbst noch unsicher. Die Frage nach (eigenen) Kindern bleibt bisher offen. Die Zeit wird uns zeigen, wohin sie uns führt.

Ist Heiraten für Euch wichtig, ein Ziel?

Nein. Grundsätzlich ist heiraten für uns kein Ziel. Abgesehen davon, dass die „Ehe für alle“ noch immer nicht die gleichen Rechte für gleichgeschlechtliche Paare umfasst, ist das Konzept der Ehe für uns nicht erstrebenswert. Zudem stellen wir das Modell der Monogamie für uns in Frage und sind offen für weitere Verbindungen, ohne dabei konkretere Vorstellungen zu haben.

Die Vorstellung einer rituellen Zeremonie, zur Feier der gemeinsamen Verbindung und Liebe, finden wir sehr schön.

⁵ Räuchern ist ein zeremonielles verbrennen von Materialien, in denen ätherische Öle enthalten sind. Den Ölen werden verschiedene Wirkungen zugesprochen.

Helene Hartmeyer war ein Glücksfall für Rotenburg

Interview mit Brigitte Borchers anlässlich des 10jährigen Jubiläums des frauenORTES Helene Hartmeyer

Rotenburg ist seit 2010 frauenORT zu Ehren von Helene Hartmeyer, doch wie kam es dazu? Anlässlich des 10jährigen Jubiläums des frauenORTES habe ich mich mit meiner Vorgängerin im Amt der Gleichstellungsbeauftragten, Brigitte Borchers, zu einem Interview getroffen, um mit ihr über die Entstehungsgeschichte zu sprechen.

Brigitte Borchers berichtet, dass Mechtild Ross-Luttmann, die zur Zeit der ersten frauenORTE Niedersächsische Ministerin für Soziales, Frauen, Familie und Gesundheit war, es damals gern gesehen hätte, wenn auch Rotenburg einen frauenORT bekäme. Sie brachte gegenüber dem Landesfrauenrat Elise Averdieck ins Spiel, die Gründerin und erste Oberin des Bethesda Krankenhauses in Hamburg. Elise Averdieck war zwar eine sehr wichtige Frau für die Diakonie, hatte aber eigentlich keinen direkten Bezug zu Rotenburg, meinte Brigitte. Anders Helene Hartmeyer, ebenfalls Diakonisse und zunächst Nachfolgerin von

Elise Averdieck als Oberin in Hamburg. Helene Hartmeyer war nach Streitigkeiten mit dem Vorstand des Bethesda Krankenhauses 1905 gemeinsam mit 62 Diakonissen nach Rotenburg übersiedelt, gründete dort das Mutterhaus und hatte maßgeblichen Anteil an der Entwicklung des Rotenburger Diakonienkrankenhauses. (Siehe auch den Beitrag „Stadtspaziergang mit Helene“ in diesem Heft).

Rosemarie Meding, bis 2012 Oberin am Diakonissen Mutterhaus in Rotenburg, war Feuer und Flamme für die Idee eines „frauenORTES Helene Hartmeyer“

und erarbeitete zusammen mit Brigitte ein Konzept dafür. Unterstützt wurden sie auch vom damaligen Vorstand des Mutterhauses, Michael Schweden-diek und dem Rat der Stadt. Die beiden Frauen waren sich darin einig, dass der emanzipatorische Akt von Helene Hartmeyer, sich den Forderungen des Ärztevorstandes in Hamburg nicht zu beugen, sondern stattdessen nach Rotenburg umzuziehen und hier für sich und die Diakonissen ein neues Betätigungsfeld zu suchen, ein Glücksfall für die Stadt gewesen sei. Helene Hartmeyer hatte so den Grundstein zu einer der größten diakonischen Einrichtungen Norddeutschlands gelegt.

Diese Lebensleistung sollte nach Ansicht von Brigitte Borchers und Rosemarie Meding durch einen frauenORT gewürdigt und einer breiten Öffentlichkeit bekannt gemacht werden. Mit ins Boot der Kooperationspartner*innen kam noch die Stadtführerin Gina Lemme-Haase. Das gemeinsame Konzept wurde vom Niedersächsischen Landesfrauenrat eingehend geprüft und letztlich befürwortet. Die Historikerin Antje Hentze, die vorher schon das Museum am Mutterhaus erarbeitet hatte, bekam den Auftrag, die Lebensgeschichte von Helene Hartmeyer für Flyer und Stadtführung aufzuarbeiten.

Der frauenORT Helene Hartmeyer wurde nach gut eineinhalb Jahren Vorbereitung am 09. Juni 2010 mit einem festlichen Akt eingeweiht. Die Rotenburger Künstlerin Jeanette Clasen hatte eine Stele mit einem Bildnis von Helene Hartmeyer und einer Inschrift angefertigt, die an diesem Tag gegenüber dem Mutterhaus feierlich enthüllt wurde. Außerdem hatten die Abschlussklassen

Die frauenORTE in Niedersächsischen Städten und Gemeinden sind eine Initiative des Niedersächsischen Landesfrauenrates e.V.. Der Landesfrauenrat ist ein frauenpolitisches Netzwerk, bestehend aus über 60 Frauenverbänden und Frauengruppen, das sich für die Stärkung des Einflusses von Frauen in Politik, Wirtschaft und Gesellschaft einsetzt.

Die Initiative frauenORTE Niedersachsen startete 2008 mit dem Ziel, das Leben und Wirken von Frauen besser sichtbar zu machen. Geschichte wird bislang vor allem aus männlicher Sicht erzählt und hat mehrheitlich die Taten von Männern im Blick, die Leistungen von Frauen werden häufig nicht oder nicht ausreichend gewürdigt. Deshalb macht die Initiative historische Frauenpersönlichkeiten aus Niedersachsen bekannt.

Entscheidend für die Einrichtung eines frauenORTES ist, dass das Wirken der entsprechenden Frau ein positives Beispiel für die Gleichberechtigung und/oder Emanzipation darstellt und vorbildhaft ist und dass sie eine eigenständige politische, kulturelle, soziale oder wissenschaftliche Leistung erbracht hat. Darüber hinaus soll ein frauenORT durch kulturhistorische Angebote wie beispielsweise Denkmäler, spezielle Stadtrundgänge, Ausstellungen, Lesungen und Vorträge, Theaterstücke und Konzerte bekannt gemacht werden.

Der erste frauenORT wurde 2008 in Verden zu Ehren von Anita Augspurg eingeweiht. Mittlerweile gibt es 42 Frauenorte und weitere sind in Planung, z.B. für die Malerin Paula Modersohn Becker in Worpsswede oder für Marianne Fritzen aus der Widerstandsbewegung gegen das Endlager Gorleben in Lüchow.



Foto: Brigitte Borchers

der Fachschulen am Diakonissen-Mutterhaus für diesen Anlass ein Musical über das Leben von Helene Hartmeyer einstudiert, das mehrmals in der Kirche zum Guten Hirten aufgeführt wurde.⁶ Der Flyer mit dem Stadtrundgang zum Leben und Wirken von Helene Hartmeyer wurde herausgegeben.

Die Idee, eine filmische Dokumentation über die Diakonissen und ihre Bedeutung für Rotenburg zu drehen, konnte nicht realisiert werden, da dafür nicht genug Gelder zusammenkamen.

Ein weiteres „Ergebnis“ des frauenORTES ist jedoch die Frauenzeitschrift HELENE – von Brigitte initiiert und herausgegeben. Außerdem wurde die bisherige Hartmeyerstraße in Helene Hartmeyerstraße umbenannt, worüber sich die Diakonissen des Mutterhauses lt. Brigitte sehr gefreut haben. Und Brigitte, Rosemarie Meding und Gina Lemme-Haase haben einen Tagesausflug für Frauen zum „Garten der Frauen“ in Hamburg organisiert. Aus dieser sehr erfolgreichen Aktion entstanden regelmäßige Fahrten zu anderen frauenORTEN in Niedersachsen (Fischerhude: Cato Bontjes van Beek / Braunschweig: Ricarda Huch / Emden: Antja Brons und Krummhörn: Hermin Heusler-Edenhuisen / Helmstedt: Charlotte von Velt-

heim). Und Gina Lemme-Haase hat in den vergangenen Jahren viele Führungen für Gäste zum frauenORT Helene Hartmeyer gemacht.

Rückblickend zieht Brigitte ein durchaus gemischtes Fazit zum frauenORT Helene Hartmeyer und ist heute der Meinung, der religiöse Schwerpunkt habe ihr persönlich als nichtreligiöser Frau die Arbeit am frauenORT und mit den Beteiligten erschwert. Zudem wurde ihrer Ansicht nach die gesamte Initiative nach dem Weggang von Rosemarie Meding vom Mutterhaus nicht ernst genug genommen. So war Brigitte enttäuscht und durchaus verärgert über die spätere Benennung der Fachschulen des Mutterhauses in Elise-Averdieck-Schulen. Warum nicht Helene-Hartmeyer-Schulen? Da sei eine große Chance verpasst worden, die Leistungen der couragierten Gründerin des Rotenburger Mutterhauses zu würdigen. Für sie selbst habe sich das angefühlt, als würde auch die Arbeit am frauenORT Helene Hartmeyer missachtet.

Eine kritische Auseinandersetzung mit der Geschichte und der Bedeutung der Diakonissen in Rotenburg auch unter dem Aspekt „Frauen in dienenden Berufen“ wäre noch immer sehr interessant, meint Brigitte Borchers, vielleicht findet sich dafür ja eines Tages eine Historiker*in. Denn zum einen sei die Entscheidung Diakonisse zu werden für Frauen im 19. und zu Beginn des 20. Jahrhunderts oft eine Befreiungsaktion gewesen, andererseits sei aber auch anzumerken, dass das zur Verfestigung eines bestimmten Frauenbildes beigetragen habe. Es stelle sich schon auch die Frage, „inwieweit sich der diakonische Leitgedanke des ‚Dienstens‘ als Mittel zur Emanzipation eignet“.

Nichtsdestotrotz sei Helene Hartmeyer eine würdige Persönlichkeit für einen frauenORT, betont Brigitte dann aber. Sie schätzt an ihr ihre Hartnäckigkeit und Festigkeit, ihre Aufsässigkeit und die Auflehnung gegenüber der Macht des männlichen Vorstandes in Hamburg, mit den für Rotenburg positiven Folgen.

Ihre Durchsetzungskraft sei enorm gewesen. Auch die Treue der Diakonissen, die damals geschlossen ihrer Oberin nach Rotenburg gefolgt sind, findet Brigitte bewundernswert. Außerdem waren damals und sind auch heute viele der Rotenburger Diakonissen ausgesprochen eigenständige, interessante und kluge Frauen, deren Lebensentscheidung und Profession alle Achtung gebührt. Auch diese würden letztlich durch den frauenORT mit gewürdigt.

Brigitte Borchers ist also der Meinung, dass Helene Hartmeyer eine gute Wahl war, auch wenn ihre Frömmigkeit sehr im Vordergrund stehe und es schwierig sei, ihr eine überregionale Bedeutung zu geben oder die Begeisterung der Rotenburger*innen für den frauenORT zu wecken. „Wenn ich jetzt allerdings nochmals eine Initiative zur Errichtung eines frauenORTES in Rotenburg starten würde, würde ich für den frauenORT Hedda Braunschweiger⁷ plädieren,“ sagt Brigitte zum Abschluss des Interviews, „zumindest sollte irgendwann eine richtig große Straße in Rotenburg nach ihr benannt werden.“

Auch im Ruhestand bleibt Brigitte mit der Initiative frauenORTE Niedersachsen des Landesfrauenrates verbunden. Sie ist seit zwei Jahren Mitglied im Beirat, zu dessen Aufgaben es zählt, die eingereichten Konzepte zu prüfen und dem Vorstand eine Empfehlung zu geben. Zudem entwickelt der Beirat Ideen, wie die Initiative weitergeführt werden kann.

Kerstin Blome

⁶ Anmerkung: Idee, Musik, Bühnenbild und Leitung: Jobst Deventer, Stephan Orth, Henrik Pröhl und Sabine Sievers.

⁷ Hedda Braunschweiger war 40 Jahre lang Ratsfrau der SPD in Rotenburger Stadtrat und viele Jahre im Kreistag. Sie verstarb 2017. Hedda Braunschweiger hat sich immer politisch wach vor allem für kulturelle, soziale und frauenpolitische Belange in Rotenburg engagiert, viele Initiativen ins Leben gerufen, vielen Menschen geholfen. Sie war streitbar und voller Zivilcourage und hat Rotenburg sehr geprägt.

Stadtspaziergang mit Helene

Jubiläumsveranstaltung zum 10jährigen Bestehen des frauenORTES Helene Hartmeyer



Die "Jubiläumsidee"

10jähriges Bestehen des Rotenburger frauenORTES Helene Hartmeyer – dass das gewürdigt werden müsse, darin waren wir, Sabine Sievers (Oberin des Ev.-luth. Diakonissen-Mutterhauses), Gina Lemme-Haase (Gästeführerin) und ich, Kerstin Blome (Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Rotenburg), uns bei einem Treffen im August dieses Jahres einig. Allerdings waren wir zunächst etwas ratlos, wie so ein Jubiläum in Zeiten von Corona aussehen könnte, eine große öffentliche Feier kam ja nicht in Frage. Doch dann hatte Sabine Sievers die Idee, den Stadtspaziergang, der für den frauenORT konzipiert wurde, und der zu wichtigen Stationen im Leben von Helene Hartmeyer führt, mit einer Erzieher*innenklasse der Elise-Averdieck-Schulen zu gehen. Die Intention dabei war, Leben und Wirken der Diakonisse Helene Hartmeyer, die so prägend für diese Stadt gewesen ist, auch jungen Menschen nahe zu bringen – und zwar Menschen, die eine Ausbildung an der Fachschule für Sozialpädagogik

am Diakonissen-Mutterhaus nach dem Leitbild der Diakonie durchlaufen. Zusätzlich planten wir im Anschluss an den Spaziergang ein Treffen der Schülerinnen und Schüler mit einigen der im Mutterhaus lebenden Diakonissen, um so einen Austausch und ein gegenseitiges Kennenlernen zu ermöglichen und den angehenden Erzieher*innen einen Einblick in das Leben von Diakonissen im Jahr 2020 zu geben.

Auf den Spuren von Helene Hartmeyer

Helene Hartmeyer, geb. 1854 in Kiel, war Diakonisse und Oberin am Hamburger Diakonissen-Mutterhaus bis ein jahrelanger Streit mit dem Vorstand des Krankenhauses im Dezember 1904 zu ihrer fristlosen Kündigung führte. Daraufhin siedelte sie zusammen mit 62 Hamburger Diakonissen 1905 nach Rotenburg über, was sich als Glücksfall für die Stadt erweisen sollte. Bei den Rotenburger Werken (damals noch „Asyl für die Pflege Epileptischer“) fanden die Diakonissen ein neues Betätig-

ungsfeld in der Krankenpflege. Doch dabei sollte es nicht bleiben. Zusammen mit Pastor Buhrfeind und mit Unterstützung des Rates der Stadt Rotenburg legte Helene Hartmeyer den Grundstein zu einer der größten diakonischen Einrichtungen Norddeutschlands. Bereits 1906 konnte sie mit ihren Diakonissen ins neu gegründete Mutterhaus einziehen und 1907 folgte die Fertigstellung eines am Mutterhaus angebauten kleinen Krankenhauses. Weitere Einrichtungen, z. B. der erste Rotenburger Kindergarten und die Kirche Zum Guten Hirten, folgten. Helene Hartmeyer setzte Maßstäbe in der Krankenpflege, der Erziehung und Ausbildung, die bis heute das Leitbild eines der größten Arbeitgeber der Stadt prägen.

Auf ihre Spuren begeben wir uns, begleitet von einer Schar angehender Erzieherinnen und Erzieher, an einem Donnerstagvormittag. Nach einer kurzen Begrüßung durch Bürgermeister Andreas Weber, startet der Spaziergang vor der **Rotenburger Frauengalerie im Foyer des Rathauses** mit einer kurzen Einfüh-



zung zur frauenORT Initiative (siehe dazu auch das Interview mit Brigitte Borchers zur Entstehungsgeschichte des frauenORTES in diesem Heft).

Auf dem **Pferdemarkt** beginnt dann der eigentliche Stadtrundgang, unterhaltsam und kurzweilig gestaltet durch Gina Lemme-Haase, die immer wieder kleine Anekdoten aus dem Leben von Helene Hartmeyer einfließen lässt. Die erfahrene Gästeführerin schildert zunächst die Ankunft der Diakonissen am 01. April 1905 am Rotenburger Bahnhof. Beim Anblick der großen Schar schwarz gekleideter Frauen mit weißer Haube sei der Bahnhofsvorsteher in Ohnmacht gefallen, erzählt Gina Lemme-Haase, was aber insofern kein Problem gewesen sei, da die Diakonissen ja alle eine Ausbildung zur Krankenpflegerin absolviert hätten und ihm somit sofort erste Hilfe leisten konnten. Von dort aus geht es zum **Clüverhaus** in der Goethestraße. Mit den Rotenburger Werken hatten die Diakonissen zwar eine neue Arbeitsstätte gefunden, aber keine Unterkunft. Der Spediteur Clüver bot ihnen glücklicherweise eine vorübergehende Bleibe in seinem Haus an, was die Diakonissen dankend annahmen. Dort

konnten sie bis zur Fertigstellung des Mutterhauses im Oktober 1906 wohnen – und nicht nur das: der Hausherr selbst fuhr die Diakonissen häufig sonntags zum Ausflugslokal am Bullensee, weiß Gina Lemme-Haase zu berichten.

Ein kurzer Halt vor der **Stadtkirche** erinnert daran, dass die Diakonissen bis zur Errichtung ihrer eigenen Kirche „Zum guten Hirten“ im Jahr 1912 hier an den Gottesdiensten teilnahmen.

Weiter geht es über das Gelände der **Rotenburger Werke**, dem ersten Einsatzort der Diakonissen, in dem sie für viele Jahrzehnte tätig waren und wo sich unter ihrer Regie die Zahl der Patient*innen bald verdoppelte, vorbei an der **Kirche Zum Guten Hirten** zum **Friedhof der Diakonissen**. Am **Grab von Helene Hartmeyer** erzählt Gina Lemme-Haase etwas ausführlicher aus dem bewegten Leben der Diakonisse. Klein und zart sei Helene Hartmeyer gewesen, aber eine starke Persönlichkeit. Zunächst hätte sie die Nachfolge als Oberin von Elise Averdieck im Hamburger Mutterhaus gar nicht antreten wollen – drei Mal wurde sie dazu aufgefordert und erst beim letzten Mal willig-

te sie ein, diese Position zu übernehmen. Unnachgiebig blieb sie im Streit mit dem männlichen Vorstand des Krankenhauses in Hamburg in der Frage der Ausrichtung der Pflege. Während der Vorstand vor allem die Privatpflege Vermögender erwartete, stellte sie die Pflege Bedürftiger vor die wirtschaftlichen Interessen und trug dafür die Konsequenzen – eine fristlose Kündigung und die Übersiedelung nach Rotenburg, eine Stadt, in der es für die Diakonissen zwar jede Menge Arbeit aber noch kein Mutterhaus gab. Als dieses dann 1906 bezugsfertig war, blühte es unter ihrer Führung schnell auf. Zeitweilig lebten bis zu 160 Diakonissen dort. Gleichzeitig hinterließ ihr unermüdlicher Einsatz aber auch Spuren, sie litt unter Asthma und starker Gicht. Ihren Geburtstag konnte Helene am 07. Januar 1920 noch feiern, am 21. Februar verstarb sie und wurde am 26. Februar auf dem Friedhof der Kirche Zum Guten Hirten beerdigt. Der Stadtspaziergang endet vor dem **Portrait von Helene Hartmeyer**, das auf dem Gelände des Mutterhauses steht. Es stammt von der Künstlerin Jeanette Clasen, die es anlässlich der Eröffnung des frauenORTES 2010 gemalt hat.

Zwei Diakonissen erzählen aus ihrem Leben

Zum Ausklang treffen wir zwei der 13 noch im Mutterhaus lebenden Diakonissen, Schwester Christa und Schwester Annemarie, beide über 90jährig. Sie erzählen den angehenden Erzieher*innen aus ihrem bewegten Leben und beantworten Fragen der Jugendlichen.

Schwester Annemarie z. B. war die älteste von acht Geschwistern und träumte selbst von einer großen Familie, doch es sollte anders kommen. „Gott hat zu mir gesagt Du wirst Diakonisse“ berichtet sie und so kam es dann auch. Nach einer Ausbildung

zur Krankenschwester und später zur Hebamme war sie rund 30 Jahre in Afrika, u.a. in Äthiopien, tätig und hat dort Krankenhäuser mit aufgebaut, teilweise weit entfernt von der Zivilisation und als einzige Europäerin. Die Sprache habe sie abends nach Dienstende quasi nebenbei gelernt. Und mit 30 Patenkindern in Äthiopien habe sich schließlich auch ihr Wunsch nach einer großen Familie erfüllt.

Ganz anders verlief das Leben von Schwester Christa, die schon als Kind viel in die Kirche gegangen ist. Sie hat ihren Schulabschluss 1945 gemacht und wollte gern in die Pflege gehen. Das Rote Kreuz sei aber der Meinung gewesen „sie eigne sich nicht dafür“. Daraufhin habe sich ihre Patentante für sie am Mutterhaus eingesetzt, so kam es, dass sie dort nicht nur ihre Ausbildung zur Krankenpflegerin ab-

solvierte, sondern auch Diakonisse wurde. Später machte sie noch eine Zusatzausbildung zur Beschäftigungstherapeutin (heute: Ergotherapeutin) und hat diesen Beruf viele Jahre ausgeübt.

Ob sie denn nun mit über 90 Jahren ihren Ruhestand genießen, möchte eine Schülerin wissen. Es wird schnell deutlich, dass von „Ausruhen“ bei den beiden keine Rede sein kann. Sie organisieren Bibel- und Vorlesekreise, nähen seit dem Ausbruch von Corona Masken und organisieren den jährlichen Adventsbasar, um nur einige Aktivitäten zu nennen.

Eine weitere Frage zielt auf mögliche Erklärungen für den fehlenden Nachwuchs im Mutterhaus. Heute sei eine andere Zeit erklärt Schwester Christa, es gäbe ganz andere Freiheiten und Möglichkeiten für

Frauen. Dies sei zur Zeit der Begründung dieser Profession ganz anders gewesen. Es habe Anfang des 19. Jahrhunderts nach den Befreiungskriegen sehr viele unverheiratete Frauen gegeben, da viele Männer in den Kriegen gefallen waren. Für diese Frauen gab es so gut wie keine Beschäftigungs- und somit auch keine Verdienstmöglichkeiten. Als Diakonissen bekamen sie mit der Krankenpflege ein Betätigungsfeld und sie waren versorgt.

Langsam geht ein informativer und unterhaltsamer Vormittag zu Ende, bei dem sicherlich nicht nur ich jede Menge Neues und Interessantes über das Leben als Diakonisse – vor über 100 Jahren und heute – erfahren habe.

Kerstin Blome



Fotos: Kerstin Blome

Schwester Christa erzählt den angehenden Erzieher*innen aus ihrem bewegten Leben

Neue frauenORTE in 2021

Niedersachsen

SARAH OPPENHEIMER	ESENS
--------------------------	--------------

(1840 oder 1844-1906), Opernsängerin

Sara Oppenheimer entstammte einer jüdischen Familie. Sie studierte ab 1858 Gesang am renommierten Konservatorium in Leipzig. Das Musikstudium, bzw. die Zulassung von Mädchen und Frauen zur Ausbildung an einem Konservatorium war in Deutschland ab 1843 (Leipzig) möglich. Nach abgeschlossener Ausbildung trat die junge Sängerin in den Opernabteilungen der Stadttheater Köln und Frankfurt a. M., aber auch als Konzertsängerin bei zahlreichen Gastspielen auf.

Termin der Auftaktveranstaltung: 26. September oder 03. Oktober 2021

Kooperationspartner*innen: Ökumenischer AK Juden/Christen in Esens e.V., in Kooperation mit dem August-Gottschalk-Haus, Jüdisches Museum Esens

PAULS MODERSOHN-BECKER	WORPSWEDE
-------------------------------	------------------

(1876-1907), Malerin

Das Leben der international anerkannten Malerin hat Vorbildcharakter für das Streben von Künstlerinnen nach Unabhängigkeit und Anerkennung. Paula Modersohn-Becker nahm die Entwicklungen der internationalen Kunst des 20. Jahrhunderts vorweg und gilt als Wegbereiterin des deutschen Expressionismus. Ihre intensiv gelebte Leidenschaft für ihre Kunst stand im Gegensatz zu den weiblichen Verhaltensnormen ihrer Zeit.

Termin der Auftaktveranstaltung: 26.03.2021

Kooperationspartner*innen: Gleichstellungsbeauftragte und Kulturbeauftragte/Gemeinde Worpswede

HENRIETTE PRAESENT	UELZEN
---------------------------	---------------

(1782-1856), Kauffrau

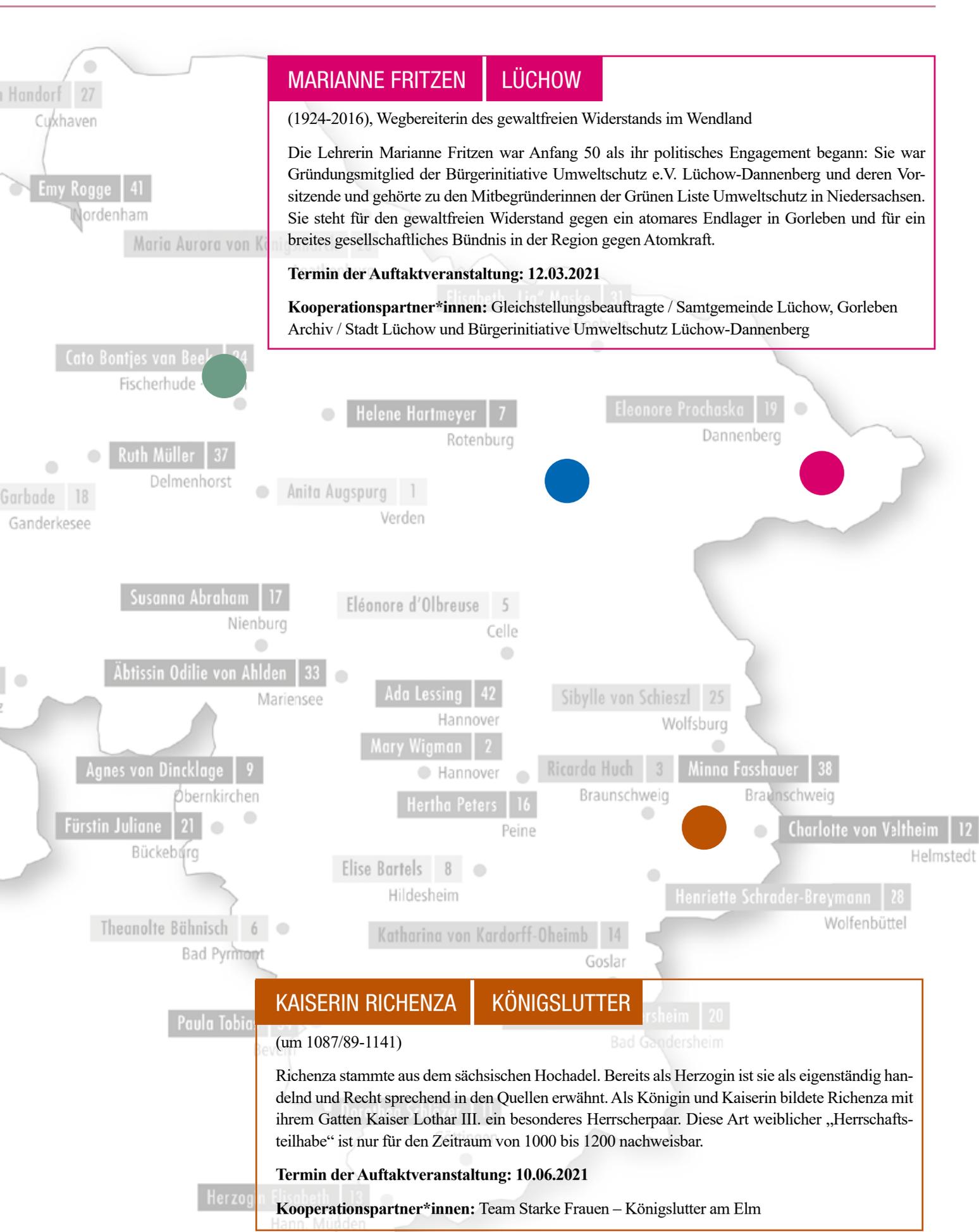
Als 21jährige heiratete sie den Kaufmann Johann Christian Praesent, nach dem Tod ihres Mannes wurde Henriette Praesent 1827 Inhaberin und Leiterin des Familienunternehmens in Uelzen. Sie baute den Betrieb während ihrer fast 30jährigen Führungstätigkeit zu einem der größten norddeutschen Landhandelsunternehmen aus.

Termin der Auftaktveranstaltung: 17.09.2021

Kooperationspartner*innen: Gleichstellungsbeauftragte und Stadtarchivarin Hansestadt Uelzen

Weitere Informationen unter: www.frauenorte-niedersachsen.de

Text: Heidi Linder



MARIANNE FRITZEN **LÜCHOW**

(1924-2016), Wegbereiterin des gewaltfreien Widerstands im Wendland

Die Lehrerin Marianne Fritzen war Anfang 50 als ihr politisches Engagement begann: Sie war Gründungsmitglied der Bürgerinitiative Umweltschutz e.V. Lüchow-Dannenberg und deren Vorsitzende und gehörte zu den Mitbegründerinnen der Grünen Liste Umweltschutz in Niedersachsen. Sie steht für den gewaltfreien Widerstand gegen ein atomares Endlager in Gorleben und für ein breites gesellschaftliches Bündnis in der Region gegen Atomkraft.

Termin der Auftaktveranstaltung: 12.03.2021

Kooperationspartner*innen: Gleichstellungsbeauftragte / Samtgemeinde Lüchow, Gorleben Archiv / Stadt Lüchow und Bürgerinitiative Umweltschutz Lüchow-Dannenberg

KAISERIN RICHENZA **KÖNIGSLUTTER**

(um 1087/89-1141)

Richenza stammte aus dem sächsischen Hochadel. Bereits als Herzogin ist sie als eigenständig handelnd und Recht sprechend in den Quellen erwähnt. Als Königin und Kaiserin bildete Richenza mit ihrem Gatten Kaiser Lothar III. ein besonderes Herrscherpaar. Diese Art weiblicher „Herrschaftsteilhabe“ ist nur für den Zeitraum von 1000 bis 1200 nachweisbar.

Termin der Auftaktveranstaltung: 10.06.2021

Kooperationspartner*innen: Team Starke Frauen – Königslutter am Elm

Unser Wunsch und unser Ziel ist es, dass es wirklich ein schönes letztes Zuhause wird für die Menschen

Gespräch mit Sandra Köbe, Projektleitung und Johannes Stephens, Geschäftsführer des Hospizes Zum Guten Hirten

Im September 2019 habe ich mich im Diakonissen-Mutterhaus mit Sandra Köbe und Johannes Stephens zu einem Gespräch über den aktuellen Stand des Hospizprojektes getroffen.

Danach befragt, wie die Idee zu einem stationären Hospiz in Rotenburg entstanden ist, erzählt Sandra Köbe, die zuvor im Hospizverein tätig war, dass ihr und vielen anderen in der Hospiz- und Palliativszene in Rotenburg aufgefallen sei, dass ein stationäres Hospiz fehlt. Zwar gebe es Sterbebegleitung durch die Ehrenamtlichen des Hospizvereins sowie den Palliativstützpunkt für die medizinisch-pflegerische Versorgung für schwerstkrankte und sterbende Menschen. Aber, auch wenn es der große Wunsch von vielen sei, bis zum Schluss zu Hause bleiben zu können, ginge das in manchen Fällen einfach nicht. Und für diese Menschen fehlte ein Ort, wo sie gut versorgt werden. „Frau Köbe ist Anfang 2017 auf das Mutterhaus

zugekommen und sagte, wir vermuten, dass es einen Bedarf gibt. Hättet Ihr Interesse, dass mal mit uns genauer anzugucken“, ergänzt Johannes Stephens.

Nachdem der Vorstand des Mutterhauses sein Interesse bekundet hatte, folgte eine intensive Phase der Bedarfserhebung, in der ganz deutlich wurde, dass es einen dringenden Bedarf in Rotenburg und Verden für ein Hospiz gibt. „Aber es war von Anfang an klar, um ein Hospiz in Rotenburg zu realisieren, braucht es einen finanzstarken Gründer“, führt Stephens weiter aus. Und da das Mutterhaus sich gerade in einem Umwandlungsprozess befindet und auf der Suche nach neuen diakonischen Arbeitsfeldern ist, kam die Idee genau zum richtigen Zeitpunkt. „Für uns als Mutterhaus ist es jetzt nach dem Verkauf des Krankenhauses eine Rückkehr zu den Wurzeln. Wir als Diakonissenmutterhaus kommen ja aus der Krankenpflege.“ Nun baut das Mutterhaus das Hospiz für ca. 4,1 Mio. Euro. Betrieben wird es dann mit den Rotenburger Werken zusammen in einer gemeinsamen Betriebsgesellschaft, die bereits gegründet wurde.

„Wir haben uns da ganz viel vom Hospiz in Sulingen abgesehen, das hat uns gut gefallen“, erzählt Sandra Köbe und zeigt mir den Grundriss. Insgesamt neun Gäste können in das Haus einziehen, sobald es im Frühjahr 2021 fertiggestellt ist. Zusätzlich wird es ein Angehörigenzimmer geben. Und jedes Zimmer hat eine eigene Terrasse. „Herzstück wird eine große Wohnküche, wo ganz viel passieren wird,

wo man sich oft aufhalten wird, wo frisch gekocht wird, wo ganz viel Lebensqualität herrschen wird“ erzählt Sandra Köbe begeistert. „Das Haus hat auch eine Südausrichtung, d.h. wir haben den ganzen Tag Sonne“, ergänzt Johannes Stephens, „das Grundstück auf dem wir bauen im Therokornsberg liegt mitten im Grünen. Von der großen Terrasse aus schaue ich direkt in ein Naturschutzgebiet und es gibt auch schöne Spazierwege.“ Der Standort sei perfekt, merkt Sandra Köbe an, einerseits sei es nicht weit vom Krankenhaus, andererseits nicht so weit bis zur City, für die Angehörigen aber auch für die Gäste selber, wenn sie noch fit sind und mal in die Stadt wollen und ein Bus fährt auch.

Ich frage die beiden nach ihrer „Vision für das Haus“. „Beim Hospizgedanken geht es darum, den Menschen im Ganzen zu betrachten nicht nur die Erkrankung, die medizinische Geschichte, sondern wirklich den Menschen als solches mit seinen Bedürfnissen, mit seinen Wünschen“, erläutert Sandra Köbe, „es geht nicht mehr um Heilung, sondern um Lebensqualität und unsere Vision ist deshalb auch, dass wir eine sehr ausgeglichene, positive, freundliche Atmosphäre schaffen im Haus.“ Die Hospizfahrer zeigen, dass es in den Gesprächen fast nie um das Thema Krankheit geht, sondern immer um das hier und jetzt: „Wie geht es mir, was mache ich jetzt. Wie schmeckt der Keks den ich gerade esse.“ Das sei auch der Ansporn für Menschen, die im Hospiz arbeiten, den Menschen nochmal eine gute letzte Zeit zu ermöglichen. Oft gehe es dabei um Kleinigkeiten,

Baustelle Hospiz –
Blick auf die Terrasse
vom Wohnzimmer aus

z. B. dass jemand nochmal ein Fischbrötchen isst. „Unser Wunsch und unser Ziel ist es, dass es wirklich ein schönes letztes Zuhause wird für die Menschen“, ergänzt Johannes Stephens, „ein Ort an dem die Menschen noch einmal Zuhause und Alltag erleben können.“ Das beinhaltet dann z. B. auch, dass jemand seinen Lieblingssessel mitbringen kann. Weder in der Behandlung noch in der Einrichtung soll das Hospiz an ein Krankenhaus erinnern. „Das finde ich auch noch mal einen wichtigen Gedanken“, betont Sandra Köbe, ihre Vorlieben sollen die Menschen nicht ablegen, wenn sie ins Hospiz ziehen. „Wenn ich jeden Tag bis 11 Uhr schlafen möchte oder auch nur bis um 4 Uhr, dann soll man das um Gotteswillen auch so beibehalten.“

Um dieses schöne letzte Zuhause zu ermöglichen, benötigt das Hospiz viel Personal. „Aus Erfahrung wissen wir, dass da viele Menschen in Teilzeit arbeiten werden, weil die psychische Belastung ja auch sehr hoch ist, in so einem Hospiz, daher rechnen wir mit ca. 25 Köpfen“ erklärt Stephens. Dies umfasst nicht nur das Pflegepersonal, sondern auch einen Sozialdienst, Küchenpersonal, Reinigungskräfte, einen Hausmeister usw. Wichtig ist meinen Interviewpartner*innen dabei, dass insbesondere die Pflegekräfte hinter dem Hospizgedanken stehen und möglichst gut ausgebildet sind, z. B. mit einem Palliativcare-Kurs. Initiativbewerbungen nehmen sie gern entgegen und weisen darauf hin, dass in einem neuen Haus mit neuem Team viele Gestaltungsmöglichkeiten gegeben sind.

Darüber hinaus wird das Hospiz auch auf die Unterstützung von Ehrenamtlichen angewiesen sein. „Da brauchen wir wirklich noch mal ein Team von 20 – 25 Leuten“, betont Sandra Köbe. Gerade nachmittags und abends gebe es Bedarf in der Küche.



„Es wäre schön, wenn jemand da wäre, der Kaffee und Kuchen verteilt, der sich im Wohnbereich aufhält und einfach Ansprechpartner ist, auch für Angehörige da ist. Das kann eine ganz tolle Aufgabe sein.“ Auch bei der Organisation von Veranstaltungen oder im Garten werden Ehrenamtliche benötigt. Sie bekommen vorab eine Kurzschulung, die sie darauf vorbereitet, was sie im Hospizalltag erwartet und mit „ein bisschen Handwerkszeug“ ausstattet. Die intensive Einzelbetreuung von Gästen wird aber von Ehrenamtlichen aus dem Hospizverein übernommen, die zur*m Sterbebegleiter*in ausgebildet sind.

Ein wichtiger Aspekt sind natürlich auch die Kosten eines Hospizaufenthalts. Erfreulicherweise ist dieser aber eine Krankenkassenleistung, d.h. für die Menschen, die im Hospiz betreut werden, ist der Aufenthalt kostenlos. „Das ist allerdings für uns als Betreiber eine Herausforderung“, klärt Johannes Stephens auf, „die Krankenkassen finanzieren es nur bis zu 95 Prozent, d.h. es ist jedes Jahr ein Eigenanteil bzw. ein Spendenanteil mit einkalkuliert, so dass wir mit dem Hospiz dauerhaft auf Spenden angewiesen sind.“ In diesem Zusammenhang weist Sandra Köbe auf eine aktuelle Kampagne hin, den „Baustein“ – für 50 € kann sich jede*r einen solchen Baustein kaufen und damit aktiv den Hos-

pizbau unterstützen. Jede*r der sich an der Kampagne beteiligt bekommt einen Baustein mit eingraviertem Namen und gehört dann zum Freundeskreis des Hospizes. Es besteht dann z. B. die Möglichkeit vorab die Baustelle oder die Räumlichkeiten zu besichtigen.

Begeistert sind die beiden von der positiven Resonanz aus der Gesellschaft und dem großen Interesse am Projekt. Auch aus der Politik sowohl auf städtischer als auch auf der Landkreisebene hätten sie bislang viel Unterstützung erfahren.

Bei Fragen zum Thema ehrenamtliche Arbeit oder auch anderen Themen rund um das Hospizprojekt können sich Interessierte gern direkt an Frau Köbe oder Herrn Stephens wenden:

Sandra Köbe
Projektleitung Hospiz
Tel. 04261 – 77 3997
Mail Sandra.koebe@diako-online.de

Johannes Stephens
Geschäftsführer
Hospiz zum Guten Hirten gGmbH
Tel. 04261 – 77 3996
Mail Johannes.stephens@diako-online.de

Deutsche tragen mit ihrem Fleischkonsum zur Zerstörung des Regenwaldes bei



Seit Jair Bolsonaro am 01.01.2019 sein Amt als Präsident angetreten hat, hat die Zerstörung des brasilianischen Regenwaldes dramatische Ausmaße angenommen. Der rechtsextreme Präsident ist eng mit der Agrarlobby verbündet und forciert seit seinem Amtsantritt die Abholzung. 2019 vergrößerte sich die Fläche, die geschlagen oder gerodet wurde, um 85 Prozent. Auch 2020 nahmen die Schreckensmeldungen über meist illegale Brandrodungen kein Ende. Umweltschützer warnen, dass 2020 das zerstörerischste Jahr für den Regenwald zu werden droht – nach Angaben von Greenpeace stieg die Zahl der Waldbrände im Juli 2020 auf dem Gebiet indigener Volksgruppen um 77 Prozent im Vergleich zum Vorjahresmonat und in Naturschutzgebieten um 50 Prozent.

Auch deutsche Fleischkonsument*innen tragen durch den Verzehr von rund 88 Kg Fleisch pro Person und Jahr zu dieser Zerstörung bei, denn ein Großteil der Flächen

wird gerodet, um Futtersoja anzubauen. Das Kraftfutter für Schweine und Geflügel in Deutschland besteht zu mehr als 30 Prozent aus Soja. Deutschland und die EU beziehen fast ihr gesamtes Futtersoja aus Argentinien, Brasilien und Paraguay. Der Regenwald muss riesigen Anbauflächen weichen. Die Monokulturen erstrecken sich auf Flächen größer als Deutschland und die Niederlande.

Ein weiteres Problem sind die Rinderweiden, für die immer mehr Wald vernichtet wird. So hat sich die Zahl der Rinder in der Amazonasregion in der Zeit von 1988 bis 2018 fast vervierfacht. Auch deutsche Firmen kauften in den vergangenen Jahren große Mengen Rindfleisch von brasilianischen Fleischkonzernen, die nachweislich an illegalen Brandrodungen beteiligt sind. Es gibt Berechnungen wonach für Fleischimporte allein nach Deutschland jährlich rund 2,5 Quadratkilometer geschützte Naturgebiete in Weideland verwandelt

werden – eine Fläche so groß wie etwa 350 Fußballfelder.

Während Menschenrechtsorganisationen wie Amnesty International auf die mit der Zerstörung des Regenwaldes einhergehenden Vertreibungen indigener Völker sowie Menschenrechtsverletzungen und Morde an Umweltaktivist*innen aufmerksam machen, warnen Umweltorganisationen wie Greenpeace vor den Folgen für den Klimawandel. Sowohl die Brandrodungen, als auch der Methanausstoß der Rinder sind für das Klima verheerend. Rund 18 Prozent der globalen Treibhausgase stammen aus Viehhaltung.

SEHENSWERT

Filmlöwin

filmloewin.de ist ein junges feministisches online-Filmmagazin. Gegründet hat es die Ber-



liner Journalistin Sophie Charlotte Rieger und gestaltet wird es von einer Gruppe junger Frauen, die zu einem großen Teil aus dem Bereich Filmwissenschaften kommen. Sie schreiben in ihrer Selbstdarstellung: „FILMLÖWIN ist ein Blog, das sich Filmen von und über Frauen verschrieben hat. Noch immer sind viele Filmemacherinnen, Kamerafrauen und auch Schauspielerinnen von Sexismus und Diskriminierung betroffen. Um dieser Marginalisierung etwas entgegen zu setzen, wollen wir den „Filmfrauen“ mit dem Projekt „FilmLöwin“ zu mehr Öffentlichkeit und Sichtbarkeit verhelfen.“ Es lohnt sich, da mal hineinzustöbern.

Tipp von Brigitte Borchers

Unorthodox

Netflix-Serie



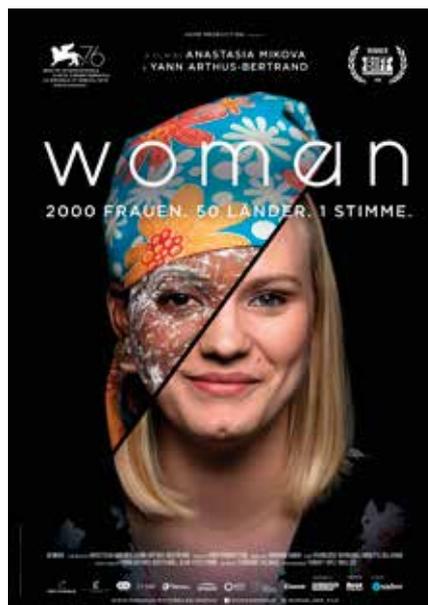
Regie geführt hat bei dieser Verfilmung des

Bestsellers (siehe dazu auch den entsprechenden Tipp in der Rubrik "Lesenswert") die wunderbare deutsche Regisseurin Maria Schrader, die vielen eher als Schauspielerin bekannt sein dürfte. Die Drehbuchautorinnen Anna Winger und Alexa Karolinski haben sich nicht strikt an die Romanvorlage gehalten, sondern daraus nur Fragmente übernommen und die Geschichte um das Leben der Protagonistin „Esty“ nach ihrer Flucht in Berlin erweitert. Die Zeit online schreibt dazu: Unorthodox „ist eine fantastische Serie. Weil sie fast biblische Bilder für eine im Grunde säkulare, feministische Befreiungsgeschichte findet.“

Tipp von Kerstin Blome

Woman – 2000 Frauen. 50 Länder. 1 Stimme

Regie: Yann Arthus-Bertrand und Anastasia Mikova, Frankreich 2020



Die Vorankündigung zu diesem Film, der im Dezember in die Kinos kommen soll (wenn sie denn dann wieder geöffnet haben...) hört sich spannend an: „Im Film erzählen Frauen ihre rührenden, bemerkenswerten und anregenden Geschichten, sprechen von Mutterschaft, Bildung, Sexualität, Ehe oder finanzieller Unabhängigkeit, und über tabuisierte Themen wie Menstruation und häusliche Gewalt. Hunderte Geschichten kommen so zusammen, von Staatschefinnen und Bäuerinnen, von Schönheitsköniginnen und Busfahrerinnen, Geschichten von Frauen aus den abgeschiedensten Regionen der Welt und aus den modernsten Metropolen.“ Den Film werde ich mir auf jeden Fall ansehen.

Tipp von Kerstin Blome

CATO

Konzertfilm, Dauer 80 Minuten



Am 14. November 2020 hatte der 80-minütige Konzertfilm von Helge Burggrabe zum 100. Geburtstag der Widerstandskämpferin Cato Bontjes van Beek auf YouTube Premiere. Mitwirkende sind die Schauspielerin Julia Jentsch, das Leipziger Vokalensemble Sjaella und die Sprecher Lorenz Meyboden und Christoph Jöde. Im Ankündigungstext zum Film heißt es: „Mit diesem Konzertfilm soll eine junge, außergewöhnliche Frau gewürdigt werden, die mit ihrem aktiven Widerstand in der "Roten Kapelle" und ihrem geistigen Widerstand im Gefängnis ein zeitloses Vorbild für Mut und Entschlossenheit im Kampf gegen Unterdrückung und Unfreiheit ist.“ Sehr sehenswert und im Internet abrufbar auf: www.youtube.com/musicainnova

Tipp von Kerstin Blome

LESENSWERT

Riane Eisler

Kelch und Schwert: Unsere Geschichte, unsere Zukunft.

Taschenbuch: 373 Seiten, Verlag Arbor, 2005



Ist die Abkehr von einem System, das in regelmäßigen Abständen Kriege, soziale Ungerechtigkeit und ökologisches Ungleichgewicht produziert überhaupt realisierbar? Kann es wirklich ersetzt werden durch eine friedliche Gesellschaft,

vor allem aber: Welche Veränderungen innerhalb der Gesellschaft sind die Voraussetzung für eine solche Transformation?

Das Buch erzählt die Geschichte unserer kulturellen Ursprünge aus einer neuen Sicht. Dabei wird deutlich, dass weder Gott noch die Biologie uns dazu bestimmt haben, einen Krieg nach dem anderen zu führen und uns im permanenten „Kampf der Geschlechter“ zu zermürben. Wollen wir die vom atomaren Holocaust und von ökologischen Katastrophen bedrohte Erde nicht gänzlich der Vernichtung preisgeben, müssen wir zu einem System partnerschaftlicher Lebensform zurückfinden. Scheitert dieser Versuch, so kann dies das Ende der Menschheit bedeuten.

Riane Eisler, die international anerkannte Friedensforscherin, Futurologin, Dozentin und Rechtsanwältin lehrt heute an der Princeton University und am Immaculate Heart Collage in Los Angeles. Ich habe ihr Buch, das 1987 erschienen ist, Anfang der 1990er Jahre gelesen und habe es schon damals als unglaublich weit vorausschauend gefunden. Es ist eines der wichtigsten Bücher, die ich habe und witziger Weise wird es mehrfach in meinem neuen Lieblingsbuch „Spontane Evolution“ erwähnt. Das haben zwei Männer geschrieben, die aber Wissenschaft, Spiritualität, Humor und die Wichtigkeit der Liebe zusammenbringen.

Bruce Lipton, Steve Bhaerman

Spontane Evolution - Unsere positive Zukunft und wie wir sie erreichen

Taschenbuch: 504 Seiten, Verlag KOHA, 2014
Von Menschen, die auf wunderbare Weise von einer Krankheit genesen sind, haben wir alle schon gehört. Aber ist diese Heilung auch für die ganze Welt denkbar? Nach Erkenntnis des international bekanntesten Zellbiologen Dr. Bruce Lipton ist sie nicht nur möglich – sie



geschicht bereits. Gemeinsam mit dem politischen Philosophen Steve Bhaerman präsentiert er eine erstaunliche, neue Sicht auf die Evolution, die Rolle der DNA, die Beziehung zwischen Geist und Materie und die Wirkungskraft unserer Überzeugungen. Dabei wird zweifelsfrei deutlich, wie wir durch Veränderung unserer Überzeugungen die spontane Evolution unserer Art beeinflussen und damit eine erfreulichere Zukunft gestalten können.

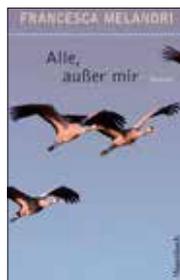
Bruce H. Lipton, eine führende Kapazität der neuen Biologie, ist weltweit bekannt für seine geniale Art, Wissenschaft und Bewusstseinsentwicklung zu verbinden. Steve Bhaerman ist seit mehr als 20 Jahren als Kommentator und Autor ganzheitlicher Veröffentlichungen sowie als kosmischer Komiker und Humorist tätig. Ich lese das Buch gerade zum zweiten Mal, entdecke immer noch mehr Neues, Interessantes, und kann nur sagen, dieses Buch müssten ALLE Menschen lesen.

Tipp von Christel Gerken

Francesca Melandri

Alle, außer mir

Taschenbuch: 608 Seiten, btb Verlag, 2020



Diese Lektüre hat mich sehr beeindruckt. Francesca Melandri ist es gelungen, in ihrem Roman eine Familiengeschichte über drei Generationen zu erzählen und die Geschichte des italienischen Faschismus, vor allem die blutige Kolonialisierung Äthiopiens, mit der aktuellen Flüchtlingssituation zu verknüpfen. Ich habe die 600 Seiten verschlungen! Manchmal war es durchaus schwere Kost, aber ich glaube, ich bin durch dieses Buch klüger geworden. Im Kopf und im Herzen.

Tipp von Brigitte Borchers

Wümme Kalender 2021:

BUNTE MISCHUNG

Der Wümme Kalender erscheint zum 48. Mal und hat immer die Wümme Region zum Thema, aus unterschiedlichen Blickwinkeln



und in verschiedenen Techniken gestaltet, zu historischen und aktuellen Themen und diesmal unter erschwerten psychischen und physischen Corona-Bedingungen: Im Jahr 2020 entstand aufgrund der Corona Pandemie eine neue Sicht auf die Dinge. Durch die Einschränkungen erlangten kleine Dinge größere Aufmerksamkeit. Dankbar wurde das zur Kenntnis genommen, was zuvor als Selbstverständlichkeit galt und übersehen wurde.

Der Kalender kann in der Buchhandlung Froben in Ottersberg und Sottrum erworben werden.

Tipp von Frauke Beeck

Alexa Hennig von Lange

Die Wahnsinnige

Gebunden, DuMont, 2020



Fast 50 Jahre wird sie von Mitgliedern ihrer Familie gefangen gehalten, um ihren Anspruch auf den spanischen Thron zu vereiteln – Johanna von Kastilien, die als „Die Wahnsinnige“ in die Geschichte eingegangen ist. Alexa Hennig von Lange zeichnet in ihrem neuen

Roman vor historischer Kulisse das Bild einer Frau, die hin- und hergerissen ist zwischen ihren inneren Überzeugungen und dem Unverständnis ihrer Außenwelt. Dabei stellt die Autorin die hochmoderne Frage: Wie können wir die werden, die wir sind, wenn das nicht für uns vorgesehen ist?

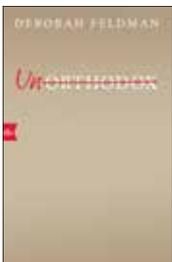
Es klingt so unglaublich interessant, ich habe es noch nicht gelesen, werde es aber schnellstmöglich tun.

Tipp von Christel Gerken

Deborah Feldman

Unorthodox

Taschenbuch, btb Verlag 2017



Die Autorin erzählt in diesem autobiographischen Roman ihre Kindheit und Jugend als chassidische Jüdin in einer ultraorthodoxen Gemeinde im New Yorker Stadtteil Williamsburg. Nach einer arrangierten Ehe und der Geburt des ersten Kindes bricht Deborah Feldman schließlich aus der Enge und den starren Regeln der Gemeinde aus, verlässt Ehemann und Familie und schließlich auch das Land, um in Berlin mit ihrem Sohn ein neues Leben zu beginnen. Bis dahin ist es aber ein langer und beschwerlicher Weg und Feldman beschreibt sehr eindringlich ihr Erwachsenwerden in einer religiösen Gemeinschaft, die nach besonders strengen Regeln lebt und ihren Mitgliedern keinerlei Freiheiten erlaubt. Der Tagesablauf ist bis ins kleinste Detail

vorgegeben, was eine beklemmende Enge erzeugt, in der Neugierde und Wissensdurst verpönt sind und unterdrückt werden. Bildung ist nicht erwünscht – Frauen ist es gänzlich untersagt Bücher zu lesen – ein Hinterfragen der strengen Regeln schon gar nicht. Durch heimliche Bibliotheksbesuche jedoch, später durch Kinobesuche und schließlich durch ein heimlich begonnenes Studium schafft es Feldman dann nach und nach sich aus dieser Enge zu befreien und die Gemeinde letztlich ganz zu verlassen. Beim Lesen hat mich dieser Roman an vielen Stellen abgestoßen und wütend gemacht. Es ist immer wieder erschreckend, zu welcher Unmenschlichkeit und Unterdrückung religiöser Fanatismus führen kann und wie unmündig er die Menschen macht – ganz unabhängig davon, um welche Religion es sich dabei handelt. Sehenswert ist auch die gleichnamige Netflix-Serie (siehe Rubrik Sehenswert).

Tipp von Kerstin Blome

Stained – Perspektiven auf Menstruation



Auf der Internetseite zu dieser Zeitschrift heißt es: „Ein Zine mit 51 Beiträgen von 38 menstruierenden Autor*innen und Künstler*innen auf 200 Seiten in deutscher und englischer Sprache.“

<https://stained-zine.de>

Tipp von Sabine Neugebauer

HÖRENSWERT



Dota - Mascha Kaléko

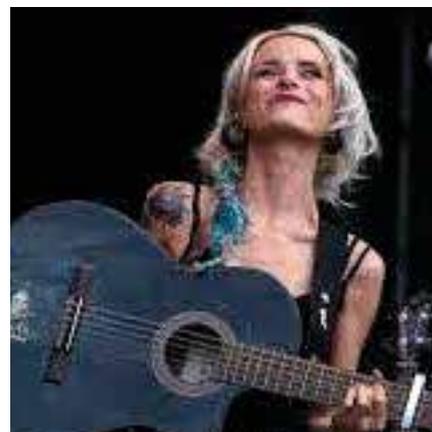
Dota Kehr ist wirklich eine kongeniale musikalische Umsetzung der Gedichte von Mascha Kaléko geglückt. Genauso lakonisch und intelligent, fast beiläufig aber auf den zweiten Blick voller Gehalt.

Super! Ich habe mir die CD bei der Büchergilde gekauft und freue mich immer wieder darüber.

Tipp von Brigitte Borchers

Sarah Lesch

Eine ebenso tolle Liedermacherin wie Dota Kehr ist Sarah Lesch. Von ihr habe ich zwar noch keine CD aber ich habe einige ihrer Auftritte gesehen und möchte allen ans Herz legen, sich diese Frau anzuhören. Sie hat wirklich etwas zu sagen



und das klingt auch noch gut! Ich werde mir ihr neues Album mit dem bezeichnenden Titel „Der Einsamkeit zum Trotz“ kaufen.

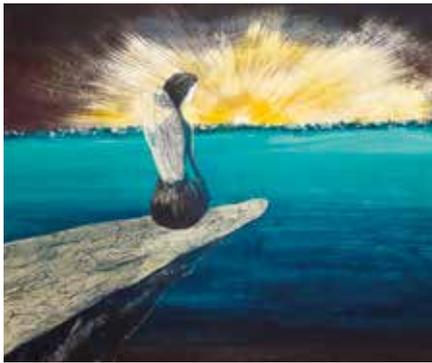
Tipp von Brigitte Borchers

BESUCHENSWERT

Larissa Scheermann
Jubiläumsausstellung
"Seelenbilder"

Rathaus Rotenburg (der Start der Ausstellung war bei Redaktionsschluss noch ungewiss)

"Einzigartige Welten, die Larissa Scheermann erschafft, verblüffen durch ihre Plastizität und außergewöhnliche, dichte Atmosphäre. Diese Bilder sind voller magischer Kraft und Mystik. Die Ewigkeit tut sich auf und Erinnerungen – unsere oder fremde? – fließen, spiegeln sich im Wasser der Seele. Und dann sprießen sie auf die Leinwand: pure Poesie aus Farben, Flecken und Linien...Diese Welten sind real, sind ganz nah. Das erfüllt, begeistert und beseelt den Zuschauer. Jedes Bild ist ein greifbarer Kontakt mit einer anderen unglaublichen Realität, jenseits unserer Welt." - Gulbackram Saitova, Journalistin, Kasachstan.



Elisabeth Frink
Man is an Animal
01.11.2020 – 07.03.2021

Bremen, Gerhard Marcks Haus, Am Wall 208, www.marcks.de

Im 20. Jahrhundert steht Elisabeth Frink (1930–1993) an der Spitze der figürlichen Bildhauer Englands. Ihr Œuvre genießt eine große Popularität in ihrem Heimatland, für das europäische Festland bleibt sie dagegen eine völlig neu zu entdeckende Künstlerpersönlichkeit. Dies wird nun nachgeholt, nicht nur, weil sich in ihren Plastiken viele Bezüge zur europäischen Kunstgeschichte finden lassen, sondern auch wegen der hohen Qualität ihres Werks.

Die Ausstellung konzentriert sich auf ihre Darstellungen von Männern, die sie mit körperlicher Attraktivität verband, aber gleichzeitig auch als Träger einer von Macht gesteuerten, brutalen und zerstörerischen Kraft betrachtete. Die zeitpolitischen Geschehnisse der Kriegs- und Nachkriegszeit, deren Zeuge Frink war, gaben ihr dafür Impulse. Ihre Skulpturen besitzen Wucht und eine enorme Präsenz im Raum. Um diese Wir-

kung zu erreichen, setzte sie gezielt Masse, Volumen, plastische Kontraste und die Figur ein. Eine Kooperation mit dem Museum Beelden an Zee in Den Haag (21. März bis 6. Juni 2021).

Elisabeth Frink, Green Man, 1991, Bronze, zweifarbig patiniert, Privatsammlung
 © VG Bild-Kunst, Bonn 2020



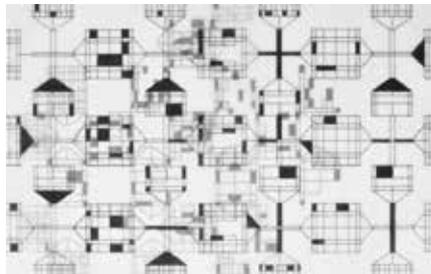
Suse Itzel und Gesa Lange
»Tela«

01.11.2020 – 07.03.2021

Bremen, Gerhard Marcks Haus, Am Wall 208, www.marcks.de

Der Pavillon des Gerhard-Marcks-Hauses wird sich in einen Denkraum zur Architektur verwandeln. Dazu haben die Künstlerinnen Suse Itzel (geb. 1984) und Gesa Lange (geb. 1972) eine Rauminstallation geschaffen, deren Wandflächen und Bauteile ein neues Raumgefüge schaffen.

Suse Itzel, Gesa Lange, Tela Pattern, Nr. 1, 2020, Filzstift auf Transparentpapier, (Ausschnitt)



Berührend – Annäherung an ein wesentliches Bedürfnis

19.09.2020 – 24.01.2021

Bremen, Paula Modersohn-Becker Museum, Böttcherstraße 6,

www.museen-boettcherstrasse.de

Die Idee zu der Ausstellung entstand unter dem Eindruck der Corona-Pandemie, die bis heute das gesamte private und gesellschaftliche Leben beeinträchtigt. Die strikten Abstandsregeln belasten viele Menschen, statt

körperlicher Nähe ist Distanz gefordert. Künstlerinnen und Künstler haben sich seit jeher eindringlich mit dem Bedürfnis des Berührens und Berührtwerdens auseinandergesetzt.

Die Museen Böttcherstraße präsentieren 65 Kunstwerke in fünf Themenräumen, u.a. von Marina Abramovic, Vivian Greven, Paula Modersohn-Becker, Pipilotti Rist, Robert Mapplethorpe u.v.a., die wesentliche Aspekte menschlichen Daseins wie Liebe, Fürsorge und Schmerz darstellen. Ergänzend kommen Personen aus unterschiedlichen Berufsgruppen anhand von Texten und Videos zu Wort. Die große Bandbreite der Themenausstellung macht deutlich, wie sehr uns Kunst auch mit dem gebührenden Abstand berühren kann. (Diesen Text haben wir einer Ankündigung von Belladonna e.V. für eine Führung durch die Ausstellung entnommen.)



Katharina Grosse
IT WASN'T US

bis 10.01.2021 Berlin, Hamburger Bahnhof, Invalidenstraße 50-51

Die Künstlerin Katharina Grosse (*1961, Freiburg im Breisgau) hat in den vergangenen zwanzig Jahren zahlreiche Einzelausstellungen präsentiert. Ihre raumgreifenden Arbeiten sind multidimensionale Bildwelten, in denen Wände, Decken, Objekte und ganze Gebäude und Landschaften mit leuchtenden Farben überzogen sind. Für diese Ausstellung hat die Künstlerin die Historische Halle des Hamburger Bahnhofs sowie den Außenbereich hinter dem Gebäude in ein expansives Bild verwandelt. Ihre kaleidoskopische, multidimensionale Bildwelt bringt ihre Farben und Formen mit den von Natur gegebenen und von Menschen gebauten Umgebungen sowie den Besucher*innen als Mitwirkenden in einem allumfassenden, pulsierenden Farbgesehen zusammen. „Ich male mich aus dem Gebäude heraus“, so beschreibt die Künstlerin ihre Arbeit.

Tipps von Brigitte Borchers

Beratung und Hilfe:

Allgemeine Sozialberatung, Diakonisches Werk
lisa.schnackenberg@evlka.de
 04261 / 63 039-50

Flüchtlings- und Migrationsberatung,
 Diakonisches Werk
eckhard.lang@evlka.de und
johanna.zimmermann@evlka.de
 04261 / 63 039-70 und -72 oder 01573 / 61
 42 756 und 0157 / 35 68 03 57

Beratung für Partnerschaft, Ehe, Familie
 sowie Jugendliche ab 14 Jahre
 Ev. Lebensberatungsstelle Rotenburg
Lebensberatung.rotenburg@evlka.de
 04261 / 63 039-60

BISS
 (Beratungs- und Interventionsstelle
 bei häuslicher Gewalt)
biss@lk-row.de
 04281 / 983 6060

Frauenhaus
frauenhaus@lk-row.de
 04261 / 983 60 61

Schuldnerberatung, Diakonisches Werk
Schuldnerberatung.rotenburg@evlka.de
 04261 / 63 039 56

Schwangeren- und Schwangerschafts-
 konfliktberatung,
 Diakonisches Werk
natalie.mueller@evlka.de oder
doerte.schnackenberg@evlka.de
 04261 / 63 039-60

Suchtberatung im Landkreis Rotenburg,
Suchtberatung-rotenburg@therapiehilfe.de
 04261 / 96 28 041

Wildwasser Rotenburg
 (Beratungsstelle gegen sexualisierte Gewalt)
Beratungsstelle.wildwasser@evlka.de
 04261 / 2525 und 01523 / 62 49 662

Bundesweites Hilfetelefon
 „Gewalt gegen Frauen“
 (Anruf kostenlos)
 08000 / 116 016

Niedersächsisches Krisentelefon
 Zwangsheirat
 (Anruf kostenlos)
zwangsheirat@kargah.de
 0800 / 0667 888

Hilfetelefon „Schwangere in Not“
 (Anruf kostenlos)
www.schwanger-und-viele-Fragen.de
 0800 / 40 40 020



spk-row-ohz.de



Sich trauen ist einfach.

Wenn man auch beim Finanziellen den richtigen Partner wählt. Wir legen Ihnen vor allem unsere kompetente Beratung zu allen Ihren Wünschen und Zielen ans Herz.

Sagen Sie Ja zu einem persönlichen Gespräch!



**Sparkasse
Rotenburg Osterholz**

TERMINE

Unter Vorbehalt, bitte erkundigen Sie sich jeweils vorab, ob die Veranstaltung stattfindet!

Bis Ende 2020:

EDV Online-Kurse über die Koordinierungsstelle Frauen & Wirtschaft

In Zeiten von Corona müssen alle lernen, neue Wege zu gehen. Unsere Online-Kurse haben den Vorteil, dass sich die Teilnehmerinnen ihre Lernzeit flexibel einteilen können. Die Kurse sind leicht verständlich aufgebaut und somit für alle geeignet. Folgende Programme können erlernt werden: Word und Excel 2013 (Grundlagen und Fortgeschritten), Power Point 2013, Access 2013, Office 2013 und Outlook 2013 (Grundlagen). Die Kurse dauern zwischen vier und acht Stunden. Fragen und Anmeldungen zu den Online-Kursen bitte unter Tel.: 04761 - 9235873 oder per Mail an: info@frauenundwirtschaft-ikrow.de.

**Donnerstag, 03. Dezember 2020,
19:00 Uhr**

Mensch ärgere Dich nicht

Anti-Ärger-Strategien für den Alltag

Ärger frisst Energien und vergiftet unser Immunsystem. Der Vortrag zeigt auf humorvolle Weise, wie Sie sich kürzer, weniger intensiv und seltener ärgern. Sie lernen passende Strategien für einen friedlichen Umgang mit sich selbst und Ihren Mitmenschen, Dozentin: Susanne Henneke, Veranstaltungsort: belladonna, Sonnenstraße 8, **Bremen**

Kosten: 8,- €, erm. 5,00 €, Anmeldung erforderlich (Tel. 0421-70 35 34)

Advent unter dem Scheunendach

An allen Sonntagen im Advent und am 23. Dezember

jeweils von 17:00 – 19:00 Uhr

Der Waffensener Treffpunkt im Advent: Glühweinbude, Kinderstand, Leckereien, Kulturelles und Kunsthandwerk, Mehrgenerationenhaus, Worthmanns Hoff, **Waffensen**

**Donnerstag, 04. Februar 2021,
18:00 Uhr**

„Haben Frauen Spaß in der Kommunalpolitik?“

Veranstaltung der Koordinierungsstelle Frauen & Wirtschaft

Fragen und Anmeldungen unter:

Tel.: 04761 - 9235873 oder per Mail an: info@frauenundwirtschaft-ikrow.de

Veranstaltungsort: **Zeven**

**Freitag, 5. Februar 2021,
20:00 – 21:30 Uhr**

Wissen gegen Angst – wie gesund ist mein Muttermund?

Information und Gespräch mit der Ärztin Pia Goldmann

Die Früherkennung zu Gebärmutterhalskrebs („Pap-Abstrich“) hat sich Anfang 2020 verändert. Was ist neu? Wie sinnvoll sind die Veränderungen? Welche angstvolle Wahrnehmung der Gebärmutter fördert der medizinische Blick?

Die Veranstaltung ist für Frauen*, in Kooperation mit der Kreisvolkshochschule Ort: Frauenberatung **Verden**, Grüne Str. 31

Information und Anmeldung Frauenberatung Verden, Tel. 04231 85129
Kosten € 5,-

Montag, 08. Februar 2021, 19:00 Uhr

„Starke Eltern – Starke Kinder“ Kurs 1

Elternkurs über 8 Abende, Veranstalter „SIMBAV“

„Eltern werden ist nicht schwer, Eltern sein dagegen sehr“. Alle Eltern wollen das „Beste“ für ihre Kinder und sie „sollen es mal besser haben!“ Wer kennt diese Worte nicht. Als Eltern sind wir Begleiter unserer Kinder. Doch manchmal stehen wir da und wissen nicht weiter. Um dem Ganzen nicht so hilflos ausgeliefert zu sein, bietet das „Familienforum SIMBAV“ wieder den vom Kinderschutzbund entwickelten Kurs „Starke Eltern – Starke Kinder“ an.

Information: Christel Gerken,
Tel. 04261/773603,
mobil 0170 9647280

**Dienstag, 16. Februar 2021,
8:00 – 9:30 Uhr**

„Kinder in Deutschland“ für zugewanderte Frauen

Veranstaltung der Koordinierungsstelle Frauen & Wirtschaft. Fragen und Anmeldungen unter: Tel.: 04761 - 9235873 oder per Mail an:

info@frauenundwirtschaft-ikrow.de

Veranstaltungsort: **Rotenburg**

**Dienstag, 16. Februar 2021,
10:00 – 12:00 Uhr**

„Minijob – Midijob“

Veranstaltung der Koordinierungsstelle Frauen & Wirtschaft. Fragen und Anmeldungen unter: Tel.: 04761 - 9235873 oder per Mail an:

info@frauenundwirtschaft-ikrow.de

Veranstaltungsort: **Rotenburg**

**Samstag, 27. Februar 2021,
13:00 – 15:00 Uhr**

Kleider- und Spielzeugbörse: Rund ums Kind

Mehrgenerationenhaus Worthmanns Hoff, Immentun 1, **Rotenburg OT Waffensen** (unter Einhaltung der Hygiene-Regelungen), Infos unter Tel. 04268-982682 + 04268-982464.

Anmeldung: 14. Januar 2021 ab 7 Uhr

**Dienstag, 02. März 2021,
8:00 – 9:30 Uhr**

„Kinder in Deutschland“ für zugewanderte Frauen

Veranstaltung der Koordinierungsstelle Frauen & Wirtschaft. Fragen und Anmeldungen unter: Tel.: 04761 - 9235873 oder per Mail an:

info@frauenundwirtschaft-ikrow.de

Veranstaltungsort: **Bremervörde**

**Dienstag, 09. März 2021,
17:00 – 18:30 Uhr**

„Gehaltsverhandlungen in der Praxis“

Veranstaltung der Koordinierungsstelle Frauen & Wirtschaft. Fragen und Anmeldungen unter: Tel.: 04761 - 9235873 oder per Mail an:

info@frauenundwirtschaft-ikrow.de

Veranstaltungsort: **Rotenburg**

**Dienstag, 16. März 2021,
19:30 – 21:30 Uhr**

Trennung und jetzt?

Fachvortrag mit Gespräch

Nach einer Trennung ist Vieles zu bedenken. Was passiert mit der Wohnung? Wer muss nach dem Auszug weiter die Miete zahlen? Wie wird der Hausrat aufgeteilt? Wer darf den Pkw nutzen? Was ist mit den Konten? Darf der Vater/die Mutter das Kind/die Kinder abholen, wann er/sie will? Welche Rechte und welche Pflichten habe ich?

Die Veranstaltung ist für Frauen*

Referentinnen: Sabine Osmers und Sabine Struckmann, Fachanwältinnen für Familienrecht und Mediatorinnen, in Kooperation mit Anja Olsson, Gleichstellungsbeauftragte der Samtgemeinde Thedinghausen

Ort: Rathaus Thedinghausen, Information und Anmeldung Frauenberatung **Verden**, Tel. 04231 85120, Kostenfrei Spenden erbeten

**Dienstag, 16. März 2021,
10:00 – 12:00 Uhr**

„Bewerbungstipps für Frauen“

Veranstaltung der Koordinierungsstelle Frauen & Wirtschaft. Fragen und Anmeldungen unter: Tel.: 04761 - 9235873 oder per Mail an:

info@frauenundwirtschaft-ikrow.de

Veranstaltungsort: **Bremervörde**

**Mittwoch, 17. März 2021,
19:00 Uhr**

Lesung mit Heide Nullmeyer:

„So wird es kommen“

Heide Nullmeyer aus Hellwege bekannt durch ihre ARD-Fernsehporträts „Frauengeschichten“ und „höchstpersönlich“ erzählt aus ihrem spannenden Leben. „So wird es kommen“ ist ein fesselndes Dokument einer Frauenbiografie von der Sekretärin zur Fernsehjournalistin.

Stadtbibliothek **Rotenburg (Wümme)**

**Dienstag, 23. März 2021,
10:00 – 12:00 Uhr**

„Das Familienservicebüro – eine tolle Anlaufstelle“

Veranstaltung der Koordinierungsstelle Frauen & Wirtschaft. Fragen und Anmeldungen unter: Tel.: 04761 - 9235873 oder per Mail an:

info@frauenundwirtschaft-ikrow.de

Veranstaltungsort: **Bremervörde**

**Mittwoch 24. März 2021,
10:00 – 12:00 Uhr**

„Reicht meine Rente?“

Veranstaltung der Koordinierungsstelle Frauen & Wirtschaft. Fragen und Anmeldungen unter: Tel.: 04761 - 9235873 oder per Mail an:

info@frauenundwirtschaft-ikrow.de

Veranstaltungsort: **Bremervörde**

**Montag, 26. April 2021,
19 :00 Uhr**

„Starke Eltern – Starke Kinder“ Kurs 2

(Beschreibung siehe oben)

Information: Christel Gerken,

Tel. 04261/773603,

mobil 0170 9647280



DIE BUNDESREGIERUNG VERABSCHIEDET IHRE ERSTE GLEICHSTELLUNGSSTRATEGIE

Im Juli 2020 hat die Bundesregierung erstmals eine ressortübergreifende Gleichstellungsstrategie verabschiedet, die Lt. Franziska Giffey, Bundesministerin für Familie, Senioren, Frauen und Jugend, aufeinander abgestimmte Maßstäbe für das Handeln aller Ministerien setzen soll. Die Strategie bündelt insgesamt neun Ziele unter dem Dach von drei übergeordneten Leitfragen:

- Wie können Frauen und Männer im Lebensverlauf gleichermaßen gut von ihrem Einkommen leben, sich beruflich weiterentwickeln und Fürsorgeaufgaben wahrnehmen?
- Wie gelingt es, Frauen und Männer gleichermaßen an der Gestaltung der Zukunft unseres Landes in Wirtschaft, Politik, Kultur und Wissenschaft zu beteiligen?
- Wie kann die Bundesregierung Gleichberechtigung zwischen Frauen und Männern in allen Politikbereichen herstellen?

Zu den Zielen zählen u.a. neben Entgeltgleichheit, der Steigerung der Attraktivität

sozialer Berufe und der Stärkung von Vereinbarkeit von Familie, Pflege und Beruf auch Aspekte wie die gleichberechtigte Teilhabe von Frauen und Männern in Kultur und Wissenschaft sowie die gleichberechtigte Beteiligung von Frauen in Parlamenten auf allen Ebenen und gleichstellungspolitische Standards in der digitalen Lebens- und Arbeitswelt.

Die Regierung belässt es nicht bei der Nennung der Ziele, vielmehr werden über 60 mehr oder weniger konkrete Maßnahmen aufgeführt, die zur Erreichung der Ziele ergriffen werden sollen bzw. bereits umgesetzt werden. So listet die Strategie zum Beispiel folgende Maßnahmen auf: den Ausbau von Unterstützungsmaßnahmen für Gründerinnen und für Frauen im ländlichen Raum, eine vergütete Ausbildung für Erzieher*innen, die Umsetzung des Rechtsanspruchs auf Ganztagsbetreuung an Grundschulen, eine Weiterentwicklung des Elterngeldes, eine stärkere Einbindung von Männern in die Gleichstellungspolitik, die Förderung von Frauen in der Kommunalpolitik, die politische Teilhabe von Migrantinnen, einen nation-

alen Pakt für Frauen in MINT-Berufen, um nur einige zu nennen.

Einerseits ist es sehr erfreulich, dass die Frage der Gleichberechtigung der Geschlechter nicht länger allein als Angelegenheit der „Frauenministerin“ gesehen wird, sondern vielmehr als Aspekt, der bei allen Handlungen der Regierung zu berücksichtigen ist. Dass Gleichstellung eine Querschnittsaufgabe ist, wird auch daran deutlich, dass eine interministerielle Arbeitsgruppe eingerichtet wurde, die regelmäßig die Fortschritte überwachen soll. Inwieweit aber die Strategie tatsächlich dazu beitragen kann Aspekte, wie zum Beispiel, die Lohn- und Rentenlücke, die ungleichmäßige Aufteilung von bezahlter und unbezahlter Arbeit oder die Unterrepräsentanz von Frauen in Führungspositionen in Wirtschaft, Wissenschaft, Kultur und Politik – Bereiche also, in denen die Gleichstellung in Deutschland seit Jahrzehnten nicht vorankommt – zu beseitigen, bleibt abzuwarten.

Die Strategie ist abrufbar unter: <https://www.gleichstellungsstrategie.de/>



HERBER RÜCKSCHLAG FÜR DIE PARITÉ-IDEE:

Der Thüringer Verfassungsgerichtshof erklärt das Parité-Gesetz für nichtig

Ende Januar 2019 gab es eine kleine Sensation in Brandenburg: Der Landtag verabschiedete als erstes deutsches Parlament ein Parité-Gesetz, wonach Parteien ihre Wahllisten abwechselnd mit Frauen und Männern besetzen müssen – mit dem Ziel, den Frauenanteil im Landesparlament zu erhöhen. Im Juli 2019 folgte dann der Thüringer Landtag mit einem Paritätsgesetz und der rot-rot-grüne Berliner Senat debattiert ebenfalls seit einiger Zeit über die Einführung eines solchen Gesetzes. Wie bitter nötig eine solche gesetzliche Vorgabe ist, zeigt ein Blick auf die aktuellen Zahlen in Bezug auf die Mitglieder der deutschen Parlamente. Auch über 100 Jahre nach der Einführung des aktiven und passiven Wahlrechts für Frauen ist ihr Anteil sowohl im Bundestag als auch in den Länder- und Kommunalvertretungen weit von der 50-Prozent-Marke entfernt. Im Bundestag beträgt der Frauenanteil derzeit gerade einmal 30,9 Prozent und in den meisten Länderparlamenten und auf kommunaler Ebene sieht es noch schlechter aus. So gibt es z. B. in Niedersachsen auch aktuell noch Stadt- und Gemeinderäte ohne eine einzige Frau.

Entsprechend groß war die Begeisterung bei Frauenverbänden, als im vergangenen Jahr die beiden Parité-Gesetze verabschiedet wurden. Doch diese Begeisterung hat nun einen herben Dämpfer erlitten. Fast genau ein Jahr nach seiner Verabschiedung hat der Thüringer Verfassungsgerichtshof in einem Normenkontrollverfahren, das die AfD-Fraktion des Landtages angestrengt hatte, das Gesetz für nichtig erklärt. Zur Begründung heißt es im Urteil u.a., dass die gesetzliche Verpflichtung der Parteien, Landeslisten zur Wahl des Thüringer Landtages paritätisch zu besetzen, das Recht auf Freiheit und Gleichheit der Wahl, festgeschrieben in der Thüringer Verfassung, beeinträchtigt. Ebenso würde das im Grundgesetz verankerte Recht der Parteien auf Betätigungs- und Programmfreiheit sowie Chancengleichheit verletzt.



Die Parteien würden durch das Gesetz in ihrer Freiheit eingeschränkt, das eigene Personal zu bestimmen. Mittelbar könnten ihnen dadurch Nachteile entstehen, wenn sie bei der Besetzung der Listen nicht die ihnen am besten geeignet scheinenden Personen einsetzen könnten. Gerade letzteres ist ein beliebtes Argument von Gegnern jeglicher „Frauenquote“, dem das Landesverfassungsgericht hier bedauerlicherweise folgt. Nach Ansicht des Gerichts bedarf es zur Einschränkung der Parteienfreiheit zwingender Gründe von besonderem Gewicht. Die von Verfechter*innen der Parité-Idee angeführte und ebenfalls im Grundgesetz festgeschriebene Verpflichtung zur Gleichstellung von Frauen und Männern stuft das Gericht hierbei als nicht ausreichend ein.

Diese Entscheidung sorgt vielerorts für Enttäuschung und Kopfschütteln. Die Landesarbeitsgemeinschaft kommunaler Frauen- und Gleichstellungsbüros in Niedersachsen (lag) zum Beispiel bringt kein Verständnis für das Urteil auf. Für die lag ist es nicht nachvollziehbar, warum das Gesetz einen Verfassungsbruch darstellen soll. Vielmehr seien Paritätsgesetze sowohl auf Bundes- als auch auf Länderebene dringend erforderlich, um endlich zu einer gleichberechtigten Beteiligung von Frauen und Männern in der Politik zu kommen. Und auch die Niedersäch-

sische Gleichstellungsministerin Carola Reimann findet klare Worte: „Die heutige Entscheidung des Thüringer Verfassungsgerichtshofes zum Parité-Gesetz ist ein schwerer juristischer Rückschlag für die Beteiligung von Frauen in der Politik. Unsere Parlamente sind die Orte der gesellschaftlichen und politischen Willensbildung. Frauen müssen hier angemessen beteiligt und vertreten sein.“⁸

Im Oktober folgte dann ein weiterer Rückschlag: das brandenburgische Verfassungsgericht gab den Klagen von AfD und NPD gegen das dortige Parité-Gesetz in weiten Teilen statt und erklärte es ebenfalls für verfassungswidrig. Wie es mit der Parité-Idee in Deutschland weitergeht bleibt abzuwarten. Als höchste Instanz wird letztlich das Bundesverfassungsgericht die Frage beantworten müssen, inwieweit gesetzliche Vorgaben zur paritätischen Besetzung von Wahllisten mit dem Grundgesetz vereinbar sind.

⁸ <https://www.ms.niedersachsen.de/startseite/aktuelles/presseinformationen/statement-von-gleichstellungsministerin-carola-reimann-zur-entscheidung-des-thuringer-verfassungsgerichtshofes-zum-parite-gesetz-190801.html> (abgerufen am 06.08.2020).

RECHTER TERROR GEGEN PROMINENTE FRAUEN

Die Linken-Politikerin Gökay Akbulut, die Kabarettistin Idil Baydar oder die Anwältin Seda Basay-Yildiz, um nur einige zu nennen, sind Frauen, die in der Öffentlichkeit stehen und die in den letzten Monaten Hass- und Drohnachrichten mit dem Absender NSU 2.0 erhalten haben. NSU 2.0 ist eine Anspielung auf den „Nationalsozialistischen Untergrund (NSU)“, der mindestens zehn rassistisch motivierte Morde in Deutschland begangen hat. Im Prozess um die Morde vertrat Basay-Yildiz die Opferfamilien.

Frauen mit Migrationshintergrund und öffentlich wahrnehmbarer (politischer) Meinung – das scheint eine Kombination zu sein, die besonders schnell Hass und Anfeindung auf sich zieht. Aber nicht nur

Frauen mit Migrationshintergrund sind betroffen, auch Politikerinnen wie Renate Künast oder die Fernsehmoderatorin Maybrit Illner haben bereits Hassmails und Morddrohungen erhalten.

Rassistischer Hass auf Minderheiten bezieht sich häufig auch auf Frauen – die zwar gemessen an der Bevölkerungszahl keine Minderheit sind, jedoch was ihre Sichtbarkeit in der Öffentlichkeit betrifft, so die Einschätzung der Psychologin Anne Otto. Hinzu kommt das rückwärts-gewandte Frauenbild von Rechtsextremisten, die Frauen, die ihre Meinung öffentlich vertreten, als Provokation empfinden. Häufig ist Rassismus gepaart mit Sexismus und Frauenhass. Dies zeigen die Biografien und Manifeste rechtsterroristischer

Attentäter wie z. B. von Anders Breivik. Nicht selten geht es beim Hass auf Frauen um Macht und Dominanz. Diesen Zusammenhang zwischen „verunsicherter Männlichkeit“ und Rechtsextremismus hat z. B. der amerikanische Soziologe Michael Kimmel in seinem Buch „Angry White Men“ untersucht.

Literatur zum Thema:

Michael Kimmel: Angry White Men: Die USA und ihre zornigen Männer, Orell Füssli, 2015

Anne Otto: Woher kommt der Hass? Die psychologischen Ursachen von Rechtsruck und Rassismus, Gütersloher Verlagshaus, 2019



In Sachen „gendersensible Sprache“ gab es im Herbst dieses Jahres zwei erfreuliche Meldungen.

Zunächst konnte frau im Oktober der Presse entnehmen, dass das Bundesjustizministerium einen Gesetzesentwurf zum Sanierungs- und Insolvenzrecht vorgelegt hatte – ein Themenbereich, der einen nun nicht sofort an Geschlechtergerechtigkeit denken lässt. Aber, und das war das Interessante: Statt wie in der juristischen Sprache sonst üblich in der männlichen Form war der Text komplett im generischen Femininum geschrieben. Dementsprechend war im

Es darf gegendert werden

Entwurf von der „Geschäftsführerin“, der „Verbraucherin“ oder der „Schuldnerin“ die Rede. Die Kritik an diesem Entwurf ließ natürlich nicht lange auf sich warten. Sie kam u.a. aus dem Innenministerium mit der Begründung, dass das Gesetz, sollte es in dieser Form verabschiedet werden, „möglicherweise nur für Frauen oder Menschen weiblichen Geschlechts gilt, und damit möglicherweise verfassungswidrig ist.“ Interessant ist an diesem Argument, dass seit jeher Frauen mitgemeint sind und sich angesprochen fühlen sollen, wenn ein Text im generischen Maskulinum verfasst ist, lapidar begründet mit: „das generische Femininum sei nun mal sprachwissenschaftlich nicht anerkannt.“ Für eine sprachliche und gesellschaftliche Anerkennung aber kämpfen Frauenrechtler*innen seit Jahrzehnten. Denn zahlreiche Studien belegen, dass Frauen eben nicht automatisch mitgedacht werden oder sich angesprochen fühlen. Im Gegenteil, das generische Maskulinum macht Frauen unsichtbar und führt häufig

zu Benachteiligung oder Diskriminierung. Daher ist dieser Vorstoß des Bundesjustizministeriums längst überfällig und sehr zu begrüßen, auch wenn der Gesetzesentwurf in dieser Form derzeit wohl leider (noch) keine Chance auf Verabschiedung hat.

Die zweite Meldung mit der Überschrift „ZDF: Petra Gerster gendert jetzt“ las ich im November auf der Internetseite „www.genderleicht.de“. Das Gendern sei in den Fernsehnachrichten angekommen, heißt es da, ZDF-Anchorwoman Petra Gerster habe es in die heute-Sendung um 19 Uhr eingeführt. Und tatsächlich, als ich mir das nächste Mal die heute-Nachrichten angeschaut habe, benutzte Frau Gerster tatsächlich den „genderstar“, das Sternchen, das beim Sprechen durch eine kleine Pause angedeutet wird. Oder sie nennt einfach mal beide Formen, spricht von Länderchefinnen und -chefs oder von „Regierenden“. Bleibt zu hoffen, dass ihr positives Beispiel Schule macht und eine gendergerechte Sprache weitere Verbreitung in den Medien findet.

Beziehungen

Mir erzählte heute eine ältere Dame von einem Bericht im Fernsehen über ein uraltes Ehepaar. Sie sind seit 80 Jahren verheiratet, sie ist 102 Jahre alt, er 108 Jahre, auch, wie sie da aneinander gekuschelt saßen.

Was hat die beiden so lange zusammenhalten lassen, für mich total unglaublich, ich habe gerade 15 Jahre Ehe geschafft. Und für mich war die Trennung wichtig, so habe ich die Chance bekommen und auch genutzt, mich zu der zu entwickeln, die ich heute bin. Ich hatte auch das Gefühl, mich in der Ehe erfüllt zu haben. Um mich selbst zu erfüllen, muss ich beide Seiten des Menschseins, also weiblich und männlich, in mir vervollkommen, und das hatte ich wohl geschafft. Kann natürlich auch nur eine Ausrede sein für das Scheitern einer neuen Beziehung, vielleicht war ich auch feige. Das kann ich nun nicht mehr feststellen, denn wer will noch so eine alte Schachtel.

Aber Spaß beiseite, ich bewundere Paare, die es schaffen, durch dick und dünn zu gehen, denn zwei Menschen, die sich ineinander verlieben, kommen meistens aus unterschiedlichen Familien, jeder bringt seine Prägung mit, seine Erfahrungen, seine Wünsche und auch Werte. Oft kommt noch die Herausforderung zur Bildung einer Familie dazu, das heißt, Kinder huschen in die Beziehung, wo bleiben da Frau und Mann als Paar? Da ich ganz viel mit Eltern arbeite, habe ich da so einen kleinen Einblick.

Für mich kommt als Fazit heraus: Bedingungslose Liebe kann alles.

Christel Gerken



Engelstliebe

Als ich in tiefer Sorge stand,
ein Engel sich mir zugewandt
In menschlichem vollkommenem Sein
Entrückt mich dieser Welt
Ich bin nicht mehr allein.

Meine Gedanken sind gefangen in dir,
unfähig zu fliehen – es fehlt der Wille dafür.
Liebkosen – Verlangen – wildes Vereinen
Entrückt mich dieser Welt
Eine Liebe so rein.

Du begehrst mich, verehrst mein schwaches Ich.
Ich wünschte dieser Zustand hält ewiglich.
Dein Blick, deine Berührung meine Seele durchzieht.
Möchte vielfach erwidern, was in mir geschieht.

Seit der ersten Begegnung war in mir die Träne,
ausfüllender Freude, nach der ich mich sehnte.
Alles zieht mich zu dir mehr und mehr.
Entrückt mich dieser Welt...

Doch ich kann es nicht fassen,
das Glück in der Hand.
Mein Engel – mein Liebe,
mir zugewandt.

Ich kann es nicht fassen,
das Glück in mir.
Meine Seele – mein Verstand,
den ich verlier.

Alles zieht mich zu dir mehr und mehr.
Entrückt mich dieser Welt...

In die ich niemals wiederkehr!

Jana Schramm

Gute Beziehungen machen glücklich

Verliebt – verlobt – verheiratet - Persönliche Erfahrungen von Heide Nullmeyer

Ohne Beziehungen könnten wir nicht leben! Wir brauchen ein „Gegenüber“, mit dem wir uns zu sozialen Wesen entwickeln können. In der Familie werden die ersten Weichen gestellt, im Kindergarten und in der Schule lernen wir, dass der oder die andere oft nicht die gleichen Bedürfnisse hat, wie ich. Die Arbeitswelt stellt neue Anforderungen. Freundschaften müssen gepflegt werden, ebenso das Miteinander in Partnerschaften und in der Ehe.

Diese unterschiedlichen Beziehungen so zu gestalten, dass wir mit unseren individuellen Wünschen und Bedürfnissen und denen unserer Umwelt einen Konsens finden, bereichert unser Leben auf allen Ebenen. Doch wie geht das?

Ich möchte Ihnen von mir erzählen. Ich war 19 Jahre alt, als ich in Athen – unsterblich verliebt – unter spektakulären Umständen einen Griechen heiratete. Sicher kennen Sie dieses wunderbare Gefühl, verliebt bis über beide Ohren zu sein. Es überfällt uns wie ein Tsunami, nimmt uns den Atem, lässt uns Flügel wachsen. Es erscheint unvorstellbar, dieser Zustand könnte sich jemals ändern. Und doch ist es so: Die Liebe durchläuft mehrere Stufen, die uns immer wieder neu herausfordern.

Die reife Liebe, die sich prozesshaft entwickelt, findet zu einem Ausgleich zwischen Verschmelzung - Ich und Du sind eins - und der Autonomie zwischen Ich und Du. Bis dahin ist es ein langer Weg.

Dimitri war mein erster Mann. Wir hatten uns in England kennengelernt. Er studierte Textil-Design, ich betreute als au-pair zwei Kinder einer englischen Familie. Von Dimitri hörte ich die ersten griechischen Worte: „Agapi mou“ – mein Liebling. Er war erstaunt, dass ich noch Jungfrau war. Als ich weinte, küsste er meine Tränen weg. Dimitri, mein Liebster, ich werde dich immer lieben, wir werden zusammen sein bis ans Ende unserer Tage.“ Davon war ich felsenfest überzeugt. Ich konnte mir damals nicht vorstellen, irgendwann ohne ihn zu sein. Deshalb stürzte ich mich – den Kopf voller Illusionen – in diese Ehe.

Ich verzieh meinem Mann am Anfang unserer Beziehung alles. Verletzungen, die mich irritierten, nahm ich klaglos und unwidersprochen hin. Im stillen Kämmerlein suchte ich manchmal verzweifelt nach Gründen für ein Verhalten, das ich mir nicht erklären konnte.

Ich sehnte mich nach Geborgenheit, nach Anerkennung, nach dem Gefühl, wichtig für meinen geliebten Partner zu sein, ohne mich verbiegen zu müssen. Nach bedingungsloser Zuwendung. Vielleicht kennen Sie diese Gefühle auch. Wir alle sehnen uns nach Aufmerksamkeit und meinen, er oder sie müsse doch wissen, was uns guttut und sind enttäuscht, wenn man uns nicht jeden Wunsch von den Augen abliest. Aber so tickt das Leben nicht. Wenn wir glücklich werden oder bleiben wollen, sind wir aufgefordert, uns in der Partnerschaft miteinander zu entwickeln. Auf Augenhöhe. Was aber gehört dazu? Vor allem Respekt vor den individuellen Bedürfnissen und Eigenheiten des und der anderen und der Wille, sie zu achten. Dazu muss man sie erst einmal kennen. Im Alltag gehen auch manche guten Vorsätze unter. Wir erleben Unsicherheiten, manchmal plagen uns Zweifel. War meine Entscheidung richtig? Vielleicht raubt uns auch die Angst, verlassen zu werden, den Schlaf oder wir haben das Gefühl, mit unseren Bedürfnissen auf der Strecke zu bleiben.

Als ich mich Jahre später von Dimitri trennte, musste ich schmerzlich feststellen,



dass mein Wunsch, nach einer Familie mit Kindern und einem Beruf von ihm nicht akzeptiert werden konnte. Dimitri wollte keine Kinder, was für einen Südländer eher ungewöhnlich ist. Und mich dabei zu unterstützen, eigenes Geld zu verdienen und eigenständig am sozialen Leben teilzunehmen, konnte er nicht akzeptieren. Seine kulturellen Rollenerwartungen standen dem entgegen. Über unsere so fundamental unterschiedlichen Lebensentwürfe haben wir vor unserer Hochzeit nicht gesprochen, was zu schmerzlichen Auseinandersetzungen und schließlich zur Trennung führte. Damals bin ich völlig blind vor der Realität – mit 19 Jahren – in diese Ehe hineingestolpert. Heute bin ich 80 Jahre alt.

Vor vielen Jahren nahm ich an einem Seminar teil, in dem es vor allem darum ging, in einer Partnerschaft die Bedürfnisse und Wünsche des oder der anderen aufmerksam wahrzunehmen. Der Leiter gab die Anweisung, dem Partner, der Partnerin je fünf Minuten ohne Unterbrechung zuzuhören. Jeder sollte sagen, was ihm oder ihr schon lange auf der Seele lag und ungesagt geblieben war. Oder auch was ihn oder sie in dieser Woche gefreut hatte: das konnte eine Umarmung sein, ein lieber Anruf aus dem Büro, ein Blümchen oder ähnliches. Oder auch worüber man sich geärgert hatte usw. Zum Programm gehörte auch „verzeihen“ zu lernen. Sich bei unterschiedlichen Meinungen nicht schmolend in eine Ecke zu verkriechen und/oder bei Streitereien über seinen Schatten zu springen und einen Schritt auf den anderen zuzumachen, wenn man meinte, sich falsch verhalten zu haben. Das alles schaffte Vertrauen und damit einen Nährboden für die Vertiefung der Liebe.

Diese Übung habe ich ein Jahr lang einmal in der Woche mit meinem jetzigen Mann praktiziert. Wir kennen uns fast 40 Jahre, sind 10 Jahre später zusammengezogen und haben erst vor 12 Jahren geheiratet. Wenn uns auch jetzt noch hin und wieder das Gefühl beschleicht, dass etwas unklar ist und offen besprochen werden sollte, greifen wir auf dieses bewährte Mittel zurück. Wir vereinbaren dann einen Termin, der für uns beide passt. Ein Glas Tee

oder Wein steht bereit und wir reden. Erst mein Mann oder ich, dann umgekehrt. Danach tauschen wir uns aus. Ich kann diese Übung nur empfehlen. Sie hilft, Unklarheiten und Unzufriedenheiten zu bereinigen, bevor sie sich festsetzen und zu einem Berg anwachsen.

Ein weiterer wichtiger Punkt für das Gelingen einer Partnerschaft ist das wechselseitige Empfinden einer Gleichwertigkeit von Geben und Nehmen. Stimmen die Relationen nicht, wird das Miteinander auf Dauer auch nicht funktionieren. Das gilt besonders für Familien, in denen Beruf und Kinder miteinander in Einklang gebracht werden müssen. Das hat mit Selbstachtung, mit Eigenverantwortung und mit Würde zu tun.

In der Liebe gibt es kein Recht aufeinander. Sie ist, wie die Freundschaft, ein freies Geschenk, das jeden Menschen beglückt und stärkt. Beide zusammen – Liebe und Freundschaft – sind die größten Kräfte für ein erfülltes Leben. Mein Mann und ich haben in fast 40 Jahren die verschiedenen Stufen erfolgreich durchlaufen. Heute kann ich sagen, dass wir glücklich sind, was unserer Partnerschaft auch in psychischer Hinsicht eine große Stabilität verleiht. Möge auch Ihnen diese Übung gelingen!

Heide Nullmeyer



(Literatur: „Die Kunst als Paar zu leben“ – Hans Jellouschek)
(Die Autorin ist Diplompsychologin und Filmemacherin. Ihr neues Buch: „So wird es kommen“-Höchstpersönliches aus einem Frauenleben und der Welt des Fernsehens – ist bei tredition erschienen und kostet €16,99)

Warum ich Single geblieben bin

Ursprünglich wollte ich nach der Schule als au pair nach England und Frankreich, um die Sprachen (Englisch und Französisch) besser zu lernen. Mein Vater meinte allerdings, dass ich in einen „ordentlichen“ deutschen Haushalt und in die Berlitz School gehen solle. Das war ja aber nicht das, was ich wollte. Also machte ich eine Lehre als Reiseverkehrskauffrau, was ich nie bereut habe.

Um es meinem großen Bruder gleich zu tun, wollte ich unbedingt nach der Lehre das elterliche Haus verlassen, um auf eigenen Füßen zu stehen. Nach sechs Monaten, die ich als „Dankeschön“ noch in der Firma blieb, verschlug es mich nach München. Von zu Hause konnte ich keine finanzielle Unterstützung erwarten. Mit DM 375,- netto und einem Zimmer zur Untermiete von DM 90,- blieb nicht viel zum Leben wie Essen usw. übrig. Die letzten 10 Tage im Monat gab es nur noch trockene Semmeln. Durch eine Freundin lernte ich den „Hahnhof“ kennen. Ein Glas Wein für 90 Pfennig und so viel Brot – meistens haben wir es mit Senf bestrichen – wie wir wollten. Es war trotz einiger Entbehrungen eine schöne Zeit.

Eines Tages im Freibad beobachtete ich, wie ein Farbiger angepöbelt wurde. Als ich ihm zu Hilfe ging, merkte ich, dass er kein Deutsch sprach. Er führte mich zu seinem Studienfreund. Der gefiel mir auf Anhieb. Da auch er gerne tanzte, gingen wir hin und wieder ins „Orlando di Lasso“, wo Livemusik gespielt wurde. Durch seine Jobs neben dem Studium hatte er etwas Geld, so dass wir die ganze Nacht bei einer Flasche Wein tanzten. Irgendwann wurde aus der Freundschaft mehr. Wir verbrachten eine schöne Zeit. Dann meinte er, dass wir heiraten sollten und eröffnete mir gleichzeitig, dass er schwul sei. Ich war fassungslos und er meinte, es sei doch egal, ob er mich mit einer Frau oder einem Mann betrügen würde. In den jungen Jahren wollte ich nie betrogen wer-

den. Ziemlich naiv von mir. Jahre später habe ich erst begriffen, warum er heiraten wollte.

Wir hatten trotz allem Kontakt bis zu seinem Tod. Er war nach Berlin gezogen, wo alles liberaler war. Dort konnte er sein Leben genießen und starb elendig mit 50 Jahren an Aids. Nach dieser Erfahrung hatte ich von Männern genug.

Dann lernte ich einen sehr charmanten Herrn kennen, der über unser Reisebüro die Flugtickets für seine Firma bestellte und auch abholte. Dann lud er mich mit meiner Kollegin auf einen Wein ein. Da hat es wieder mal bei mir gefunkt. Da er hin und wieder auch sonntags Zeit hatte, bin ich ja nie auf die Idee gekommen, dass er verheiratet sein könnte. Zu der Zeit hatte er eine Krise mit seiner Frau und lebte vorübergehend bei seiner Mutter.

Wie es dann so ist, wurde ich schwanger. Nun stand ich vor einer großen Entscheidung. Wieder zurück nach Rotenburg zu meiner Mutti (Papi war schon verstorben) oder eine Unterbrechung. Ich entschied mich für letzteres. Herbert war damit nicht einverstanden, hat mich jedoch finanziell unterstützt. Er war ja wieder zurück zu seiner Familie und hatte letztlich 4 Kinder. Auch diesen Kontakt haben wir bis zu seinem Tod gepflegt.

In dem selben Jahr, in dem ich Herbert begegnete, lernte ich – wieder übers Büro (ich hatte die Stelle gewechselt da DM 50,- mehr Gehalt) – einen Griechen kennen. Er war unser Agent auf Rhodos. Michail war sofort in mich verknallt. Ich fand ihn nett.

Jedes Jahr kam er nach München und war so verliebt. Irgendwann fragte er mich, ob ich schon im Urlaub war, was ich verneinte. Er lud mich ein, mit ihm zusammen nach Rhodos zu fliegen – es war bereits November. Ich verbrachte sehr schöne 14 Tage. Wir waren öfters bei seiner Familie, machten Ausflüge und wenn er arbeitete,

ging ich ans Meer zum Sonnen und Baden. Da hatte auch ich Feuer gefangen.

Nun gingen Briefe hin und her. Auch Telefonate fanden statt. Doch das war jedes Mal eine große Herausforderung, da man viel Geduld haben musste. Von Deutschland aus ging es etwas leichter. Umgekehrt war es wirklich mühselig. Um eine freie Leitung zu bekommen, musste ich oft 30 – 60 Minuten die Wählscheibe betätigen. So entschloss ich mich, zum Arbeiten nach Rhodos zu gehen. Die ersten Monate wohnte ich im Hotel, wohin wir uns manchmal nach 11 – 14-stündiger Arbeit einschlichen. Zu ihm konnten wir ja nicht ins Elternhaus.

Im November übernahm ich seine jährliche Akquisitionsreise nach Deutschland. Meinem Gefühl nach war die Aktion erfolglos – ich war ja weiblich. Ich rede hier von Ende 1960/Anfang 1970. Doch im Laufe der Saison kristallisierte sich heraus, dass mir doch einige lohnende Coups gelungen waren.

Zwischenzeitlich hatte ich eine spärlich eingerichtete Wohnung. Geld war nach wie vor sehr knapp – das Büro war im Aufbau. Schließlich hatte Michail die Rolle als Oberhaupt der Familie – insgesamt 8 Personen – mit 20 Jahren übernehmen müssen, da sein Vater ihm sein gesamtes Geld als Startkapital für das Reisebüro gegeben hatte.

Irgendwann merkte ich, dass Michail sich mehr und mehr zurückzog. Ich erfuhr, dass ich in seinem Leben nur an 3. Stelle stand – erst Büro und dann Familie. So entschloss ich mich, Ende der Saison wieder nach Deutschland zurückzukehren. Ich konnte wieder in dem Büro anfangen, in dem ich vor meinem Umzug nach Rhodos gearbeitet hatte. Der Katzenjammer war auf beiden Seiten. Dann meinte Michail plötzlich: Komm her wir heiraten. Ich stellte ihm 3 Bedingungen:

1. Du holst mich ab,
2. ich möchte nicht mit Deiner Familie unter einem Dach wohnen,

3. es wird sofort geheiratet.

Alle drei wurden nicht erfüllt:

1. Es war Putsch in Griechenland und er durfte das Land nicht verlassen,
2. kein Geld – somit keine eigene Wohnung,
3. er konnte nicht vor seiner Schwester heiraten.

Andere Sitten, andere Bräuche.

Ich verbrachte ein trauriges Weihnachtsfest. Silvester ging einigermäßen. Da erfuhr ich von einem mit Michail befreundetem Hotelier, dass er ein Techtelmechtel mit einer Frau aus dem Touristenbüro, die ihm beruflich sehr wichtig war, angefangen hatte. Ich stellte ihn vor die Wahl – entweder sie oder ich. Um ihm die Chance zur Entscheidung zu geben, bin ich für eine Woche in ein Hotel auf Rhodos gezogen. Unverrichteter Dinge flog ich wieder nach Deutschland zurück.

Er hat drei Kinder mit der Frau, von der er – viel zu spät – wieder geschieden ist.

Sein zwischenzeitlich sehr gut florierendes Reisebüro wurde förmlich von der Familie zerstört, so dass er jetzt bei seiner Mutter lebt.

Ich bin die Jahre – trotz Trennung – öfter dort hingeflogen. Im Büro half ich bei komplizierten Dingen aus. Als ich von seiner Hochzeit über Dritte erfuhr, meinte er:
- Ja, ich habe geheiratet,
- ich habe Fehler gemacht
- und Fehler müssen bezahlt werden.

Bei der Gelegenheit erfuhr ich, dass sein Vater über mich als „Putana“ – also Hure – sprach. Später erfuhr ich viel über die Ehe und Kinder vom Vater – der mich später liebte – und seiner Mutter, die mich immer noch liebt. Michail hat zutiefst sein Verhalten mir gegenüber bedauert und liebt mich heute noch mehr als damals. Wir haben weiterhin noch Kontakt.

Somit verlief mein Leben ganz anders als es seinerzeit wohl vorgesehen war. Durch meinen Beruf, der gleichzeitig mein Hobby war, hatte ich ein sehr bewegtes Leben.

Ich bin öfters umgezogen und habe dabei die Vielseitigkeit der Reisebranche kennengelernt. Die interessanteste Zeit war in den 80er Jahren, wo ich bei einem Schiffsreiseveranstalter angestellt war. Dort habe ich eine Pionierarbeit geleistet, die von vielen Veranstaltern übernommen wurde. Mit 56 Jahren wurde ich sogar noch abgeworben. Da ich mit meinem „Job“ verheiratet war, habe ich nach meinem offiziellen Renteneintritt weitere 10 Jahre als Reisebegleiterin gearbeitet. Seit den letzten 10 Jahren bin ich beim Weißen Ring in der Opferhilfe tätig.

„Meine“ Kinder und Enkel wurden mir durch meine Geschwister geschenkt. Da keiner hier wohnt, ist ein reger telefonischer und durch Besuche auch persönlicher Kontakt entstanden. Es ist doch schön, eine große Familie zu haben. Meine Schwester und mein Bruder leben in Rotenburg, wohin ich nach langer Zeit wieder gezogen bin.

Elke



Unsere Beziehung zur Natur

Natur – was ist das?



Vielen von uns fallen vielleicht Wälder, Felder und Wiesen ein, die Heide, der Ozean oder eine Seenlandschaft. Und ja, bei allen aktuellen Problematiken, die sich um Umweltschutz, Land- und Forstwirtschaft ranken, scheinen es diese und ähnliche Lebensräume zu sein, die wir als Kontrast zu unserer nicht-natürlichen Umgebung so wohltuend natürlich wahrnehmen. Wie zum Beispiel den Wald.

„Was fällt dir zum Thema Wald ein?“, fragte ich die Schüler einer zehnten Klasse. Die Antworten waren fast ausschließlich positiv: Ruhe und Entspannung, es riecht dort so gut, Abstand von der Hektik, tolle Motive für Fotos, Raum für Pfadfinder-Abenteuer. Lediglich eine Schülerin äußerte, dass sie es manchmal „unheimlich“ fände im Wald.

Evolutionstechnisch ist unsere Verbindung zum Wald uralte. Wir haben sehr lange Zeit in riesigen Urwäldern gelebt – Wald liegt uns also gewissermaßen im Blut. Leider haben wir die Urwälder im Interesse von Wärme (Feuerholz), Ackerbau und Viehzucht Stück für Stück ins Jenseits befördert. Unsere Vorfahren hatten wohl nicht die Wahl, sich Gedanken um ihre Beziehung zum Urwald zu machen. Sie brauchten ihn einfach. Oder sie glaubten, Felder dringender zu brauchen.

Mittlerweile handelt sich bei unseren Wäldern fast ausschließlich um „Plantagen“, die nach wirtschaftlichen Grundsätzen bearbeitet werden⁹. Das klingt nicht sehr „natürlich“ und ist es sicher auch nicht – zumindest nicht im Sinne eines funktionierenden Ökosystems.

Dennoch kann ich heute im Forst Erholung suchen, kann in den Duftcocktail eintauchen, von Kiefern gereinigte Luft¹⁰ tanken, den Boden spüren, mich erden. Ich kann Verbundenheit zu den Lebewesen aufbauen, die mich umgeben, zu Men-

schen, Tieren, Pflanzen und Pilzen. Selbst den Mikroorganismen im Boden kann ich einen dankbaren Moment widmen.

Der kulturell alte Grundsatz des Schamanismus legt nahe, dass auf der Erde alles miteinander verbunden ist. Wie ist es um dieses Verbundenheitsgefühl bestellt? Wie respektvoll gehe ich mit „meinen“ Pflanzen und pflanzlichen Nahrungsmitteln um? Wie bedacht konsumiere ich Lebensmittel, die tierischen Ursprungs sind? Wie bedacht und nachhaltig konsumiere ich generell, im Hinblick auf die natürlichen Ressourcen unserer Erde? Diese Fragen wird jede¹¹ für sich selbst beantworten müssen.

Für das Pflanzenreich regt sich aktuell verstärktes Interesse. Es wird erforscht, wie Pflanzen ihre Umgebung wahrnehmen. Wenn auch die naturwissenschaftlichen Experimente an diesen Lebewesen empfindsame Leserinnen abstoßen mögen – es tritt Erstaunliches zu Tage: „Pflanzen nehmen die Welt um sie herum intensiv wahr. Sie sind sich ihrer visuellen Umgebung gewahr, sie unterscheiden zwischen rotem, blauem, dunkelrotem und ultraviolettem Licht und reagieren entsprechend. Sie nehmen die Gerüche in ihrer Nähe wahr und reagieren auf winzige Mengen flüchtiger Substanzen in der Luft, die sie umweht. Pflanzen wissen, wann sie berührt werden, und können verschiedenartige Berührungen unterscheiden. Sie nehmen die Schwerkraft wahr und können ihre äußere Gestalt ändern, um sicherzustellen, dass ihre Triebe nach oben und ihre Wurzeln nach unten wachsen. Und Pflanzen kennen ihre Vergangenheit: Sie erinnern sich an zurückliegende Infektionen und an schwierige Bedingungen, mit denen sie fertig geworden sind, und modifizieren ihre aktuelle Physiologie aufgrund dieser Erinnerungen.“¹²

Werden diese und weitere Erkenntnisse sich auf unsere Beziehung zu unseren

Mitgeschöpfen auswirken? Hoffentlich. Die erstaunlichen Schlussfolgerungen mahnen zumindest zu Respekt.

Am Beginn einer jeden Beziehung steht das bewusste Wahrnehmen des Gegenübers. Wie bewusst wende ich mich den Pflanzen in meiner Umgebung zu? Die dem Artikel beigefügten Waldfotos sind für mich schöne Antworten auf diese Frage. Der Schüler Alex Steier schaut genau hin und setzt Details wirkungsvoll und ästhetisch in Szene.

Ich wünsche uns allen eine gesunde, auf Respekt und Liebe basierende Beziehung zur Natur. Sie wäre meiner Meinung nach

ein Schlüssel zur Lösung unzähliger aktueller Probleme.

„Wenn Sie also das nächste Mal wieder durch einen Park schlendern, halten Sie einen Augenblick inne und fragen Sie sich: Was sieht der Löwenzahn auf der Wiese? Was riecht das Gras? Berühren Sie die Blätter einer Eiche in dem Wissen, dass sich der Baum an die Berührung erinnern wird. Aber er wird sich nicht an Sie erinnern. Sie hingegen können sich an diesen besonderen Baum erinnern und die Erinnerung an ihn bewahren.“¹³

Christa Kettenburg

Fotos (Instagram: alex.steier)



9 Peter Wohlleben, *Das geheime Leben der Bäume*, Ludwig Verlag München 2015, Seite 209 10 ebd., Seite 142. Hier wird die Arbeit von Boris Tokin zitiert: Er beschreibt, dass Kiefern mit Hilfe von Phytonzide genannten Stoffen die sie umgebende Luft fast keimfrei machen.

11 Die weibliche Form wird stellvertretend für alle Geschlechter benutzt und schließt selbstverständlich alle anderen ein. ;-)

12 Daniel Chamovitz, *Was Pflanzen wissen*, Carl Hanser Verlag München 2017, Seite 206f. 13 ebd., Seite 212

Stück für Stück

Lieben, verlieren, erheitern
 Bezwingen, erreichen
 und doch scheitern
 Machtvoll ergossen,
 ganz weich im Werden
 Gezügelt, erfroren
 in bereichertem Dasein

Gewollt, gespürt, vertrieben
 Verziehen, gesammelt
 und doch geblieben
 Allseits Gefühle,
 ganz fragend mit Vorsicht
 Vermittelt sehnsüchtig
 die reisende Heimat

Begehren, verzieren, unbeschwert
 Verblendet, gestolpert
 und doch unversehrt

Gütig betrogen,
 ganz leise im Wachstum

Das Leben ein Wandel –
 Stück für Stück

Jana Schramm

Beziehungen zwischen Mädchen heutzutage – Ein komplexes Thema

Welche speziellen Verbindungen pflegen junge Mädchen? Das ist im Grunde genommen eine gute Frage, die nicht unbedingt leicht zu beantworten ist. Denn wir Mädchen händeln einander durchaus unterschiedlich. Gerade weil das so ist, lohnt es sich genauer nachzuhaken.

Aus reinem Interesse habe ich also einmal die „weibliche Bevölkerung“ meiner Klasse nach ihrer Meinung befragt. Dabei bin ich insgesamt zu einem Ergebnis gekommen, was sehr erfreulich ist. Vertrauen, Schutz, Geborgenheit und Heimisches legen die Grundbasis für eine harmonische Freundschaft und ein einmaliges Zusammenleben. Im Kreise unserer Clique ist beinahe nichts zu peinlich und die Gewissheit, dass wir füreinander da sind und jederzeit zur Seite stehen, liefert ein beschwingtes Gefühl. Irrelevant ist, welche Fehler gemacht wurden oder gemacht werden oder welche Probleme und Hindernisse sich über den weiteren Weg verstreuen. Natürlich ist es unvermeidbar, dass

auch einmal Meinungsverschiedenheiten und Streit, statt Wohlwollen dominieren. Allerdings gehört das zum innerlichen Wachsen dazu und stärkt sogar oft noch das Bündnis. Wir teilen Geheimnisse, was uns oftmals zusammenschweißt, genauso wie das Ausschütten eines schweren Herzens bei Stress und Kummer. Gerade Liebeskummer oder familiäre Keilereien verlangen nach einer ordentlichen Packung Taschentücher und den treuen Mädels! Manchmal braucht es auch nur eine banale Sache, um uns zum Lachen zu bringen. Aus persönlicher Erfahrung kann ich nur sagen, dass es sein kann, was immer es will. Rülpsen, Selbstporträts als krumme Strichmännchenzeichnungen oder die ulkige Aussprache in Französisch. Ja, so sind wir. Manchmal ein wenig kompliziert, doch trotzdem noch wir. Während Jungs sich stattdessen dem Sachlichen widmen und demnach Unterhaltungen darüber führen, könnte man sagen, dass wir Mädchen im Allgemeinen uns viel und gerne mit dem Zwischenmenschlichen

beschäftigen. Besonders Computerspiele oder das neueste Handy stellt zuhauf den Mittelpunkt einer Jugenddomäne dar. Dies ist nicht unbedingt der Gesprächsstoff, der eine erhebliche Wichtigkeit für Mädchen ausübt. Vielleicht ist es ja genau dann viel interessanter, was die eine der anderen schon wieder an den Kopf geworfen hat oder wann der nächste ‚Shoppingausflug‘ sowie ‚Mädelsabend‘ aussteht. Dazu lässt sich aber noch sagen, dass es auf jeden Fall Ausnahmen gibt, zu welchen wir weiter unten kommen werden. Ich würde lügen, wenn ich sagen würde, dass Mädchen und Jungen ohne einander besser auskommen.

Ein gutes Zitat besagt: „Jungen nehmen meist ihr Spielzeug auseinander. Mädchen reden mit ihm.“

Demnach kann man auch davon ausgehen, dass mehr Feingefühl und Verständnis im normalen Umgang unter Mädchen aufgebracht werden. So wie eine gut angesiedelte angenehme Ruhe zur Scho-



nung anderer Gehöre im Unterricht. Über schlechte Tage wird eher hinweggesehen und sich gelegentlich sogar mit aufgeregt. Was bedeutet das also nun für die männlichen Teilnehmer dieser Analyse? Dort, wo die Mädchenzunft alleine endet, entspringt ein neuer Knotenpunkt für Kontaktknüpfun-gen und Freundschaften. Gerade weil Frauen und Männer oder Jungen und Mädchen sich charakterlich, als auch verhaltenstechnisch unterscheiden können, bietet diese Verschiedenheit eine willkommene Abwechslung. Denn schließlich möchte ich auch niemanden in eine Schublade stopfen. Wo Mädchen sachbegeistert sind, können Jungs enormes Feingefühl besitzen, was aber auch wieder auf individuelle Eigenarten zurückzuführen ist. „Ein Jeder zählt, ein jeder ist einzigartig“ lautet das Leitbild der Fintauschule. Dies kann ein ständiger Lebensbegleiter, auch im Hinblick auf Gemeinsamkeiten im Wesen, sein.

Zu welchem Schluss kann man also letzten Endes kommen?

Mädchen an sich heutzutage, wie auch in der Vergangenheit, halten im Freundeskreis zueinander und stützen sich gegenseitig, sollte es Ungereimtheiten geben. Was einige andere anscheinend trotzdem nicht davon abhält einen unerbittlichen Krieg gegen uns zu führen. Hütet euch! Wir sind und bleiben, ebenso wie jedes andere Lebewesen auf diesem Planeten, einzigartig. Unsere Bindungen untereinander stellen einen unersetzlichen Aspekt unseres Lebens dar, der unangefochten besteht. Auch durch die genauere Beleuchtung von Jungen und Mädchen in „Kontakt“ und ihrer diversen Unterschiede, konnte dieses wichtige Thema auf den Punkt gebracht und erklärt werden. Wir Mädchen und Jungen leben in den häufigsten Fällen gerne „zusammen“, doch schätzen wir gleichermaßen den Rückzug in unsere Gruppe und die kleinen Unterschiedlichkeiten in unserer Natur.

Von Isabell Vorwerk (15 Jahre)

Ein alter Brief

Ein alter Brief, mit halbverblassten Lettern,
der jahrelang in einer Lade schlief,
beginnt sich unerwartet aufzublättern
weil ihn versehentlich sein Name rief.

Er kriecht heraus, aus seiner finstren Bleibe
Und rückt dem Adressaten auf den Leibe.
Er flattert und er schnattert,
er zwacket ihn und hacket,
er springt auf seinen Schoß
und lässt ihn nicht mehr los.

Einst Liebesbrief, so gibt er sich jetzt nüchtern
Und eher cool – im klaren Diskutieren.
Spricht mit Vernunft und nicht wie damals schüchtern,
zeigt sich gereift und möchte nicht brüskieren.

Um seiner faden Lage zu entgleiten
Kroch er heraus, aus längst vergangenen Zeiten.
Jetzt schmeichelt er und streichelt,
er mustert und er plustert
und drängt sich auf den Schoss.
Und wird ganz riesengroß.

Johanna Anthor



waagerecht

1 häufiges Ende einer Beziehung **12** passen hinter Land, Gold und Bleistift (Mz.) **13** neudeutsche Begrüßungsformel **14** zeigt wo´s langgeht (Kurzform) **15** passt vor machen, kommen und fallen **16** Linien auf Wetterkarten **20** bei Verliebten meist beschleunigt **21** Verschlüsselung, wird mit **38** waagerecht hustenreizstillend **23** auf lateinisch 499, auf englisch Personalausweis (Abk.) **24** der italienische **25** seine Staatssymbole sind der Bienenkorb, die Möwe, die Kirsche, der Allosaurus und ein Colt **26** Beziehungsversprechen: stets die zu sein **27** berühmt für seine Krabben **28** ideale Beziehung = Zusammenhalten in guten und schlechten **29** Baltin **30** Bedeutung des sapiens beim Homo **32** berauschendes Lysergsäurediethylamid (Abk.) **35** Schule mit freiwilliger Nachmittagsbetreuung (Abk.) **36** weibliche Hälfte eines berühmten Liebespaares **37** Nachfolger des Donnerbalkens (Abk.) **38** coole Präposition **39** Papiere, die mit F zu Tatsachen werden **41** fast 30 cm im alten Rom **42** Anfang vom Ende mancher Beziehung **45** altpersische Stadt, gilt als eine der ältesten durchgehend besiedelten Städte der Welt **47** der lange Verschollene aus Nis Randers **49** die meisten passieren zuhause **51** Element 41, benannt nach der Mutter, die alle 14 Kinder durch Hochmut verlor **52** „maximal ... **55** deutsches h.c. **56** im TV als sprechendes Pferd oder Bowling-Anwalt bekannt (engl. Vorname) **58** ... symbiotische ... **59** Hausflur, der hinter wurd oder wand passt **60** distanziertes Du **61** ... Beziehung“ **64** Kennzeichen auf gefühlt fast jedem Wohnwagen **65** hochdeutscher Stubben **66** der Elefant, der aus der Schwebebahn fiel **68** Betriebssystem fürs iPhone **69** Unterkunft mit Frühstück **70** seine Engel sind gelb (Abk.) **71** Schulform von 6 bis 10 (Abk.) **73** Fischfänger, der seinen Kescher immer dabei hat **75** was haben Juli, Fuß, und Knoblauch gemeinsam? **76** ihr Korn ist gut fürs Bier, schlecht fürs Auge **77** usw. auf lateinisch (Abk.) **78** Kammer für Firmen im Ausland (Abk.) **79** Hartgummischeibe von 1 Zoll Höhe und 3 Zoll Durchmesser **81** Beiname des Renaissance-Künstlers Hans Baldung **82** d.h. auf lateinisch (Abk.) **83** Statussymbole der Superreichen (Mz.) **84** kurz für ohne Fleisch **86** in Rotenburg ist eine der Familie Cohn gewidmet **87** Fläche für Blumen oder Gemüse

senkrecht:

1 so dehnbar sind offene Beziehungen **2** französischer Freund **3** fünfhundertfünfundzwanzigtausensechshunderster Teil eines Jahres **4** Teilhabe-Prinzip für Werke-Bewohnende **5** Arbeit pro Zeit; gute Beziehungen sind davon unabhängig **6** nicht „out“ **7** Elementsymbol mit der Ordnungszahl 28 (Abk.) **8** manchmal soll sie vor Recht ergehen **9** Palindrom mit Seltenheitswert **10** solche Medien können sich sehen und hören lassen (Abk.) **11** nicht Trennendes in Beziehungen **13** Legalisierungsfeste für Beziehungen **17** altes Thailand **18** Mainaus direkte Umgebung **19** nicht Entzweiesendes in Beziehungen **20** Additionszeichen **22** Eigenschaft von Sonnenschein, Geschwätz und Fatzke **31** Zustimmung ohne **48** senkrecht **33** Treibender, passt hinter An, Vor oder Auf **34** Artikel (Ez. und Mz.) **37** fermentierter Rebensaft **40** früher wichtigstes oder sogar einziges Ziel einer Beziehung **41** englische Herzschläge (Mz.) **43** Alternative zu BE für Diabetiker (Abk.) **44** Daniel Kehlmanns Roman in neun Geschichten **46** Verschiedenheit-Antonym **48** ohne ihn wird eine Heirat rechtskräftig **50** solche sind lebenslang geistig **1** senkrecht **53** Nachbar von **7** senkrecht (Abk.) **54** wer sie ergreift, fängt an **57** ebenso lateinisch wie deutsch **61** eine Nachfolgerin der Han-Dynastie **62** ihr ist im TV regelmäßig eine Nacht gewidmet **63** feiner gradueller Unterschied (frz. Lehnwort) **67** daran erkennt man Autos, die aus Fulda kommen **69** niederdeutsche Gertrud **72** europäischer Zahlungsraum **74** das Innere von Zellen, Nüssen und Holz (Mz.) **75** Werkzeug, das hinter Loch, Rohr und Gebäck passt **76** Schwule (engl. Lehnwort) **80** Forensik (Abk.) **85** eine Trillion Byte (Abk.)

1	2	3	4	5	6		7	8	9	10	11
	12					13		14			
15				16	17		18			19	
	20					21			22	23	
24			25				26				
27						28					
29					30			31			
32	33	34	35			36					
37		38		39	40				41		
42			43	44				45			46
	47	48		49						50	
51		52	53				54			55	
56	57	58							59		
60			61	62				63		64	
65							66		67		
68			69					70			
71	72	73					74			75	
76							77			78	
	79			80	81						82
83							84	85			
86								87			

Auch diesmal findet sich an dieser Stelle ein Rätsel von Gisela Weiß-Jäger.

Viel Spaß beim Tüfteln!

Die Lösung bitte bis zum 28. Februar 2021 einsenden an:

Kerstin Blome
 Stadt Rotenburg (Wümme)
 Große Straße 1
 27356 Rotenburg (Wümme)

GESUNDHEIT



AUS WEIBLICHER SICHT

Liebe Leser*innen,

in der nächsten HELENE, die für das Frühjahr 2021 geplant ist, dreht sich alles um das Thema „Gesundheit“:

Wir werden uns u.a. mit der Frage beschäftigen, inwieweit unser Gesundheitssystem „männlich“ ist und welcher Zusammenhang zwischen Armut und Gesundheit besteht.

Zudem werden wir uns Aspekten wie „Ernährung“, „Sport“ und „Schönheitswahn“ widmen uvm.

Wie immer freuen wir uns über Leser*innenbeiträge:
kerstin.blome@rotenburg-wuemme.de

Redaktionsschluss ist der **28. Februar 2021**

Viele Grüße vom HELENE-Team!