



Hochschule für Angewandte Wissenschaften Hamburg
Hamburg University of Applied Sciences

Fakultät Wirtschaft und Soziales
Department Soziale Arbeit

Angewandte Familienwissenschaften (M.A.)

Gesellschaftliche Mütterbilder und ihr Zusammenhang mit dem subjektiven Stresserleben von Müttern

—

Erklärungsansätze und Handlungsstrategien

Master-Thesis

Karola Ranft

Tag der Abgabe: 14. Dezember 2020

Betreuende Prüferin: Frau Prof. Dr. Katja Weidtmann

Zweite Prüferin: Frau Dr. Sabina Stelzig-Willutzki

Inhaltsverzeichnis

Verzeichnisse	4
Abbildungsverzeichnis	4
Tabellenverzeichnis	5
1 Einleitung	6
2 Zur Situation von Müttern in Deutschland	8
3 Stress	10
3.1 Gegenstandsbeschreibung	10
3.2 Stressmodelle	16
3.3 Stress bei Müttern	19
4 Mütterbilder	22
4.1 Geschichte und Entstehung	22
4.2 Mütterbilder in unserer Gesellschaft	25
5 Zum möglichen Zusammenhang von gesellschaftlichen Mütterbildern und dem subjektiven Stresserleben von Müttern – Empirischer Teil	30
5.1 Quantitativer Teil	31
5.1.1 Forschungsdesign	31
5.1.2 Stichprobe	32
5.1.3 Erhebungsinstrument	34
5.1.4 (Statistische) Auswertung	38
5.1.5 Ergebnisse	41
5.2 Qualitativer Teil	52
5.2.1 Forschungsdesign	52
5.2.2 Interviewpartnerinnen und -setting	54
5.2.3 Das Leitfadeninterview	55
5.2.4 Auswertung	56
5.2.5 Ergebnisse	58
5.3 Analyse der Ergebnisse	69
5.4 Erklärungsansätze	76
6 Handlungsstrategien im Zusammenhang mit gesellschaftlichen Mütterbildern und dem subjektiven mütterlichen Stresserleben	79
6.1 Auf individueller Ebene	80
6.1.1 Prävention	81
6.1.2 Intervention	83
6.2 Auf gesellschaftlicher Ebene	85
7 Resümee	90

Literaturverzeichnis.....	94
Anhang	103
A – Online-Fragebogen	103
B – Übersicht über die Item-Namen.....	116
C – Auswertung der Items MB01_01, MB03_01 und MB01_02, MB03_02	125
D – Interviewleitfaden Frau Groß.....	126
E – Interviewleitfaden Frau Klein	128
F – Transkript Interview Frau Groß.....	130
G – Transkript Interview Frau Klein	142
Eidesstattliche Erklärung.....	154

Verzeichnisse

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1 Die drei Ebenen des Stressgeschehens ("Stress-Ampel").....	14
Abbildung 2 Transaktionales Stressmodell.....	16
Abbildung 3 Anforderungs-Ressourcen-Modell.....	18
Abbildung 4 Ergebnisse zu Item MB13.....	50
Abbildung 5 Ergebnisse zu MB01_01 und MB03_01.....	125
Abbildung 6 Ergebnisse zu MB01_02 und MB03_02.....	125

Tabellenverzeichnis

Tabelle 1 Kreuztabelle zur Zustimmung und Ablehnung zur persönlichen Kind- und Berufsorientierung	46
Tabelle 2 Kreuztabelle zur Zustimmung und Ablehnung zur wahrgenommenen Kind- und Berufsorientierung	46
Tabelle 3 Kreuztabelle zu Mütterbildern auf persönlicher und allgemein wahrgenommener Ebene	47
Tabelle 4 Persönliche Mütterbilder im Zusammenhang mit Stress und gesellschaftlichem Mütterstress.....	48
Tabelle 5 In der Allgemeinheit wahrgenommene Mütterbilder im Zusammenhang mit Stress und gesellschaftlichem Mütterstress	48
Tabelle 6 Kategorien der qualitativen Inhaltsanalyse	57

1 Einleitung

Das Phänomen Stress wird seit vielen Jahren immer präsenter in den Medien und im öffentlichen Diskurs. „Gravierende Veränderungen der Lebens- und Arbeitsverhältnisse [in den letzten Jahrzehnten] führen für viele Menschen zu einem Anstieg des chronischen Stresslevels“ (Kaluza 2018b, S. V), was wiederum negative Auswirkungen auf ihre Gesundheit zur Folge haben kann. „Stress gilt inzwischen als einer der entscheidenden auslösenden Faktoren für nahezu alle ernsten Erkrankungen sowie für fünf der sechs häufigsten Todesursachen.“ (Johnstone und Player 2019, S. 10)

Auch in Familien ist Stress zu einem immer relevanteren Thema geworden. „[V]iele Eltern in Deutschland [fühlen sich] im Erziehungsalltag gestresst“ (Hehl 2017, S. 107). Knapp 40 % der Eltern stehen dabei laut einer Forsa-Umfrage sehr häufig bis häufig unter Stress (KKH Kaufmännische Krankenkasse 2019). Insbesondere Mütter scheinen oft ein erhöhtes subjektives Stresserleben zu haben. So zeigen Befunde, dass Mutterschaft häufig mit einem verringerten mentalen Wohlbefinden einhergeht, insbesondere in Bezug auf Merkmale mit Stressbezug (Giesselmann 2018, S. 737ff.).

Diese Erkenntnisse lassen die Frage entstehen, warum Stress insbesondere bei Müttern, ein immer präsenteres Thema wird und welche Faktoren dabei eine Rolle spielen.

Mutterschaft scheint in unserer Gesellschaft ein hochrelevantes und viel diskutiertes Thema zu sein, wie verschiedene Veröffentlichungen nahe legen (vgl. z. B. Rosales 2020; Götz 2020). Manchmal scheint es dabei so, als sei die „Mutter [...] die letzte Fiktion unserer Zeit. Als würde eine Geburt aus Frauen in all ihrer Verschiedenheit nicht ebenso unterschiedliche Mütter machen, sondern einen Singular: die Mutter. Mit eingebauter Weichheit und erwartbarer Meinung, mit Opferwillen und Gefühlsüberschuss.“ (Kucklick 2013) Die deutsche Gesellschaft scheint in solche und weitere Mütterbilder verpackt, ein Sammelsurium verschiedener Erwartungen an „die Mutter“ zu haben, welche bei näherer Betrachtung gleichsam höchst komplex wirken (Diabaté 2015, S. 207).

Aufgrund dieser Beobachtungen stellt sich die Frage, ob ein Zusammenhang zwischen (diesen) gesellschaftlichen Mütterbildern und dem bereits beschriebenen erhöhten mütterlichen Stressempfinden bestehen könnte. Viele Forschungsarbeiten haben sich mit Stress bei Müttern und Eltern auseinandergesetzt (vgl. z. B. Schenk 2019; Asisi 2015; Tedgård et al. 2020; Franz et al. 2003), doch nur wenige Publikationen beleuchten einen möglichen Zusammenhang zwischen gesellschaftlichen Mütterbildern und dem subjektiven Stresserleben von Müttern (vgl. Kellner-Zotz 2020; Giesselmann et al. 2018). Aufgrund der vielfältigen negativen Konsequenzen, die durch ein permanent erhöhtes Stresslevel entstehen können, scheint es jedoch

unabdingbar sich mit diesem möglichen Zusammenhang weiter auseinanderzusetzen, um mögliche weitere Erklärungsansätze für subjektives mütterliches Stresserleben auf der einen und Handlungsstrategien zur Entlastung von Müttern, auch auf gesellschaftlicher Ebene, auf der anderen Seite herauszuarbeiten.

Ziel dieser Arbeit ist es deshalb, auf der einen Seite gesellschaftliche Mütterbilder zu beleuchten und ihren möglichen Zusammenhang mit dem subjektiven Stresserleben von Müttern zu erörtern und auf der anderen Seite Handlungsstrategien zur Entlastung von Müttern auf individueller sowie gesellschaftlicher Ebene herauszuarbeiten. Dabei sollen folgende Fragen beantwortet werden: Tragen gesellschaftliche Mütterbilder zum subjektiven Stresserleben von Müttern bei und wenn ja, wodurch? Wie kann diesem möglicherweise wahrgenommenen Stress auf individueller sowie gesellschaftlicher Ebene begegnet werden, um Mütter zu entlasten?

Es liegt bereits eine Fülle verschiedener Publikationen zu den jeweiligen Themenbereichen Stress (vgl. z. B. Kaluza 2018a, 2018b; Johnstone und Player 2019; Schenk 2019; Daneshpour 2017) und Familienleitbilder, Rollenbilder, Mütterbilder (vgl. z. B. Macha und Witzke 2008; Bigalke 2018; Gerlach 2017; Schneider und Diabaté 2020; Koppetsch und Speck 2015) vor. Zum möglichen Zusammenhang zwischen gesellschaftlichen Mütterbildern und dem subjektiven mütterlichen Stresserleben gibt es bisher jedoch nur wenig Literatur, sodass diese Arbeit dazu beitragen soll, die vorliegenden Erkenntnisse zu verdichten und zu ergänzen.

Um die beschriebene Forschungslücke zu schließen, sollen eigene Forschungen zu einem möglichen Zusammenhang von gesellschaftlichen Mütterbildern und dem subjektiven Stresserleben von Müttern angestellt werden. Für einen möglichst breiten Überblick über subjektives mütterliches Stresserleben und die von Müttern wahrgenommenen gesellschaftlichen Mütterbilder, wurde zunächst eine quantitative Online-Befragung durchgeführt. Diese bot die Möglichkeit, eine größere und heterogenere Stichprobe zu erreichen und allgemeinere Aussagen zum möglichen Zusammenhang zwischen gesellschaftlichen Mütterbildern und mütterlichem Stresserleben treffen zu können. Anhand der hieraus gewonnenen Ergebnisse wurden Interviewleitfäden für zwei Interviews mit Müttern entwickelt, um die Erkenntnisse zu vertiefen und die Frauen zu ihren individuellen Wahrnehmungen, Erklärungen und Empfindungen hinsichtlich der Fragestellung zu befragen. Abschließend wurden die Ergebnisse aus quantitativer und qualitativer Forschung und der vorhandenen Literatur miteinander verknüpft und analysiert.

Wie bereits aufgezeigt, ist mütterliches Stresserleben ein Themenfeld, das im Kontext unterschiedlicher Ursachen und Wirkungszusammenhänge gesehen werden muss. Gesellschaftliche Mütterbilder kommen sicherlich nicht als alleinige Ursache für mütterliches Stresserleben in

Betracht. Dennoch scheinen sie eine nicht zu vernachlässigende Wirkung darauf zu haben, wie auch die Studienergebnisse von Giesselmann (2018) und Kellner-Zotz (2020) nahe legen. Der Umfang dieser Arbeit lässt einen allumfassenden Überblick über die Stressoren, die bei Müttern zu Stresserleben führen können, nicht zu. Daher soll der Fokus auf gesellschaftlichen Mütterbildern und ihrem möglichen Zusammenhang mit dem mütterlichen Stresserleben liegen. Zudem eignet sich dieser Fokus insbesondere in Anbetracht der bisher geringen Forschungslage auf diesem Gebiet.

Zur Einführung in die Arbeit wird in Kapitel 2 kurz die Situation von Müttern in Deutschland im Allgemeinen skizziert. Zur besseren Nachvollziehbarkeit des möglichen Zusammenhangs von gesellschaftlichen Mütterbildern und dem subjektiven mütterlichen Stresserleben, erscheint anschließend eine Einführung in das Themenfeld Stress erforderlich. Kapitel 3 greift daher den Stressbegriff, zentrale Stressmodelle und den Blick auf die Zielgruppe der Mütter auf. In Kapitel 4 erfolgt eine Auseinandersetzung mit gesellschaftlichen Mütterbildern, ihrer Entstehung sowie mit Mütterbildern unserer heutigen deutschen Gesellschaft. Auf diese Grundlagenkapitel folgt in Kapitel 5 der empirische Teil. Zunächst werden Forschungsmethodik und Ergebnisse des quantitativen und qualitativen Ansatzes erläutert, vorgestellt und ausgewertet. Anschließend werden die Forschungsergebnisse im Hinblick auf die Forschungsfragen analysiert, um Erklärungsansätze für einen möglichen Zusammenhang von gesellschaftlichen Mütterbildern und dem subjektiven Stresserleben von Müttern abzuleiten. In Kapitel 6 werden schließlich verschiedene Handlungsstrategien zur Entlastung und Unterstützung von Müttern hinsichtlich ihres subjektiven Stresserlebens in Form von Prävention und Intervention auf der individuellen, sowie durch verschiedene Ansatzpunkte auf der gesellschaftlichen Ebene erörtert.

2 Zur Situation von Müttern in Deutschland

Um einen Überblick über die Zielgruppe der vorliegenden Arbeit zu bekommen, wird in diesem Kapitel zunächst die aktuelle Situation von Müttern in der Bundesrepublik Deutschland dargestellt. Daten und Fakten bilden die Grundlage, für ein besseres Verständnis der Lebenslage von Müttern in diesem Land.

„Im Jahr 2017 lebten in Deutschland rund 8 Millionen Mütter mit mindestens einem minderjährigen Kind im gemeinsamen Haushalt.“ (Statistisches Bundesamt 2019) Davon lebten etwa 5 Millionen Mütter mit mindestens einem Kind unter 10 Jahren und rund 740 000 mit

einem Säugling unter einem Jahr zusammen. Zu diesen Haushalten können weitere Personen wie ein weiterer Elternteil oder Geschwisterkinder kommen (Statistisches Bundesamt 2019).

2019 wurden in Deutschland rund 778 100 Babys geboren, was einer zusammengefassten Geburtenziffer von 1,54 Kindern pro Frau entspricht. Damit sind die Geburten pro Frau im Vergleich zum Vorjahr leicht gesunken (2018: 1,57) (Statistisches Bundesamt 2020b). Zudem sind Mütter bei der Geburt ihres ersten Kindes im Vergleich zu den Jahren davor zunehmend älter. Das durchschnittliche Alter der Frauen bei der Erstgeburt betrug im Jahr 2019 30,1 Jahre, 2009 lag es noch bei 28,8 Jahren. Das zweite Kind bekamen Mütter 2019 im Durchschnitt mit 32,2 Jahren und beim dritten Kind waren sie durchschnittlich 33,2 Jahre alt (Statistisches Bundesamt 2020b).

69 % der Mütter mit jüngstem Kind unter 18 Jahren waren 2018 erwerbstätig. Seit 2006 (60 %) ist ihre Erwerbsbeteiligung kontinuierlich gestiegen. Dabei arbeiteten Mütter 2018 im Mittel 26,7 Stunden wöchentlich während es 2006 noch 24,7 Stunden wöchentlich waren. Der größte Anstieg hat sich im Bereich der großen Teilzeit (28 bis 36 Stunden pro Woche) ergeben (15 % 2006, 24 % 2018). Der Anteil der Mütter in Vollzeit-erwerbstätigkeit stagnierte jedoch in diesem Zeitraum bei rund 25 % (BMFSFJ 2020b, S. 12). Der Anteil der Mütter, die mit mindestens einem Kind zwischen 6 und unter 18 Jahren und in einer Partnerschaft lebten und zudem erwerbstätig waren, lag 2018 sogar noch etwas höher. So waren 78 % von ihnen erwerbstätig (Statistisches Bundesamt 2020a). Mehr als die Hälfte dieser Mütter arbeitete 2018 jedoch in Teilzeit (55 %) (Statistisches Bundesamt 2020a). Während die meisten Frauen mit dem Umfang ihrer Teilzeittätigkeit zufrieden sind, wünschen sich 25 % der Mütter mehr Stunden zu arbeiten (BMFSFJ 2012, S. 32).

Neben den Paaren mit Kindern leben in Deutschland 1,5 Millionen alleinerziehende Mütter und Väter, die ohne Partner*in mit ihren minderjährigen Kindern in einem Haushalt leben. In neun von zehn Fällen leben die Kinder bei ihren Müttern (BMFSFJ 2020a; Borgmann et al. 2018, S. 978). Von den alleinerziehenden Müttern mit mindestens einem minderjährigen Kind waren 2017 27 % ohne Beschäftigung, mehr als die Hälfte dieser Mütter war jedoch an der Aufnahme einer Beschäftigung interessiert. Den meisten standen dabei allerdings familiäre oder persönliche Hindernisse im Weg (Statistisches Bundesamt 2018).

Die Gruppe der Mütter in verschiedenen Familienformen macht einen großen Teil der deutschen Bevölkerung aus. Zu den hier beschriebenen 8 Millionen Müttern, die mit einem minderjährigen Kind im gemeinsamen Haushalt leben, müssen zudem noch alle die gedacht werden, die entweder nicht mit ihren Kindern in einem Haushalt leben oder die bereits erwachsene Kinder haben. Im nachfolgenden Kapitel wird aufbauend auf die hier beschriebenen Daten

zu Müttern in Deutschland zunächst der Stressbegriff ergründet und anschließend in Beziehung zu Müttern und ihrem Stressempfinden gesetzt.

3 Stress

Um zunächst einen Überblick über Stress im Allgemeinen, seine Entstehung, seine Ausgestaltung und seine Auswirkungen zu erlangen, widmet sich Kapitel 3.1 einer Gegenstandsbeschreibung von Stress. Daran anschließend werden zentrale Stressmodelle vorgestellt, die die Prozesse des Stressgeschehens veranschaulichen und später auf die Ergebnisse des empirischen Teils übertragen werden. Schließlich soll der Blick auf die Zielgruppe der Master-Thesis gelenkt werden. Welche Themen aus Lebens- und Arbeitswelt beeinflussen das Stresserleben von Müttern? Welche Formen von Stress tauchen bei ihnen auf und wie äußern sich diese? Die theoretischen Überlegungen sollen später das Fundament für die Auswertung der empirisch erhobenen Ergebnisse bilden.

3.1 Gegenstandsbeschreibung

Stress, eigentlich ein Begriff aus der Wissenschaft, ist zu einem Modewort geworden, das aus der Alltagssprache nicht mehr wegzudenken ist. Mit Stress wird in diesem Zusammenhang häufig ein Zustand von Hektik, Zeitdruck und Termindichte beschrieben (Siegrist 2015, S. 35). Gleichzeitig hat sich Stress zu einer Art Statussymbol gewandelt, das ein interessantes, vielseitiges und wichtiges Leben suggeriert (Schenk 2019, S. 6; Kaluza 2018b, S. 15). Das gestiegene öffentliche Interesse am Thema Stress erscheint einerseits erfreulich, ist es doch Ausdruck der „Bereitschaft vieler Menschen, Fragen ihrer Gesundheit bzw. Krankheit zunehmend in Zusammenhang mit ihrer persönlichen Lebenssituation und -gestaltung zu betrachten.“ (Kaluza 2018b, S. 15) Andererseits verliert der Stressbegriff durch den inflationären Gebrauch an Trennschärfe und Eindeutigkeit, was die Gefahr einer Bagatellisierung der potentiell gefährlichen Stressfolgen birgt (Litzcke und Schuh 2010, S. 2). Zudem gilt Stress als einer der entscheidenden Auslöser nahezu aller ernstesten Erkrankungen und ist laut WHO eine der großen Gesundheitsgefahren unserer Zeit (Johnstone und Player 2019, S. 10; Litzcke und Schuh 2010, S. 2). Eine tiefergehende Auseinandersetzung mit dem Stressbegriff und seiner wissenschaftlichen Bedeutung erscheint deshalb an dieser Stelle unabdingbar.

Das Wort Stress kommt ursprünglich aus dem Englischen und fand seine Verwendung in der Bezeichnung von „physikalische[n] Kräfte[n] bzw. Belastungen, die auf feste Körper einwirken und diese unter Umständen verformen.“ (Kaluza 2018a, S. 4) Erst in den 1940er

Jahren wurde der Begriff vom österreichisch-kanadischen Arzt und Biochemiker Hans Selye (1907–1982) erstmals auch in medizinischen und psychologischen Zusammenhängen genutzt (Litzcke und Schuh 2010, S. 6). Mit Stress beschrieb er eine unspezifische Reaktion des Körpers „auf jedwede Art von Belastung [...], die der Anpassung des Organismus an diese Belastungen dient.“ (Kaluza 2018b, S. 19) Er nannte diese körperliche Reaktion Allgemeines Anpassungssyndrom (AAS).

Diese körperliche Stressreaktion lässt sich zunächst als eine Art „Überlebensprogramm“ beschreiben, welches sich evolutionär für Situationen entwickelt hat, die kurzfristig (lebens-)bedrohliche Gefahren darstellen, wie beispielsweise die plötzliche Begegnung mit einem Raubtier. Unter solchen Umständen wird die so genannte Kampf-oder-Flucht-Reaktion aktiviert, die den Körper auf intensive körperliche Aktivität vorbereitet. Je nach Situation wird eine sofortige Kampf- oder Fluchtreaktion möglich, die das Überleben sichern soll. Die dafür nötigen körperlichen Funktionen wie beispielsweise Atmung, Herz-Kreislauf und Energiebereitstellung werden aktiviert, während die in der Situation weniger wichtigen Körperfunktionen wie beispielsweise Verdauung, Energiespeicherung und Sexualität gedrosselt werden. Dieses unspezifische Aktivierungsprogramm zur Bewältigung verschiedener, auch unbekannter, Situationen hat den Menschen schon früh zu einem evolutionären Vorteil gegenüber Lebewesen verholfen, die nach starren Verhaltensprogrammen handeln (Kaluza 2018a, S. 22; Zito und Martin 2016, S. 20).

Obwohl in unserer heutigen Gesellschaft die Gefahr, plötzlich einem Raubtier gegenüberzustehen, gering bis gar nicht vorhanden ist, sind wir stattdessen mit anderen Stressauslösern konfrontiert.

Stressauslöser, auch Stressoren genannt, sind unspezifische „Reize, die aufgrund ihrer Qualität, Intensität oder Dauer Anpassungsleistungen von Seiten der Person bzw. des Organismus erfordern, welche die Kapazität des Systems zu interner Regulierung (Homöostase) bis zu dessen Grenze herausfordern bzw. überfordern.“ (Siegrist 2015, S. 36; Pschyrembel 2017, S. 1737) Stressoren können dabei verschiedenster Art sein. So gibt es physische Stressoren wie Lärm, Hitze, Kälte, Nässe, Verletzungen, Krankheit oder Hunger, psychische Stressoren wie Prüfungen, Überforderung, Unterforderung, Versagensängste oder Zeitmangel und soziale Stressoren wie Konflikte, Isolation, Konkurrenz, Verlust oder Mobbing (Litzcke und Schuh 2010, S. 6). Bei den Stressoren wird zudem zwischen „daily hassels“ (alltäglichen Belastungen: zu viele Alltags- und Berufsanforderungen, Konflikte, Informationsüberfluss) und „major life events“ (kritischen Lebensereignissen: Tod des Partners, Geburt eines Kindes, Trennung, Arbeitsplatzwechsel) unterschieden (Lazarus und Folkman 1984, S. 12f.; Mathe 2005, S. 104;

Kaluza 2018b, S. 37; 42f.). Insbesondere soziale Stressoren sind häufig Auslöser für langanhaltende Stressreaktionen. Sie gefährden die Aufrechterhaltung selbstwertrelevanter Sollwerte und können zum Verlust zentraler Bedürfnisse in Form von Sicherheit oder Kontakt führen (Siegrist 2015, S. 36; Kaluza 2018b, S. 37). Die Ausbildung der Stressreaktion hängt dabei nicht von der Intensität oder Dauer des Stressors, sondern vielmehr von den Bewältigungsfähigkeiten und dem Adaptionsvermögen der einzelnen Person ab (Siegrist 2015, S. 36). Insbesondere drei Merkmale sind ausschlaggebend für die Auswirkungen des Stressors: „Wahrgenommene Kontrollierbarkeit des Stressors, Vorhersagbarkeit des Stressors [und] Überlastung durch den Stressor“ (Litzcke und Schuh 2010, S. 15).

Im Zusammenspiel zwischen Person und Umwelt sind „Schädigung/Verlust, Bedrohung und Herausforderung“, als die „drei wesentlichen stressrelevanten Beziehungen“ zu benennen. In diesem Zusammenspiel „beschreiben [sie] ein Kräftegleichgewicht, bei dem die Anforderungen der Umwelt die Fähigkeiten der Person beanspruchen oder übersteigen“ (Lazarus und Launier 1981, S. 214). Anforderungen können in diesem Zusammenhang extern (äußere Ereignisse) oder intern (erstrebenswerte Ziele, Werte) sein. Die Fähigkeiten der Person umfassen hingegen alle Eigenschaften, die diese dazu befähigen, den Anforderungen potenziell zu begegnen und diese zu bewältigen (Lazarus und Launier 1981, S. 226f.).

Die Stressreaktion selbst „bezeichnet zusammenfassend alle die Prozesse, die aufseiten der betroffenen Person als Antwort auf einen Stressor in Gang gesetzt werden.“ (Kaluza 2018b, S. 16) Sie lässt sich weiter in drei Ebenen unterteilen.

So findet die Stressreaktion auf körperlicher, behavioraler und kognitiv-emotionaler Ebene statt. Auf der körperlichen Ebene zeigt sie sich beispielsweise durch eine höhere Herzfrequenz, flache Atmung und erhöhte Muskelspannung. Der Körper wird aktiviert und Energie bereitgestellt. Die Stressreaktion auf der behavioralen Ebene ist von außen beobachtbar, sie umfasst das „offene Verhalten“. Darunter fällt zum Beispiel hektisches Verhalten, schnelles oder einsilbiges Sprechen, Betäubungsverhalten wie beispielsweise unkontrolliertes und vermehrtes Rauchen, Essen oder Alkoholtrinken, aggressives Verhalten gegenüber anderen und unkoordiniertes Arbeitsverhalten. Die kognitiv-emotionale Ebene beinhaltet demgegenüber das „verdeckte Verhalten“. Dazu zählen alle Gedanken und Gefühle, die durch die belastende Situation bei der betroffenen Person ausgelöst werden. Darunter fallen beispielsweise innere Unruhe und Nervosität, Gefühle von Wut oder Aggression, Gereiztheit, Versagensängste, Konzentrationsprobleme oder Denkblockaden. Die genannten Stressreaktionen auf den verschiedenen Ebenen können sich zudem gegenseitig aufschaukeln, sodass diese sich in Folge weiter verstärken oder verlängern. So kann beispielsweise die Wahrnehmung der aufkeimenden Angst

und Anspannung dazu führen, dass die Angst in der belastenden Situation zu versagen noch größer wird. Durch die Angst vor der Angst steigert sich die betroffene Person immer weiter in die stressbedingte Erregung hinein und verstärkt die Stressreaktion. In solchen Fällen spricht man dann von Symptomstress. Andersherum können sich die Stressreaktionen aber auch positiv beeinflussen. So kann ein Abbau der körperlichen Anspannung, beispielsweise durch Bewegung, gleichzeitig zu einem Abbau der negativen Kognitionen führen. Trotz unterschiedlichster Stressoren, ist die Stressreaktion selbst, abgesehen von möglichen unterschiedlichen Gewichtungen, immer die Gleiche (Kaluza 2018b, S. 16f.; Litzcke und Schuh 2010, S. 23; 26).

All diese Reaktionen, die bei Stress in der betroffenen Person ausgelöst werden (können), werden durch Prozesse auf physiologischer Ebene bewirkt.

Zu Beginn der Stressreaktion wird der Körper durch die Ausschüttung von Noradrenalin aus dem Nebennierenmark zunächst in Alarmbereitschaft versetzt. Die Aktionen des sympathischen Nervensystems werden gesteigert, der Spannungszustand der Gefäße und die Herzfrequenz steigen und der Körper wird auf die Kampf- oder Fluchtreaktion vorbereitet. Durch eine Aktivierung der Hypothalamus-Hypophysen-Nebennierenrinden-Achse wird Cortisol ausgeschüttet und es kommt zu weiteren Reaktionen, die den Körper auf erhöhte Anforderungen vorbereiten und die Bewältigung von Belastungen ermöglichen. Es wird Energie für Stoffwechselprozesse freigesetzt und die Durchblutung gesteigert. Der Körper hat so ein Maximum an Energie und Funktionsvermögen zur Verfügung. Auf kurzfristige Stressreaktionen folgt dann (im Idealfall) „eine Reaktionsumkehr in den [...] parasympathischen Bereich des autonomen Nervensystems mit Einsetzen der Erholungsphase.“ (Mathe 2005, S. 106; 105; Siegrist 2015, S. 36)

Ein weiterer Faktor der Stressreaktion sind die persönlichen Stressverstärker. Sie sind mitverantwortlich dafür, wie heftig eine Stressreaktion ausfällt beziehungsweise ob sie überhaupt ausgelöst wird. Persönliche Stressverstärker sind die eigenen Motive, Einstellungen und Bewertungen gegenüber einer Anforderung und den eigenen wahrgenommenen Bewältigungsfähigkeiten. Beispielhaft sind in diesem Zusammenhang Eigenschaften wie ein hohes Perfektionsstreben, Ungeduld oder die Unfähigkeit, eigene Leistungsgrenzen zu akzeptieren. Je unvertrauter, unvorhersehbarer oder unbeeinflussbarer eine Situation und je relevanter der betroffene Lebensbereich subjektiv eingeschätzt wird, desto wahrscheinlicher ist das Auslösen einer Stressreaktion. Ausschlaggebend dafür ist insbesondere die persönliche Bewertung der Situation im Hinblick auf ihre Bedeutung für das eigene Wohlbefinden und die Einschätzung der eigenen Bewältigungsfähigkeiten und -möglichkeiten (Kaluza 2018b, S. 17; 37; Lazarus und Launier 1981, S. 228) (s. dazu ausführlicher Kapitel 3.2).

Wirft man an dieser Stelle einen Blick zurück auf die beschriebenen Prozesse, lassen sich im Stressgeschehen drei Ebenen unterscheiden: Die Ebenen der Stressoren, der Stressreaktion und der persönlichen Stressverstärker. Gut sichtbar werden diese drei Ebenen in der sogenannten „Stress-Ampel“ (Abbildung 1) (Kaluza 2018b, S. 16):



Abbildung 1 Die drei Ebenen des Stressgeschehens ("Stress-Ampel") (Kaluza 2018b, S. 16)

Die Stressoren treten als äußere, belastende Situationen oder Bedingungen auf, die Stressreaktion entsteht aus der körperlichen und psychischen Antwort des Organismus auf die belastende Situation und die persönlichen Stressverstärker setzen sich aus den Motiven, Einstellungen und Bewertungen zusammen, mit denen eine Person einer potenziell belastenden Situation begegnet. Sie sind ausschlaggebend dafür, ob oder wie stark eine Stressreaktion ausgelöst wird und lassen sich somit als Bindeglied zwischen den äußeren Stressoren und der (inneren) Stressreaktion beschreiben (Kaluza 2018b, S. 15f.).

Ein Blick in den öffentlichen Diskurs zeigt: Stress ist zunächst ein eher negativ besetztes Phänomen (vgl. z. B. Spiegel 2019). Bei genauerer Betrachtung, wird jedoch deutlich, dass Stress in gewissem Maße und für gewisse Dauer auch positive Effekte besitzt und sogar nützlich und notwendig ist. Er kann also durchaus als angenehm und lustvoll erlebt werden und wirkt in gewisser Intensität leistungssteigernd und -motivierend. In diesem Fall wird er als Eustress bezeichnet. Solange sich die Phasen kurzfristiger Aktivierung mit Phasen der Entspannung abwechseln, ist Stress also nicht gesundheitsschädlich, sondern sorgt beispielsweise dafür, dass wir genügend Motivation aufbringen, um Dinge zu erledigen (Kaluza 2018b, S. 30; Johnstone und Player 2019, S. 15).

Wird der Stress jedoch chronisch, ohne dass dem Organismus Zeit für die Entspannungsphase bleibt, wird er einen schädlichen Einfluss auf die betroffene Person haben (s. auch

Stress-Ampel). Man spricht dann von sogenanntem Distress. Dieser kann aktiv sein, wenn bei geringen Kontrollchancen eine hohe Verausgabung gefordert wird oder passiv, wenn Stressoren erfahren werden, die eine aktive Kontrolloption ausschließen und somit zu Kontrollverlust führen (Siegrist 1995, S. 179; Pschyrembel 2017, S. 1737).

Stress kann negative, gesundheitsschädliche Folgen für die betroffenen Personen haben. Der Grund dafür besteht darin, dass die (körperlichen) Reaktionen auf Stress seit Urzeiten gleichgeblieben sind, während die Stressauslöser komplexer und langandauernder geworden sind. Die Stressoren führen heute häufiger zu einer Daueraktivierung, bei der die Erholungsphasen übergangen werden. Der Körper befindet sich so in kontinuierlicher Alarmbereitschaft. Die einst sinnvolle körperliche Vorbereitung auf Kampf oder Flucht ist in heutigen stressauslösenden Situationen zudem häufig nicht mehr problemlösend. Die bereitgestellten Energien werden nicht abgerufen und somit nicht abgebaut. Der Körper verbleibt in einem konstanten Erregungszustand mit gesteigerter Leistungsstärke, der bei überlanger Belastung zu einem Erschöpfungszustand führt. Durch diesen Zustand können physische und psychische Erkrankungen wie beispielsweise Bluthochdruck, die Verringerung der Abwehrkräfte, Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Depressionen entstehen (Pschyrembel 2017, S. 1738; Mathe 2005, S. 106; Litzcke und Schuh 2010, S. 23).

Doch Stress muss nicht zwangsläufig zu ernsthaften Erkrankungen führen. Um diesem entgegenzuwirken, gibt es verschiedene Stressbewältigungsstrategien. Ziele dieser sind „der konstruktive Umgang mit Stressoren und das Erlernen einer angemessenen und begrenzten Stressreaktion.“ (Pschyrembel 2017, S. 1737) Stressbewältigungsstrategien lassen sich verschiedenen Bereichen zuordnen. So können diese aus Entspannungsmethoden zur Reduzierung der (physischen) Anspannung oder aus einer kognitiven Therapie zur Umbewertung von Stressauslösern bestehen. Sie können auch aus dem Bereich des Selbstmanagements in Form von Zeitmanagement und Selbstreflexion kommen und in Form von unspezifischen Maßnahmen, die eine gesündere Lebensführung verfolgen, wie gesunde Ernährung und Sport, umgesetzt werden. Auf die verschiedenen Strategien soll in Kapitel 6 noch näher eingegangen werden.

Um ein noch umfassenderes Bild des Stressgeschehens zu erlangen, sollen im Folgenden einige der bisher beschriebenen Prozesse in Form von Modellen vorgestellt, erläutert und vertieft werden. Hierbei richtet sich der Blick insbesondere auf die Aspekte, die im späteren Verlauf der vorliegenden Arbeit noch relevant werden.

3.2 Stressmodelle

Nachfolgend sollen zwei Stressmodelle vorgestellt beziehungsweise genauer betrachtet werden. Diese Modelle bieten einen Überblick über die (individuellen) Prozesse im Stressgeschehen und ermöglichen im Verlauf der Arbeit eine Verknüpfung zu verschiedenen Ansatzpunkten aus den Bereichen der Prävention und Intervention.

Zunächst wird das transaktionale Stressmodell (s. Abbildung 2) des amerikanischen Psychologen und Emotionsforschers Richard S. Lazarus (1922-2002) begutachtet (Kaluza 2018b, S. 44).



Abbildung 2 Transaktionales Stressmodell (Kaluza 2018b, S. 44)

Es betrachtet Person und Umwelt nicht als zwei nebeneinander existierende Systeme, sondern vielmehr als in dynamischer, wechselseitiger Beziehung zueinander stehend (Lazarus und Folkman 1984, S. 293). Das „bedeutet für eine Person, dass sie etwas in ihrer Umwelt als bedeutsam für ihr Befinden bewertet, dass etwas sie herausfordert und Anforderungen stellt, sie zur Bewältigung benötigt.“ (Franzkowiak und Franke 2018) Nicht jede potenziell belastende Situation entwickelt sich also zum Stressor, sondern erst die individuelle Bewertung entscheidet maßgeblich darüber, ob und wie stark eine Stressreaktion ausgelöst wird. Personen sind ihrer Umwelt also nicht passiv ausgesetzt, sondern können sich aktiv in Beziehung zu ihr und ihren Anforderungen setzen. Anhand kognitiver Prozesse wie bewertenden Wahrnehmungen und Schlussfolgerungen übernehmen sie ihren eigenen Anteil am Stressgeschehen (Kaluza 2018b, S. 44).

Innerhalb des Modells lassen sich zwei Bewertungsvorgänge voneinander unterscheiden: Die primäre und die sekundäre Bewertung.

Die primäre Bewertung lässt sich als Bewertung der „Bedeutung [eines] Ereignisses für das Wohlbefinden der Person“ (Lazarus und Launier 1981, S. 233) zusammenfassen. Sie lässt sich in drei verschiedene Kategorien aufteilen. So kann die betroffene Person eine Situation als irrelevant, günstig/positiv oder stressend bewerten (Lazarus und Launier 1981, S. 233).

Die primäre Bewertung erfolgt mit Blick auf die persönlichen Sollwerte. Sollwerte umfassen in diesem Zusammenhang die im Lebensverlauf gesammelten, individuell ausgeprägten menschlichen Grundbedürfnisse wie beispielsweise Liebe, Autonomie und Sicherheit oder auch eigene Ansprüche an sich selbst. Oberstes Ziel einer Person ist es diese Sollwerte einzuhalten, um das eigene Wohlergehen und das eigene Selbstwertgefühl sicherzustellen. Sieht die Person einen ihrer Sollwerte in Gefahr, erfährt sie eine mögliche Soll-Ist-Diskrepanz und nimmt die Situation als stressend wahr. Stressrelevante Bewertungen lassen sich außerdem in die oben bereits beschriebenen Beziehungen oder Situationseinschätzungen Bedrohung, Herausforderung und Schaden/Verlust einteilen (Franzkowiak und Franke 2018; Kaluza 2018b, S. 44f.).

Die sekundäre Bewertung setzt sich mit den „verfügbaren Bewältigungsfähigkeiten und -möglichkeiten“ (Lazarus und Launier 1981, S. 233) einer Person auseinander. Eine erwartete oder bereits eingetretene Soll-Ist-Diskrepanz allein, ist nicht Grund für die Auslösung einer Stressreaktion. Erst wenn die betroffene Person ihre eigenen Fähigkeiten und Möglichkeiten als möglicherweise unzulänglich zur Bewältigung der Situation einschätzt, kommt es zu einer Stressreaktion, denn es ist zu diesem Zeitpunkt unsicher, ob die potenzielle Bedrohung, Herausforderung oder der potenzielle Schaden/Verlust überwunden werden kann (Kaluza 2018b, S. 45).

Primäre und sekundäre Bewertung laufen nicht zwangsläufig in chronologischer Reihenfolge ab, sondern können zeitlich überlappend oder in umgekehrter Reihenfolge stattfinden. Gleichzeitig unterscheiden sie sich nicht in ihrer Wichtigkeit oder Relevanz. Ihr wesentlicher Unterschied liegt in dem, was bewertet wird. Dabei können sie sich auch gegenseitig beeinflussen (Lazarus und Launier 1981, S. 238).

Im Verlauf des Bewertungsprozesses kann es auch zu Neubewertungen kommen, wenn zum Beispiel durch neue Informationen oder Überlegungen eine zunächst als bedrohlich wahrgenommene Situation aufgrund der vorhandenen Bewältigungsstrategien als Herausforderung eingestuft wird.

An den Bewertungsprozess schließt sich dann die eigentliche Bewältigungsphase, das Coping an (Franzkowiak und Franke 2018). Auf dieses soll in Kapitel 6 noch näher eingegangen werden.

Blicken wir auf die Ausführungen zum transaktionalen Stressmodell zurück, wird deutlich, dass Stress im transaktionalen Verständnis immer dann entsteht, „wenn eine subjektiv perzipierte Diskrepanz zwischen den Anforderungen einerseits und den eigenen Fähigkeiten und Ressourcen andererseits besteht.“ (Kaluza 2018b, S. 46)

Als zweites Modell soll an dieser Stelle das Anforderungs-Ressourcen-Modell (s. Abbildung 3) vorgestellt werden (Kaluza 2018b, S. 59).

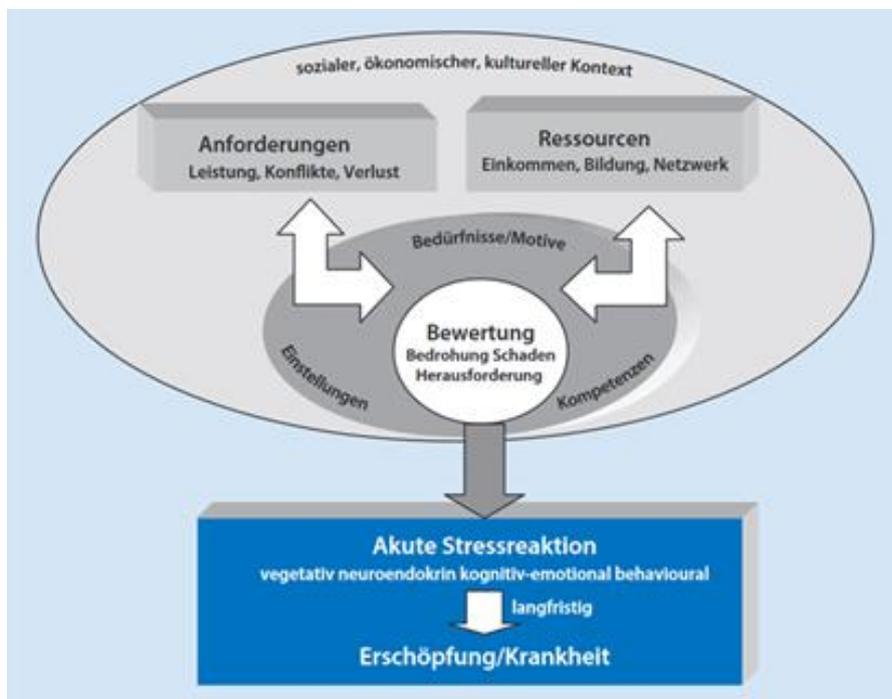


Abbildung 3 Anforderungs-Ressourcen-Modell (Kaluza 2018b, S. 59)

In Erweiterung zum transaktionalen Stressmodell liegt das Augenmerk hier noch stärker auf dem sozialen, ökonomischen und kulturellen Kontext einer Person, welcher als Quelle potenzieller Anforderungen und Ressourcen für das Individuum in Betracht gezogen wird.

Anforderungen und Ressourcen können sowohl interner als auch externer Natur sein. Externe Anforderungen können zum Beispiel aus dem beruflichen, familiären oder sozialen Umfeld stammen (z. B. Wunsch nach gemeinsamen Aktivitäten in der Partnerschaft), während interne Anforderungen aus den eigenen Bedürfnissen, Zielen, Werten, Normen und Erwartungen bestehen können (z. B. Nahrung, Schlaf, Bewegung, Selbstverwirklichung, Bindung, Sicherheit). Externe Ressourcen setzen sich demgegenüber aus sozialen, beruflichen, materiellen, gesellschaftlichen und ökologischen Gegebenheiten zusammen (z. B. soziale Stützsysteme, Arbeitsstelle, Einkommen, Bildungssystem, gesunde Nahrung), während intern physiologische und psychologische Ressourcen betrachtet werden (z. B. Fähigkeiten, Persönlichkeitseigenschaften und körperliche Fitness) (Blümel 2020; Faltermaier und Hübner 2019).

Das Individuum bewertet diese Anforderungen und Ressourcen im Hinblick auf ihre Relevanz für das eigene Wohlbefinden beziehungsweise ihre Eignung und Verfügbarkeit zur Abwendung oder Überwindung der Belastung. Dies geschieht, ähnlich wie im transaktionalen Stressmodell, „vor dem Hintergrund biografisch erworbener, individueller Vulnerabilitätsdispositionen und Protektivfaktoren“ (Kaluza 2018b, S. 58). Stellt es eine Soll-Ist-Diskrepanz fest, werden alle zur Verfügung stehenden Bewältigungsstrategien aktiviert, um die mögliche Bedrohung abzuwenden, die Herausforderung zu meistern oder den Schaden/Verlust zu überwinden (Kaluza 2018b, S. 58).

Das nachfolgende Kapitel wirft einen Blick auf Stress bei Müttern und soll einen ersten Überblick über die bisherigen Erkenntnisse liefern.

3.3 Stress bei Müttern

Stress bei Müttern ist ein hoch komplexes Thema. Wie zuvor beschrieben sind Stress und Stressempfinden sehr individuell und abhängig vom Zusammenspiel verschiedener Faktoren. Gleichzeitig ist die Gruppe der Mütter äußerst heterogen, sodass auch in diesem Bezug keine allgemein gültigen Aussagen getroffen werden können. Dennoch gibt es einige Erkenntnisse und Befunde, aus denen sich ein erster Überblick über das Themenfeld Stress bei Müttern ableiten lässt.

Eltern in Deutschland fühlen sich im Erziehungsalltag immer häufiger gestresst, stehen unter Druck und kommen an ihre Belastungsgrenzen. Zudem erleben sie ihre Kinder als belastender, als Eltern in anderen Ländern. Mütter erleben in diesem Zusammenhang noch stärkeren Stress als Väter und leiden immer häufiger an einem Erschöpfungssyndrom (Kellner-Zotz 2020, S. 73; Tedgård et al. 2020, S. 30; Diabaté et al. 2015a, S. 12). Insbesondere Mütter mit Kindern im Alter von vier bis sieben Jahren erleben ein erhöhtes Stressempfinden. In der Studie von Giesselmann et. al. (2018) berichtet insgesamt ein Viertel dieser Mütter von Veränderungen im Bereich der Merkmale mit Stressbezug. Vergleicht man diese Aussagen mit denen von Frauen vor der Mutterschaft, ergibt sich eine Steigerung in diesem Bereich von fast 50 % (Giesselmann 2018, S. 739). Alleinerziehende Mütter erfahren sogar noch häufiger Distress als Mütter in Partnerschaften (Franz et al. 2003, S. 61).

Das Familienleben, Familienformen und Geschlechterkonzepte haben sich im Verlauf der letzten Jahrzehnte verändert. Während es vor einiger Zeit noch üblich war, dass Frauen nach der Geburt ihrer Kinder zu Hause blieben und sich, bis diese groß waren, um Haushalt und Erziehung kümmerten, sind heute die meisten Mütter berufstätig (Kirsch 2014; Hehl 2017, S.

107). Diese Veränderungen scheinen eine nicht unerhebliche Rolle für das erhöhte Stressempfinden von Müttern zu spielen.

Eine Reihe verschiedener (potenzieller) Stressoren ist dabei ausschlaggebend für diese Entwicklungen im mütterlichen Stressempfinden. In verschiedenen Befragungen wurde deutlich, dass insbesondere der ständige Familieneinsatz und das „Dasein“ für die Familie von vielen Müttern als sehr belastend empfunden wird (Sperlich et al. 2011, S. 738; Otto 2014, S. 98). Ein weiterer Aspekt sind finanzielle Belastungen und jene Belastungen, die aus dem Haushalt und seiner Organisation resultieren. Gleichzeitig werden die (alleinige) Verantwortung für die Kindererziehung, auch von Müttern in Paarbeziehungen, und Erziehungsprobleme von vielen Müttern als belastend empfunden. Fehlende soziale Unterstützung und ungewollte Einsamkeit sind weitere Belastungsfaktoren. Zusätzliche Stressoren entstehen rund um die Berufstätigkeit. So werden die Unzufriedenheit mit der beruflichen Situation, berufliche Probleme und nicht zuletzt die mangelnde Vereinbarkeit von Familie und Beruf als belastend empfunden. Als weiterer Stressauslöser kommen die geringe oder gar fehlende soziale und gesellschaftliche Anerkennung, Wertschätzung und Bestätigung der geleisteten Familienarbeit hinzu. Gleichzeitig wird ein hoher Zeitdruck als sehr belastend empfunden. Aber auch innerfamiliäre Belastungsfaktoren wie Partnerschaftskonflikte und -probleme, Konflikte mit Familienangehörigen auch außerhalb der Kernfamilie, sowie Kinder mit Behinderung oder die Pflege von Angehörigen spielen eine Rolle. Gleichzeitig fehlen häufig Erholungsphasen und Selbstfürsorge und damit Zeit für die eigene Regeneration. Ein weiterer Stressor ergibt sich aus den hohen Ansprüchen an die eigenen Erziehungsstandards und die kindliche Förderung, häufig verknüpft mit einem Perfektionszwang. Diese sind nicht zuletzt geprägt durch die gestiegenen (gesellschaftlichen) Anforderungen an Erziehung und Karriereorientierung und die teils unklaren, ambivalenten und unerreichbaren gesellschaftlichen und sozialen Erwartungen an die Mutter(schaft) (Sperlich et al. 2011, S. 735; 738f.; Otto 2014, S. 98; Giesselmann et al. 2018, S. 31ff.; Müttergenesungswerk 2019; Kellner-Zotz 2020, S. 73; 75; Macha und Witzke 2008, S. 272; Tedgård et al. 2020, S. 30f.). Auf diesen letzten Stressor soll im Verlauf der Arbeit näher eingegangen werden, so dass Erklärungsansätze für diesen deutlich gemacht und Handlungsstrategien auf verschiedenen Ebenen aufgezeigt werden können.

In Folge der verschiedenen Stressoren können bei Müttern Gefühle von Überforderung, Ungenügendsein und Versagen auftreten, die häufig mit Schuld- und Schamgefühlen einhergehen (Sting 2007, S. 483; Kellner-Zotz 2020, S. 75; Macha und Witzke 2008, S. 272; Mundlos 2016, S. 64; 75). Zudem kann mütterlicher Stress zu negativen gesundheitlichen Folgen führen, wovon insbesondere die psychische Gesundheit betroffen ist. So kann es vermehrt zu

Depressionen und Ängsten kommen (Tedgård et al. 2020, S. 30; Jurczyk 2014, S. 127; Sperlich et al. 2011, S. 735; Kirsch 2014).

„Mütterlicher Stress wird [zudem] als stärkster Umwelteinfluss auf das Wohlbefinden des Kindes betrachtet“ (Asisi 2015, S. 69) und hat unter Umständen Auswirkungen auf die kindliche Entwicklung. Zusätzlich geht Stress mit eingeschränkten Erziehungskompetenzen einher und kann sich belastend auf die Mutter-Kind-Beziehung auswirken. Insbesondere externe Stressoren wie beispielsweise Belastungen im beruflichen oder sozialen Umfeld spielen hier häufig eine entscheidende Rolle (Diabaté et al. 2015a, S. 12; Asisi 2015, S. 31f.; Mundlos 2016, S. 75).

Auch die Partnerschaft leidet unter Stress. Alltagsstress geht häufig mit mangelnder Zeit füreinander einher. Wird dieser Zustand chronisch, so kann er zum Auslöser von Unzufriedenheit in der Partnerschaft, Partnerschaftsproblemen und sogar Trennung werden (Milek und Bodenmann 2017, S. 7).

Mütter und ihre Familien sind durch ein hohes Stressempfinden also vielfältigen Belastungen und Gefahren ausgesetzt, die sich individuell sehr unterschiedlich auswirken. Dennoch wird deutlich, dass Stress ein Thema ist, das für viele Mütter eine hohe Relevanz hat. Wichtig erscheinen daher Unterstützungsmaßnahmen, die Mütter mit hohem Stressempfinden entlasten können.

Mutter-Kind-Maßnahmen sind eine Form des Hilfsangebotes, bei dem belastete Mütter Unterstützung finden. Vergleicht man die Inanspruchnahme zwischen den Jahren 2000 und 2011, wird deutlich, dass sich die Zielgruppe verändert hat. Das Durchschnittsalter stieg in diesem Zeitraum von 34 auf 38 Jahre, außerdem hat der Anteil von Frauen mit höherer Bildung zugenommen. Auch die Erwerbsbeteiligung dieser Mütter ist in dem Zeitraum von 49 % auf 81 % gestiegen. Alleinerziehende und Mütter mit drei oder mehr Kindern waren im gesamten Zeitverlauf verglichen mit der Gesamtbevölkerung überproportional häufig in Mutter-Kind-Maßnahmen präsent, während der Anteil von Frauen mit geringer formaler Bildung im Zeitverlauf abgenommen hat (Otto 2014, S. 92). Diese Daten enthalten erste Hinweise auf die Gruppen der belasteten Mütter, jedoch weisen sie gleichzeitig auf die Gefahr hin, einzelne Gruppen aus dem Blick zu verlieren. Diesen Erkenntnissen soll im weiteren Verlauf der Arbeit Rechnung getragen werden.

Im nächsten Schritt sollen gesellschaftliche Mütterbilder näher beleuchtet werden. Die Einblicke in das vergangene Themenfeld Stress und das folgende Themenfeld der gesellschaftlichen Mütterbilder sollen in ihrer Verknüpfung im späteren Verlauf als Basis zur Interpretation der empirischen Ergebnisse dienen.

4 Mütterbilder

Das nachfolgende Kapitel wird einen Überblick über die Geschichte und Entstehung der Mütterbilder in Deutschland geben und anschließend tiefer auf die Mütterbilder in unserer heutigen Gesellschaft eingehen. Es dient als Grundlage zum besseren Verständnis des nachfolgenden empirischen Teils und zur Einordnung der Ergebnisse in bestehende Erkenntnisse.

In der Literatur lassen sich rund um das Thema Mütterbilder verschiedene Begrifflichkeiten finden. So ist in den unterschiedlichen Publikationen beispielsweise von „Mutterbildern“ (Friebertshäuser et al. 2007; Mundlos 2016), „Mutterleitbildern“ (Diabaté 2015) und „Rollenbildern“ (Mansfeld 2015) die Rede. Im Rahmen dieser Arbeit werden unter gesellschaftlichen Mütterbildern die „verschiedenen Normalitätsvorstellungen zur Lebensführung von Müttern“ (Diabaté 2015, S. 210) verstanden. Sie sind Ausdruck dessen, was in unserer Gesellschaft als „normal“, „gut“, „richtig“ und „wünschenswert“ gilt und grenzen sich gleichzeitig gegenüber „abweichendem“ Verhalten ab. Dabei haben sie einen Einfluss auf die Entscheidungen und das Verhalten von Müttern und Familien (Diabaté et al. 2015a, S. 11). Sie helfen Komplexität zu reduzieren und bieten Müttern durch relativ klare Vorstellungen des „Erwünschten“ und „Erreichbaren“ zentrale Orientierungen in ihrem Alltag (Schneider und Diabaté 2020, S. 1; Speck 2014, S. 35f.). An der Entstehung und Vermittlung von gesellschaftlichen Mütterbildern sind unterschiedliche Akteure wie Parteien, Kirchen, Personen des öffentlichen Lebens, Medien und der öffentliche Raum beteiligt (Diabaté et al. 2015a, S. 13). Gleichzeitig können sie je nach sozialem Milieu, Region und Kohorte zuweilen stark voneinander abweichen (Schneider und Diabaté 2020, S. 1). Häufig existieren innerhalb einer Gesellschaft deshalb konkurrierende Mütterbilder nebeneinander.

Wichtig erscheint in diesem Zusammenhang, dass Mütterbilder sowohl auf individueller als auch auf gesellschaftlicher Ebene existieren und Handlungsorientierungen bieten. Die beiden Ebenen beeinflussen sich dabei gegenseitig (Schneider und Diabaté 2020, S. 3).

4.1 Geschichte und Entstehung

„Mutterschaft ist ein sozialgeschichtliches Faktum. In die Bilder über Mutterschaft und Mütter fließen normative Konstrukte ein, die historisch entstanden sind und in unterschiedlichen sozialen Milieus variieren können.“ (Friebertshäuser et al. 2007, S. 186) Sie haben eine lange Tradition und sind je nach Kultur mit unterschiedlichen Eigenschaften verknüpft (Diabaté 2015, S. 207). Es handelt sich dabei also nicht um instinktgesteuerte Verhaltensweisen, sondern viel mehr um kulturelle Konzepte. Wäre dies nicht der Fall, wäre Mütterlichkeit physiologisch reguliert und würde mit dem Abstillen enden (Rendtorff 2007, S. 106). Mutterschaft und

Mütterbilder sind also immer abhängig von gesellschaftlichen Veränderungen und sozialem Wandel und wirken sich dementsprechend in unterschiedlicher Weise auf die Mütter zu verschiedenen Zeiten aus. Zudem sind die aktuellen Mütterbilder immer auch ein Spiegel ihrer Zeit und lassen insbesondere auf die vorherrschende Geschlechterordnung schließen (Friebertshäuser et al. 2007, S. 187f.; Nave-Herz 1997, S. 5).

In der westlichen Kultur entstanden die ersten Mütterbilder Ende des 18. Jahrhunderts mit den pädagogischen Konzepten der Aufklärung und ihren Leitfäden zur Erziehung. Die damit einhergehende zunehmende Pädagogisierung, Medikalisierung und Psychologisierung der Erziehung führten damals zur Verfestigung der Mütterbilder. Rousseau, Pestalozzi, Fröbel, Schleiermacher, Campe, Salzmann und weitere waren daran maßgeblich beteiligt und betonten insbesondere die Wichtigkeit „der Familienerziehung für die Entwicklung der Persönlichkeit“ (Friebertshäuser et al. 2007, 181; 187). Im Rahmen der Familienerziehung wurde zu diesem Zeitpunkt insbesondere die Mutter in den Mittelpunkt der Aufmerksamkeit gestellt. Damals entstand ein erstes „normatives [, von männlichen Experten ausgearbeitetes,] Regelwerk, das spezifische Vorstellungen von den Gefühlen und dem Verhalten einer Mutter ihrem Kind gegenüber“ (Speck 2014, S. 36) barg. Eine wichtige Rolle kam in diesem Zusammenhang der „Mutterliebe“ zu. Ein Begriff, der zuvor noch in kaum einer Schrift aufgetaucht war und somit als Erfindung der Moderne gelten kann. Die Mutter war nun nicht mehr nur mit der Pflege ihrer Kinder, sondern auch mit deren Erziehung betraut. Bildung spielte zu diesem Zeitpunkt eine herausragende Rolle im Erziehungsgeschehen. Rousseau stellte dabei die Mutter in dessen Mittelpunkt und auch Pestalozzi war der Auffassung, dass nur die „liebevolle Mutter“ durch Erziehung und Förderung ihrer Kinder in der Lage sei, die „Humanisierung des Menschen und der Gesellschaft“ (Friebertshäuser et al. 2007, S. 187; Badinter 1981, S. 113; Beck-Gernsheim 1993, S. 112) zu ermöglichen.

An diese Vorstellungen schloss sich im 19. Jahrhundert eine Verlagerung auf das Thema Gesundheit an, das mit vielen Verhaltensregeln für Mütter einherging. Gleichzeitig erfolgte mit Entstehung des Industriekapitalismus eine stärkere Trennung von Erwerbs- und Hausarbeit, die zu einer „neuartigen Konkurrenzsituation zwischen den Geschlechtern“ (Auth 2002, S. 23) führte. Unter Zuhilfenahme „natürlicher Wesensmerkmale“ von Männern und Frauen wurden Geschlechtscharaktere konstruiert, die den Männern die Sphäre der Erwerbsarbeit und Frauen die Sphäre der Hausarbeit und Kindererziehung zuwies. Allerdings blieb diese Art der geschlechtlichen Arbeitsteilung zunächst den bürgerlichen Familien vorbehalten, da die proletarischen Haushalte auch auf das Einkommen der Frau angewiesen waren. Trotz einer Betonung der Gleichheit beider Arbeitssphären entstand so eine Hierarchisierung der Arbeit, bei der der

männliche Familienernährer gegenüber der unentgeltlich „aus Liebe“ handelnden Frau gesellschaftlich besser gestellt war (Auth 2002, S. 22f.). Es entstanden so spezifische Ansprüche an Mütter, wie beispielsweise die „Mutter als die Fördernde der Entwicklung des Kindes“ (Friebertshäuser et al. 2007, S. 188), welche dann von den Vertreterinnen der bürgerlichen Frauenbewegung aufgegriffen wurden.

Die bürgerliche Frauenbewegung nutzte diese „weibliche Andersartigkeit“ (Schenk 2000, S. 199) und betonte die Fähigkeiten, die Müttern „qua Natur“ gegeben seien und erweiterten sie zum Konzept der „geistigen Mütterlichkeit“ (Jacobi 1990, S. 212). Dieses nutzten sie, um Forderungen nach Bildung und Erwerbsarbeit für Frauen anzustellen. Sie begründeten diese Forderungen, indem sie argumentierten Frauen hätten aufgrund ihrer natürlichen Wesenszüge einen besonderen Beitrag zur Kultur und Gesellschaft des Landes beizutragen: ihre Mütterlichkeit. Sie setzten sich damit zudem für eine Aufwertung der Fürsorgearbeit und der Frauen ein. Die Forderungen und Argumente der Frauenbewegung waren schließlich Voraussetzung für die Entstehung der Sozialen Arbeit als weibliches Berufsfeld. Eine andere Theorielinie der Frauenbewegung setzte sich im Gegenteil für eine Gleichstellung von Haus- und Erwerbsarbeit und den Positionen von Männern und Frauen ein (Rendtorff 2007, S. 103; Friebertshäuser et al. 2007, S. 188).

In der Erziehung wurde zu Beginn des 20. Jahrhunderts ein besonderes Augenmerk auf die Psyche des Kindes gelegt. Der Bindungsforscher John Bowlby betonte, dass die psychische Entwicklung von Kindern stark von der Anwesenheit der Mutter abhängt und diese dafür unentbehrlich sei. Eine berufstätige Mutter und eine damit einhergehende Fremdbetreuung des Kindes beispielsweise in einem Kindergarten verurteilte er hingegen als schädlich für die kindliche Entwicklung. Er verstärkte damit die Auffassung, Mütter müssten stets bei ihren Kindern anwesend sein, um ihre Entwicklung nicht negativ zu beeinflussen (Friebertshäuser et al. 2007, S. 187; Rosales 2020; Beck-Gernsheim 1993, S. 116).

Zur Zeit des Nationalsozialismus entstand eine Mütterideologie, die ebenfalls einen starken Einfluss auf das damalige Mutterbild hatte. Mutterschaft galt als die Hauptaufgabe der Frau und wurde als Notwendigkeit zur Aufrechterhaltung der „deutschen Rasse“ propagiert. Die „deutsche Mutter“ spielte eine entscheidende Rolle in der „Aufzucht“ deutscher Soldaten, die sie mit Strenge und völliger Hingabe erziehen sollte (Rosales 2020). Es entstand ein Mutterkult, der Mütter als höchstes Gut der deutschen Gesellschaft stilisierte und ihnen politische und gesellschaftliche Anerkennung versprach. Das nationalsozialistische Regime „wertete das Leben der meisten Frauen ideologisch auf: Mutterschaft war keine private und persönliche Angelegenheit mehr, sondern Staatsangelegenheit und religiöse Handlung zugleich.“ (Weyrather

2015, S. 7) Seinen Höhepunkt fand der Mutterkult in der Verleihung des Mutterkreuzes zu Ehren der Frauen, die viele Kinder geboren hatten (Weyrather 2015, S. 8).

Nach dem Ende des zweiten Weltkriegs entwickelten die beiden deutschen Staaten unterschiedliche Mütterbilder. Während in der BRD weiterhin das Alleinernährermodell als gängige Lebensform galt, in dem die Sphären der Haus- und Erwerbsarbeit weiterhin den Frauen beziehungsweise Männern zugeordnet wurden und so auch weiterhin ein stark mutterzentriertes Erziehungsbild bestehen blieb, entstand in der DDR ein neues Mutterbild. Dort bildeten Mutterschaft und Erwerbsarbeit keinen Widerspruch, sondern ließen sich aufgrund gut ausgebauter Kinderbetreuungsmöglichkeiten besser miteinander verbinden. Für Frauen der DDR gehörten Kinder ebenso zum Leben dazu wie eine Berufstätigkeit, während von Frauen in der BRD eine Vollzeitbeschäftigung als Mutter erwartet wurde, die in starker Konkurrenz zur eigenen Berufstätigkeit stand. Während also in der DDR die Frauen- und Müttererwerbstätigkeit und damit das Doppelverdienermodell aktiv gefördert wurden, manifestierte sich in der BRD das Alleinernährermodell mithilfe politischer Unterstützung (Schiefer und Naderi 2015, S. 158f.).

Zum Ende des 20. Jahrhunderts verlagerte sich der Fokus der Erziehung auf Umwelteinflüsse. Ökologische Gefahren machten die Kinder gleichzeitig zu bedrohten als auch zu schützenswerten Wesen (Beck-Gernsheim 1993, S. 117).

Mütterbilder beinhalten also „normative Muster, die aus der Geschichte aufgegriffen werden, und in den Alltag einfließen und sich dort mit gesellschaftlichen Konzepten verbinden.“ (Friebertshäuser et al. 2007, S. 188) Sie sind stets Spiegel ihrer Zeit und der Gesellschaft, in der sie existieren und befinden sich in einem ständigen Wandel. Auch unsere heutigen Mütterbilder sind historisch gewachsen und gleichzeitig durch aktuelle Entwicklungen beeinflusst. Sie sind mit besonderen Eigenschaften und Erwartungen verknüpft und haben einen nicht unwesentlichen Einfluss auf das Verhalten von Müttern.

Darauf, wie die Mütterbilder unserer gegenwärtigen Gesellschaft aussehen, soll im folgenden Kapitel näher eingegangen werden.

4.2 Mütterbilder in unserer Gesellschaft

Mütterbilder sind in unserer Gesellschaft facettenreicher und differenzierter geworden. Um ein möglichst umfassendes Bild der derzeitigen Situation zu erhalten, soll an dieser Stelle näher auf die verschiedenen Ausdifferenzierungen und Entwicklungen eingegangen werden. Gleichzeitig wird ein erster Blick auf mögliche Auswirkungen und Konsequenzen dieser Mütterbilder geworfen.

Im Diskurs um Mutterschaft und Mütterbilder tauchen häufig Begriffe und Beschreibungen wie „Super Moms, karrieresüchtige Rabenmütter, zwanghafte Helikoptermütter, Mütter, die von ihren Männern Erfolgsprämien für die Kinderbetreuung kassieren, Mütter, die ihre Mutterschaft bereuen, ahnungslose Teenagermütter und Mütter im Großmutteralter“ (Ausstellung 2015, S. 13) auf. Sie sind von Extremen gekennzeichnet und enthalten gleichzeitig Vorstellungen darüber, wie eine gute Mutter sein oder nicht sein sollte. Insbesondere zwei Leitlinien lassen sich in diesen Vorstellungen erkennen. So gilt als „gute“ Mutter jene, die ihre Zeit und Zuwendung voll und ganz ihren Kindern widmet, die stets für ihre Kinder verfügbar ist und ihre eigenen Bedürfnisse hinter die ihrer Kinder zurückstellt. Sie gilt als wichtigste Bezugsperson für ihre Kinder, insbesondere in den ersten Lebensjahren (Giesselmann et al. 2018, S. 32; Flaake 2014, S. 105; Bigalke 2018). Auf der anderen Seite zeichnet sich eine Leitlinie der „guten“ Mutter ab, die berufstätig, finanziell unabhängig, gut gebildet und für den Arbeitsmarkt uneingeschränkt verfügbar ist. Sie soll so eine Vorbildfunktion für ihre Kinder erfüllen (Giesselmann 2018, S. 739). Diese Mütterbilder existieren in unserer Gesellschaft sowohl nebeneinander als auch gegeneinander (Bigalke 2018).

In der Studie „Familienleitbilder in Deutschland“ des Bundesinstituts für Bevölkerungsforschung wurden 2012 und 2016 5000 Personen im Alter von 20 bis 39 Jahren mithilfe von Telefoninterviews zu familienbezogenen Leitbildern befragt (Bundesinstitut für Bevölkerungsforschung o. J.). Auch Mutterleitbilder wurden im Rahmen der Studie erforscht. Bei der Auswertung der Ergebnisse zeichneten sich vier Mutterleitbilder ab, die bei der Zielgruppe existieren. Diese stehen in engem Zusammenhang mit den zuvor bereits erwähnten Leitlinien zu den Vorstellungen einer „guten“ Mutter. So kristallisierten sich ebenfalls zwei Reintypen heraus: das berufs- und das kindorientierte Mutterleitbild. Gleichzeitig wurden jedoch noch zwei Mischtypen sichtbar: das moderate und das vereinbarkeitsorientierte Mutterleitbild. Während die zwei Reintypen viele Ähnlichkeiten mit den oben beschriebenen Leitlinien aufweisen, ergeben sich die Mischtypen vor allem aus der verschiedenen gewichteten Zustimmung oder Ablehnung der Reintypen. Eine Person mit moderatem Mutterleitbild lehnt dabei sowohl eine starke Berufs- als auch eine starke Kindorientierung ab, eine Person mit vereinbarkeitsorientiertem Mutterleitbild stimmt hingegen sowohl einer starken Berufs- als auch einer starken Kindorientierung zu. Die höchste Zustimmung findet in der Befragung von 2012 das berufsorientierte Mutterleitbild mit 48,8 % der Befragten (Diabaté 2015, S. 207; 220).

Passend zu diesem Ergebnis haben sich ebenfalls die Einstellungen zu egalitären Rollenvorstellungen entwickelt. Während 1991 nur 56 % der west- und 67 % der ostdeutschen Bevölkerung egalitäre Rollenvorstellungen vertreten haben, taten dies 2016 bereits 86 % der

west- und 91 % der ostdeutschen Bevölkerung (Blohm und Walter 2018b, S. 399). Unter egalitären Rollenvorstellungen wird im Gegensatz zu traditionellen Rollenvorstellungen, wo die Frau primär für den Haushalt und die Kindererziehung, die sogenannte Care-Arbeit, zuständig ist, während der Mann einer Erwerbstätigkeit nachgeht, „eine Rollenangleichung von Mann und Frau“ (Blohm und Walter 2018a, S. 397) verstanden.

So haben sich auch die Familienmodelle verändert und gehen immer mehr weg von der männlichen Versorgerehe hin zu einer egalitären Arbeitsteilung (Koppetsch und Speck 2015, S. 9). Dem Übergang zur Elternschaft kommt dabei jedoch eine Schlüsselrolle zu. Während vorher häufig egalitäre Modelle gelebt werden, führt dieser Einschnitt im Lebensverlauf nicht selten dazu, dass es zu einer Traditionalisierung der Geschlechterrollen kommt. Oft entsteht so eine „modernisierte Versorgerehe“, die durch das „Aussetzen oder Unterbrechen der Erwerbsarbeit der Mutter bei gleichzeitiger grundsätzlicher Aufrechterhaltung der Berufsorientierung, und durch ungleiche Teilung der Hausarbeit zwischen den Eltern bei gleichzeitiger Aufrechterhaltung eines grundsätzlichen Gleichheitsanspruchs der Frau“ (Rendtorff 2007, S. 99) gekennzeichnet ist. Mütter leben aus diesem Grund häufig das sogenannte „Drei-Phasen-Modell“ (Erwerbsarbeit unterbrochen durch eine Zeit des Kinderkriegens mit anschließender Teilzeitarbeit), in dem ihnen noch immer die Hauptverantwortung für Haushalt und Kindererziehung zufällt. Dieses wirkt sich oft negativ auf die eigene Karriere und die finanzielle Situation der Mütter bis ins Rentenalter aus (Statistisches Bundesamt 2017, S. 93; Friebertshäuser et al. 2007, S. 190). Das vorherrschende gelebte Mütterbild scheint also häufig ein eher kindorientiertes zu sein.

Interessant ist an dieser Stelle, dass sich eine Diskrepanz zwischen den persönlichen Mütterbildern von Frauen und den allgemeinen Mütterbildern beobachten lässt. Mütter selbst haben häufig ein Mütterbild, das ausgehend zwischen Berufs- und Kindorientierung ausgerichtet ist, während gesellschaftlich eher der Druck wahrgenommen wird, sich als Mutter voll und ganz auf die Kinder zu fokussieren und nebenbei maximal in Teilzeit oder gar nicht erwerbstätig zu sein (Diabaté 2015, S. 223). Diese ungleiche Wahrnehmung scheint folgendermaßen erklärbar: Während sich individuelle Ansichten schneller wandeln, sind gesellschaftliche Bilder starrer – nicht zuletzt, da sie in institutionellen Rahmungen wie Gesetzen oder politischen Entscheidungen verankert sind. Traditierte Mütterbilder werden dadurch weiter reproduziert und bleiben Teil der öffentlichen Wahrnehmung (Diabaté 2015, S. 224; Haller 2015, S. 203).

Die bis hierhin beschriebenen (gesellschaftlichen) Mütterbilder erscheinen zum Teil widersprüchlich und zeugen an vielen Stellen von sehr hohen Anforderungen an Mütter und

Mutterschaft. Auf der einen Seite sollen Mütter ihre „Selbstsorge“ verfolgen, emanzipiert und berufstätig sein, um unabhängig vom Partner sein zu können, auf der anderen Seite sollen sie sich der Erziehung ihrer Kinder widmen, zu Hause präsent sein und ihre Kinder bei den Hausaufgaben unterstützen. Geht eine Mutter einer Erwerbstätigkeit nach, wird sie als „Rabenmutter“ und ungenügende Mutter stigmatisiert, weil sie nicht zu jeder Zeit für ihr Kind verfügbar ist und ihm zu wenig Zuwendung gibt. Bleibt eine Mutter zu Hause, wird sie als „Heimchen am Herd“, als faul und rückständig bezeichnet, eine Mutter, die es sich gut gehen lässt und die volkswirtschaftlichen Kosten ihrer Ausbildung verschwendet (Haller 2015, S. 212; Giesselmann et al. 2018, S. 32; Bujard 2017, S. 10; Speck 2014, S. 61). Mütter geraten so in eine Double-bind-Situation widersprüchlicher und „uneinlösbar[e] soziale[r] Erwartungshaltungen an Mutterschaft“ (Giesselmann 2018, S. 743), die für viele zu einem ständigem „Zerrissensein zwischen den eigenen Ansprüchen, denen des anderen Elternteils, denen des Kindes, denen der Verwandten/Freunde, denen des Arbeitgebers und der Kolleginnen/Kollegen und schließlich den gesellschaftlichen insgesamt“ (Diabaté 2015, S. 217) führt. Ein hoher Perfektionsdruck in den verschiedenen Lebensbereichen von Müttern, der mit Erwartungen an „hingebungsvolle[...] Mutterschaft [,] Berufstätigkeit, emotionales Gleichgewicht“ (Speck 2014, S. 66), „körperliche Fitness und Gesundheit, [...] ein tadelloses Äußeres“, dem Nachgehen eigener Interessen und einer gleichberechtigten Partnerschaft einhergeht (Speck 2014, S. 61), macht die Überfrachtung von Mütterbildern und ihre widersprüchlichen Anforderungen überdeutlich (Seehaus et al. 2015, S. 75; Diabaté 2015, S. 207).

Die Verantwortung für die möglicherweise daraus entstehenden Schwierigkeiten und Überforderungen wird im Sinne einer verantworteten Mutter- beziehungsweise Elternschaft an die Familien zurückgegeben. Mütter und Eltern sind, so die Auffassung, selbst für die Wahl des Zeitpunktes und der Umstände der Familiengründung verantwortlich. Insbesondere der Anschein der Wahlfreiheit von Mutterschaft durch die sicheren Verhütungsmethoden verfestigt diese Verantwortungsübertragung, denn Mutterschaft ist in unserer Gesellschaft nicht mehr selbstverständlicher Bestandteil des Lebens von Frauen (Schneider und Diabaté 2020, S. 2; Friebertshäuser et al. 2007, S. 188f.; 192).

Diese unklaren, widersprüchlichen und nicht zuletzt überhöhten Ansprüche an Mutterschaft münden in einer geringeren Orientierungsfunktion und damit in Verunsicherungen bei Müttern (Mansfeld 2015, S. 171; Gerlach 2017, S. 39). Mütter sind häufig zwischen den tradierten Mütterbildern ihrer eigenen Großeltern- und Elterngeneration und den heutigen Bildern hin- und hergerissen. Sie möchten sich einerseits an den Mütterbildern ihrer Familien orientieren, empfinden andererseits jedoch das Bedürfnis, sich von diesen abzugrenzen. Die Tatsache,

dass moderne, egalitäre Mütterbilder zwar in der Gesellschaft schon häufig vertreten, aber bisher deutlich seltener gelebt werden, verstärkt die Unsicherheiten von Müttern zusätzlich (Diabaté 2015, S. 223; Gerlach 2017, S. 42). Zudem meinen Frauen häufig, „sich als verlässliche Berufstätige zeigen zu müssen sowie auch als gute Mütter“ (Mansfeld 2015, S. 171) und geraten dadurch immer wieder in ein Dilemma, das häufig zusätzlich mit Schuldgefühlen und einem schlechten Gewissen einhergeht (Bigalke 2018; Speck 2014, S. 66).

Mütterbilder oder die Vorstellungen darüber, wie eine „gute“ Mutter sein sollte, sind eng mit den Vorstellungen zum Kindeswohl verknüpft. So zielen vielfache Bewertungen von Müttern vor allem darauf ab, wie es den Kindern der jeweiligen Mütter ergeht. Das Wohl des Kindes ist damit ein zentraler Bestandteil von gesellschaftlichen Mütterbildern. Von Müttern wird deshalb häufig Aufopferung, Verantwortung und „Selbstaufgabe“ erwartet, „deren Wert sich am Wohlbefinden des Kindes misst“ (Friebertshäuser et al. 2007, S. 190f.; Diabaté et al. 2017, S. 25). Die Erfüllung dieser Erwartungen wiederum geht jedoch häufig mit fehlender Anerkennung und Kritik am eigenen Lebensentwurf einher (Seehaus 2015, S. 69).

Einen entscheidenden Beitrag zu unseren heutigen gesellschaftlichen Mütterbildern leisten zudem politische Handhabe und Institutionen. Sie haben einen großen Einfluss darauf, wie Mütterbilder in unserer Gesellschaft entstehen und wahrgenommen werden. Politische Steuerungsinstrumente wie das Ehegattensplitting oder der Ausbau der Kindertagesbetreuung, sowie die Einstellungen von Arbeitgebern zu Muttererwerbstätigkeit haben erhebliche Auswirkungen auf die wahrgenommenen erwünschten Mütterbilder.

So wird Frauen- und Muttererwerbstätigkeit forciert, um den Mangel an Fachkräften auszugleichen und die Wirtschaft zu stärken (Speck 2014, S. 60). Arbeitgeber erwarten einen immer schnelleren Wiedereinstieg nach der Phase des Kinderkriegens. Wählen Mütter einen anderen Weg, kann dies negative Folgen für ihre Karriere haben. Die Familienpolitik setzt Müttern finanzielle Anreize für eine frühe Rückkehr in den Arbeitsmarkt und kürzere Elternzeitphasen. Zudem ist für den Zugang zu öffentlicher Kinderbetreuung teilweise die Berufstätigkeit beider Elternteile Voraussetzung. An dieser Stelle wird eindeutig ein berufsorientiertes Mütterbild unterstützt. Gleichzeitig verstärken familienpolitische Instrumente wie das Ehegattensplitting und Beschränkungen im Kinderbetreuungssystem, durch die eine Betreuung der Kinder häufig nur mit einer Teilzeittätigkeit zu realisieren ist, das kindorientierte Mütterbild (Mansfeld 2015, S. 171; Giesselmann et al. 2018, S. 32). Auch auf politischer und institutioneller Ebene entstehen so widersprüchliche Mütterbilder, die Mütter verunsichern und damit auch Einfluss auf ihre biografischen Lebensentscheidungen nehmen.

Mütterbilder dienen als Vorlagen, an denen sich werdende Eltern und Mütter orientieren, gleichzeitig formulieren diese Ansprüche und Erwartungen, denen sich Menschen gewachsen fühlen müssen, wenn sie sich zur Familiengründung entscheiden. Sie haben Einfluss auf den Kinderwunsch und auf den Zeitpunkt der Familiengründung. Aufgrund der hohen Ansprüche wird der Kinderwunsch häufig aufgeschoben und ist dadurch manchmal zu einem späteren Zeitpunkt nicht mehr realisierbar (Gründler et al. 2013, S. 21; Diabaté 2015, S. 207; Friebertshäuser et al. 2007, S. 181).

Mütterbilder in unserer Gesellschaft sind vielschichtig und lassen sich nicht auf ein klares, vorherrschendes Bild begrenzen. Dennoch wurde deutlich, dass zwei wesentliche Orientierungen bestehen, entlang derer Mütterbilder entstehen und sich wandeln. Kind- und Berufsorientierung existieren in unserer Gesellschaft sowohl nebeneinander als auch gegeneinander und erschweren Müttern dadurch teilweise eine eindeutige Orientierung. Welche Folgen diese durch die teilweise widersprüchlichen Mütterbilder entstandenen Unsicherheiten haben können, soll im nachfolgenden empirischen Teil weiter beleuchtet werden.

5 Zum möglichen Zusammenhang von gesellschaftlichen Mütterbildern und dem subjektiven Stresserleben von Müttern – Empirischer Teil

Aufbauend auf der vorangegangenen theoretischen Herleitung folgt nun der empirische Teil. Einleitend soll zunächst die Forschungsmethodik beschrieben werden, um das Vorgehen nachvollziehbar darzustellen. Wie eingangs bereits erläutert, gliedert sich die empirische Forschung der Thesis in einen quantitativen und einen qualitativen Teil und orientiert sich somit am „Mixed Methods-Ansatz“ (Li und Earnest 2015, S. 31). Der quantitative Ansatz wurde an dieser Stelle gewählt, um zunächst einen möglichst breiten Überblick über den möglichen Zusammenhang von gesellschaftlichen Mütterbildern und dem subjektiven Stresserleben von Müttern zu erhalten. Die stark heterogene Gruppe der Mütter in Deutschland unterscheidet sich beispielsweise aufgrund ihres Alters, ihrer Herkunft, ihres Bildungsstandes oder des gelebten Familienmodells voneinander. Da es der Rahmen dieser Arbeit nicht zugelassen hätte, diese Heterogenität umfassend qualitativ zu erforschen, kam zunächst ein quantitatives Forschungsdesign zum Einsatz, um die Diversität der Gruppe realitätsgetreuer abzubilden. In einem zweiten Schritt wurde, aufbauend auf den Ergebnissen der quantitativen Forschung, ein qualitatives Instrument gewählt, das eine tiefergehende Beschäftigung mit den Einschätzungen, Meinungen und Eindrücken einzelner Mütter zum Themenbereich gesellschaftliche Mütterbilder und Stresserleben

ermöglichte. Nacheinander werden an dieser Stelle zunächst das jeweilige Forschungsdesign, die verschiedenen Untersuchungsstichproben und die Erhebungsinstrumente erläutert und anschließend die Ergebnisse der jeweiligen Forschungsansätze vorgestellt und ausgewertet. Nachfolgend werden diese analysiert und dabei mit den zuvor erläuterten Erkenntnissen verschränkend betrachtet. Aus der Analyse gilt es dann Erklärungsansätze abzuleiten. Die dargestellten Ergebnisse sollen in Kapitel 6 schließlich in Handlungsstrategien zur Entlastung von Müttern auf verschiedenen Ebenen münden.

5.1 Quantitativer Teil

5.1.1 Forschungsdesign

Für den quantitativen Forschungsteil kam eine standardisierte Online-Erhebung zum Einsatz. Dieses Vorgehen erschien an dieser Stelle sinnvoll, da sich quantitative Instrumente „besonders dort [eignen], wo Erkenntnisse über eine umfangreiche Grundgesamtheit gewonnen werden sollen.“ (Schwaiger und Zimmermann 2011, S. 421) Im Rahmen dieser Arbeit stellt die Gruppe der Mütter in Deutschland eine solche Grundgesamtheit dar. Die internetbasierte Durchführung trägt zudem zur Verminderung von Verzerrungen bei und fördert die Durchführungsobjektivität (Moosbrugger und Kelava 2012, S. 9).

Die Online-Erhebung war in der Zeit vom 14.08.2020 bis zum 06.09.2020 über folgenden Link erreichbar: <https://www.soscisurvey.de/muetterbilder/>. Der Befragungszeitraum begann circa eine Woche nach Ende der Hamburger und Schleswig-Holsteiner Sommerferien, um Verzerrungen des Stressempfindens aufgrund möglicher veränderter Belastungen in der Ferienzeit entgegenzuwirken. Die Befragung richtete sich dabei an Mütter mit Kindern jeden Alters (auch mit bereits erwachsenen Kindern).

Anhand eines Online-Fragebogens wurden alle Teilnehmerinnen nach einer Einschätzung ihrer persönlichen und den von ihnen in der Gesellschaft wahrgenommenen Mütterbildern befragt. Neben soziodemographischen Daten wurden zudem persönliche Einschätzungen zum Zusammenhang von gesellschaftlichen Mütterbildern und dem subjektiven Stresserleben, sowie das eigene Stressempfinden anhand eines bereits validierten Instruments (Klein et al. 2016) abgefragt.

Die Rekrutierung der Teilnehmerinnen erfolgte auf verschiedene Arten. Ein großer Teil der Mütter wurde über private, universitäre und berufliche Kontakte erreicht. Über diese hat sich der Fragebogen dann anhand des Schneeballverfahrens (Döring et al. 2016, S. 308) weiter verbreitet. Gleichzeitig erfolgte die Rekrutierung durch die Verbreitung des Fragebogens über

soziale Medien und spezifische „Müttergruppen“ bei Facebook. Schließlich wurde der Fragebogen per E-Mail an alle Hamburger Familienbildungsstätten und Kinder- und Familienzentren weitergeleitet. Mit der Verteilung des Fragebogens wurde neben dem Link zur Umfrageseite immer auch kurz über das Forschungsvorhaben und die Verfasserin, sowie über den ungefähr nötigen zeitlichen Umfang zur Bearbeitung der Befragung informiert. Eine Entlohnung wurde den Teilnehmerinnen nicht angeboten.

5.1.2 Stichprobe

Die Stichprobe bestand zunächst aus 809 Teilnehmerinnen, die den Online-Fragebogen bearbeitet hatten. Da jedoch nur Datensätze in die Auswertung eingehen sollten, die bis zur letzten Seite bearbeitet wurden und bei denen zudem nicht mehr als 5 % der Fragen unbearbeitet geblieben sind, musste der Datensatz bereinigt werden. Nach Entfernung der oben genannten Fälle blieben 518 Datensätze übrig. Da sich die Befragung nur an Mütter gerichtet hat, mussten die Daten in einem zweiten Schritt erneut bereinigt werden, da einige der Teilnehmerinnen dieses Einschlusskriterium nicht erfüllten. Nachdem alle Datensätze entfernt wurden, bei welchen die Frage nach der Anzahl der Kinder mit „0“, „Keine“, „-“ oder „/“ beantwortet oder keine Angabe gemacht wurde, blieb schließlich eine Stichprobe von $n=439$ übrig. Diese Stichprobe ist Grundlage der nachfolgenden Berechnungen und Ergebnisse.

Das mittlere Alter der befragten Mütter betrug $M=37,93$ ($SD=9,29$), wobei die jüngste Teilnehmerin 21 und die älteste Teilnehmerin 79 Jahre alt war. Der Großteil der Mütter (67,7 %) gab an verheiratet zu sein, während 15,7 % in einer Partnerschaft leben, ohne verheiratet zu sein und 12,5 % ledig sind. 6,2 % der Mütter gaben an getrennt oder geschieden zu sein, während 1,1 % der Teilnehmerinnen verwitwet ist. Da bei der Frage nach dem Familienstand eine Mehrfachnennung möglich war, finden sich einige Frauen ($n=16$) in zwei der beschriebenen Gruppen wieder. Die große Mehrheit der befragten Mütter ist in Deutschland geboren (90,7 %) und hat eine deutsche Staatsangehörigkeit (96,1 %). 1,4 % der Teilnehmerinnen sind in Kasachstan und 1,1 % in Russland geboren. Jeweils 0,7 % der Befragten wurden in Afghanistan, Iran, Österreich und Polen geboren. Weitere angegebene Geburtsländer mit geringerer Ausprägung sind Brasilien, Chile, Dänemark, Frankreich, Indien, Irak, Kamerun, Norwegen, Rumänien, Schweiz, Türkei, Ungarn, USA und Vietnam (insgesamt 4,1 %). 2,7 % der Teilnehmerinnen haben keine deutsche Staatsangehörigkeit, 58,3 % von diesen sind jedoch EU-Bürgerinnen. 3,9 % der Probandinnen haben hingegen eine doppelte Staatsangehörigkeit. Knapp die Hälfte der Teilnehmerinnen gehört keiner Religion an (44,2 %), während 50,8 % dem Christentum angehören. 3,2 % der befragten Mütter sind muslimischen und 0,7 % jüdischen Glaubens.

Gefragt nach dem höchsten allgemeinbildenden Schulabschluss gaben 67,2 % der Probandinnen an, Abitur zu haben. 15,5 % der Frauen haben ein Fachabitur, 13,4 % einen Realschulabschluss und 1,6 % einen Hauptschulabschluss. 29,8 % der befragten Mütter haben darüber hinaus eine abgeschlossene Ausbildung, 20 % haben einen Fachhochschul- und 34,4 % einen Hochschulabschluss. 4,8 % der Mütter haben einen Fachschulabschluss und 2,7 % einen Meister- oder Technikerabschluss. 1,6 % der Befragten haben ein berufliches Praktikum, ein Volontariat oder eine beruflich-betriebliche Anlernzeit abgeschlossen und 3,9 % haben (noch) keinen beruflichen Bildungsabschluss.

Auch bei der Frage nach der Beschäftigung war die Auswahl mehrerer Antworten möglich, sodass insgesamt 43,5 % der Probandinnen zwei oder mehr Möglichkeiten ausgewählt haben. Der Großteil der Mütter arbeitet jedoch in Teilzeit (34,6 %), nur 13,4 % von ihnen gehen einer Vollzeittätigkeit nach. Die größere Gruppe der Frauen ist angestellt (27,6 %), während 9,3 % selbständig tätig sind. 17,3 % der Befragten gaben an Hausfrau zu sein und 2,3 % waren zum Zeitpunkt der Befragung arbeitslos beziehungsweise arbeitssuchend. 27,8 % der Mütter gaben an, Studentin zu sein, 0,5 % gaben an, Schülerin zu sein und 0,7 % befanden sich in Ausbildung. 13,2 % der Mütter befanden sich zum Befragungszeitpunkt in Elternzeit und 2,1 % waren Rentnerinnen.

Um einen besseren Überblick über die Arbeitszeit der befragten Mütter zu bekommen, wurden in Fünferschritten Gruppen mit den jeweiligen Arbeitszeiten gebildet. Für alle Probandinnen, die Vollzeit angegeben hatten, wurde der Wert 40 nachträglich in die Spalte mit den Arbeitsstunden pro Woche eingetragen. 0,5 % der Mütter arbeiten demnach 1-2 Stunden pro Woche, 0,9 % 3-7 Stunden, 2,1 % 8-12 Stunden, 3,4 % 13-17 Stunden, 8,4 % arbeiten 18-22 Stunden, 5,2 % 23-27 Stunden, 10,7 % arbeiten 28-32 Stunden, 2,3 % 33-37 Stunden pro Woche und wie bereits oben erwähnt arbeiten 13,4 % der Mütter in Vollzeit.

Die Mütter der Befragung hatten ein bis sieben Kinder. 46 % der Frauen hatten zum Befragungszeitpunkt ein Kind, 41,2 % hatten zwei Kinder, 8,9 % hatten drei Kinder, 2,5 % der Frauen hatten 4 Kinder, 0,5 % hatten 5 Kinder, 0,7 % hatten 6 Kinder und 0,2 % der Befragten hatten 7 Kinder. Zusätzlich angegebene Schwangerschaften oder verstorbene Kinder wurden an dieser Stelle nicht mitgezählt.

Im Mittel waren die Kinder der befragten Frauen circa 9 Jahre alt ($M=9,26$, $SD=10,08$). Das mittlere Alter des jeweils jüngsten Kindes der Mütter betrug $M=6,3$ ($SD=8,09$) und der Median lag bei $m=3$, wobei das jüngste Kind 0 Jahre und das älteste Kind 50 Jahre alt war. Das jeweils älteste Kind der Mütter war im Mittel $M=8,74$ Jahre alt ($SD=9,54$) und der Median lag bei $m=5$, dabei war das jüngste Kind 0 Jahre und das älteste Kind 56 Jahre alt. Wichtig ist an

dieser Stelle zu beachten, dass das jüngste und das älteste Kind bei Müttern, die nur ein Kind haben, das gleiche Kind ist, also doppelt in die Berechnung mit eingeht. Zudem lässt sich der hohe Gesamtmittelwert ($M=9,26$), der über dem Mittelwert des ältesten Kindes ($M=8,74$) liegt, dadurch erklären, dass das Alter der mittleren Kinder teilweise schon weit über 20 liegt. Je mehr Kinder eine Mutter hat, desto älter ist sie in der Regel selbst und desto älter sind auch ihre Kinder, wodurch der Gesamtmittelwert sogar über dem Mittelwert der ältesten Kinder liegt.

5.1.3 Erhebungsinstrument

Zur Erhebung der wahrgenommenen persönlichen und allgemeinen Mütterbilder, des empfundenen Stresses und der Einschätzungen zum möglichen Zusammenhang von gesellschaftlichen Mütterbildern und empfundenem Stress bei Müttern, wurde ein standardisiertes Forschungsinstrument konstruiert (s. Anhang A).

Dieses Instrument setzt sich größtenteils aus Items bereits bestehender Messinstrumente zu den verschiedenen Themenbereichen zusammen, die sich in der Vergangenheit bereits als valide erwiesen haben. Lediglich die fünf Items zur Selbsteinschätzung des möglichen Zusammenhangs zwischen gesellschaftlichen Mütterbildern und empfundenem Stress bei Müttern wurden selbst entwickelt, da für diesen Themenbereich auf kein bestehendes Instrument zurückgegriffen werden konnte. Zudem wurde der Fragebogen zum Abschluss um einige Fragen zur Soziodemographie und eine offene Frage zu allgemeinen Anmerkungen ergänzt.

Das Erhebungsinstrument wurde mithilfe der Website www.soscisurvey.de erstellt. Durch die wissenschaftliche Ausrichtung des Online-Umfragetools und die Möglichkeit zur kostenlosen Nutzung des vollen Funktionsumfangs, erschien das Programm für das Vorhaben geeignet. Die methodische Konstruktion des Fragebogens und eine umfängliche Dokumentation des Forschungsprozesses wurden so ermöglicht. Zudem ist das Programm passwortgesichert und unterstützt die verschlüsselte Datenübertragung, sodass der Datenschutz gewährleistet werden kann.

Zur Konstruktion des Fragebogens wurden zunächst die verschiedenen Items in das Online-Tool eingepflegt. Zu Beginn erfolgte eine kurze Einleitung in den Fragebogen. Dort wurde über das Forschungsvorhaben und die Zielgruppe informiert. Zudem wurden ein kurzer Überblick über die ungefähre Bearbeitungszeit von circa 15 Minuten und Hinweise zur Bearbeitung des Fragebogens gegeben. Anschließend folgte der inhaltliche Teil. Dabei kamen ausgewählte Items der Studie *Familienleitbilder in Deutschland (FLB)*, der Fragebögen *Geschlechterrollenorientierung* und *Gender-role attitudes* und die deutsche Version der *Perceived Stress Scale (PSS-10)* (Schneider et al. 2016; Krampen 2014; Braun 2014; Cohen 2017) zum Einsatz.

Das Ziel der *FLB*-Studie war es, familienbezogene Leitbilder in individueller sowie wahrgenommener kollektiver Hinsicht zu erfassen (Lück et al. 2015, S. 29). In der Studie wurden die Proband*innen insgesamt zu neun Themenblöcken befragt: Partnerschaft, Bedeutung von Familie, Familiengründung und Familienerweiterung, Kinderlosigkeit, Elternschaft, Kinderreichtum, Bedingungen für Elternschaft, Geschwisterkinder und Eltern-Kind-Beziehung. Für die vorliegende Arbeit war insbesondere der Themenbereich „Eltern-Kind-Beziehung“ relevant, da dieser das Unterkapitel „Mutterleitbilder“ enthält (Lück et al. 2015, S. 30). Fünf der sechs in der Studie verwendeten Items zum Themenbereich Mutterleitbilder wurden für das Erhebungsinstrument dieser Arbeit übernommen (MB04_01-MB04_04, MB06_01; s. Anhang B). Das sechste Item „*Finden Sie es für sich selbst wichtig, eigene Kinder zu haben?*“ wurde ausgeschlossen, da im Rahmen der vorliegenden Arbeit lediglich Frauen befragt wurden, die bereits Mütter sind (Diabaté 2015, S. 218). Die Angaben, inwieweit den fünf Aussagen zugestimmt wird, erfolgten anhand einer vierstufigen Zustimmungsskala von 1=„*Stimme überhaupt nicht zu*“, über 2=„*Stimme eher nicht zu*“ und 3=„*Stimme eher zu*“, bis 4=„*Stimme voll und ganz zu*“ (Diabaté 2015, S. 213). Zudem wurden zwei Items aus dem Themenblock Partnerschaft entnommen („*Wer sollte sich um die Kinder kümmern.*“ „*Wer sollte für das Einkommen sorgen.*“), um Einschätzungen zur präferierten Aufteilung zwischen Erwerbs- und Care-Arbeit abzufragen. Diese Fragen konnten jeweils mit „*Eher die Frau*“, „*Beide*“ oder „*Eher der Mann*“ beantwortet werden (Gründler et al. 2013, S. 9) (MB01_01, MB01_02).

Um sowohl individuelle, als auch wahrgenommene kollektive Leitbilder zu erfassen, nutzte die *FLB*-Studie eine besondere Fragetechnik anhand von zwei Ebenen: „Zum einen wurden die Vorstellungen der Befragten selbst erfasst (persönliche Ebene), zum anderen die mutmaßlich in der Gesellschaft verbreiteten Vorstellungen, soweit sie der Befragte einschätzen kann (gesellschaftliche Ebene bzw. Ebene der Allgemeinheit).“ (Lück et al. 2015, S. 31) Auch für das Erhebungsinstrument der vorliegenden Arbeit wurde diese Methode angewendet, um einen Überblick über die Mütterbilder der befragten Frauen selbst und die von ihnen in der Gesellschaft wahrgenommenen Mütterbilder zu erlangen. Diese Befragung auf zwei Ebenen wurde umgesetzt, indem die zuvor beschriebenen Items „gespiegelt“ und so zunächst mit der Einleitung „*Was denken Sie persönlich...?*“ gestellt und im Anschluss mit der Einleitung „*Was denkt die Allgemeinheit...?*“ wiederholt wurden (Lück et al. 2015, S. 32) (MB05_01-MB05_04, MB07_01, MB03_01, MB03_02). Die Befragten hatten so die Möglichkeit, die Aussagen auf den zwei Ebenen zu bewerten. Zu Beginn der Befragung wurden die Teilnehmerinnen darauf vorbereitet, dass im Verlauf des Fragebogens Einschätzungen auf der persönlichen Ebene, als

auch zur Allgemeinheit von ihnen erwartet würden und die Bedeutung der „Allgemeinheit“ kurz erläutert¹.

Zudem wurde das Zusatzmodul aus der *FLB*-Studie übernommen, in dem die Probandinnen dazu befragt wurden, an wen oder was sie gedacht haben, wenn sie Aussagen zur Allgemeinheit getroffen haben. Dies geschah zunächst in Form einer offenen Frage (MB14_01) und anschließend mittels standardisierter Fragen (MB13_01-MB13_06), bei denen die Teilnehmerinnen verschiedenen Einflussfaktoren auf ihr Bild zur Allgemeinheit zustimmen oder diese ablehnen konnten. Im Anschluss konnten die Mütter angeben, ob für sie bei der Einschätzung der Meinung der Allgemeinheit Schwierigkeiten aufgetreten sind (MB15_01, MB15_02) (Gies und Dietrich 2015, S. 50f.). Dieses Zusatzmodul erschien auch im Rahmen dieser Arbeit sinnvoll, um einschätzen zu können, worauf das Bild der Allgemeinheit beruht und „wem folglich eine Bedeutung bei der Orientierung an gesellschaftlich geteilten Meinungen zukommt.“ (Gies und Dietrich 2015, S. 50) Gleichzeitig lassen die letzten Fragen eine Bewertung der Zuverlässigkeit der Aussagen zur Allgemeinheit zu und können Schwierigkeiten bei Beantwortung offenlegen (Gies und Dietrich 2015, S. 51).

Des Weiteren wurden acht Items aus dem Erhebungsinstrument *Gender-role attitudes* (Braun 2014) übernommen (MB08_01-MB08_08). Ziel des Fragebogens ist es, Einstellungen, insbesondere zu weiblichen Geschlechterrollen, zu überprüfen. Für die vorliegende Arbeit wurden drei der insgesamt elf Items ausgeschlossen, die in ähnlicher Form schon von den Fragen der *FLB*-Studie oder des Fragebogens zur *Geschlechterrollenorientierung* abgedeckt wurden. Die Beantwortung der Fragen erfolgte anhand einer fünfstufigen Beurteilungsskala von 1=„*Stimme überhaupt nicht zu*“, über 2=„*Stimme nicht zu*“, 3=„*Weder noch*“ und 4=„*Stimme zu*“ bis 5=„*Stimme voll und ganz zu*“ mit einer Ausweichkategorie „*Kann ich nicht sagen*“. Auch diese Fragen wurden wie die Fragen aus der *FLB*-Studie gespiegelt und mit der Einführung „*Was denkt die Allgemeinheit...?*“ wiederholt, um die verschiedenen Fragen gemeinsam auswerten zu können (MB09_01-MB09_08).

Anschließend wurden weitere acht Items aus dem Erhebungsinstrument *Geschlechterrollenorientierung* (Krampen 2014) übernommen (MB10_01-MB10_08). Der Fragebogen erfasst Geschlechterrollenorientierungen von Individuen und versteht diese dabei als die „normativen Konzeptionen eines Individuums über angemessenes Verhalten von Frauen und

¹ „Im Folgenden möchte ich von Ihnen erfahren, was Sie ganz persönlich über verschiedene Themen denken. Darüber hinaus interessiert mich auch, was Sie glauben, was die Allgemeinheit dazu denkt. Damit meine ich die vorherrschende Meinung in Deutschland, also was man im Alltag durch die Medien oder durch den Kontakt mit anderen Menschen besonders oft mitbekommt. Wichtig ist: Diese öffentliche Meinung kann sich durchaus von Ihrer ganz persönlichen Meinung unterscheiden!“ (Lück et al. 2015, S. 32)

Männern.“ (ZIS) Da der Fragebogen Geschlechterrollenorientierungen in ihrer Gesamtheit abfragt, wurden von den ursprünglich 36 Items nur die acht ausgewählt, die einen Bezug zur Fragestellung der Arbeit haben. Die einzelnen Items waren anhand einer sechsstufigen Kategorienskala von 1=„*sehr falsch*“, über 2=„*falsch*“, 3=„*eher falsch*“, 4=„*eher richtig*“, 5=„*richtig*“, bis 6=„*sehr richtig*“ zu beantworten. Auch diese acht Items wurden anschließend nach der Methode der *FLB*-Studie gespiegelt und mit der Einleitung „*Was denkt die Allgemeinheit...?*“ wiederholt (MB11_01-MB11_08).

Auf die Fragen zu den persönlichen und den in der Gesellschaft wahrgenommenen Mütterbildern, folgten fünf selbstkonstruierte Items zum möglichen Zusammenhang von gesellschaftlichen Mütterbildern und dem subjektiven Stressempfinden von Müttern. In den verschiedenen Items wurden die Mütter zu einer Selbsteinschätzung des eigenen Stresses durch in der Allgemeinheit wahrgenommene Mütterbilder und durch die eigenen Ansprüche an das Muttersein aufgefordert. Zudem sollten sie angeben, ob sie andere Personen kennen, die durch in der Allgemeinheit wahrgenommene Mütterbilder Stress empfunden haben und ob sie das Gefühl haben, dass sich die Ansprüche an das Muttersein im Verlauf der letzten Jahrzehnte oder durch das eigene Mutterwerden verändert haben (MB12_01-MB12_05). Zur Beantwortung der Fragen konnten die Teilnehmerinnen ihre Einschätzungen mithilfe eines Schiebereglers auf einer Skala mit sechs Teilstrichen abgeben. Der Punkt auf der Skala war dabei frei wählbar, sodass sich bei der Auswertung Werte zwischen 1=„*Stimme überhaupt nicht zu*“ und 101=„*Stimme voll und ganz zu*“ ergaben. Diese Fragen zielten damit direkt auf die Beantwortung der Hauptfragestellung der Untersuchung ab und sollten neben den bereits validierten Items zu einem zusätzlichen Erkenntnisgewinn beitragen.

An diesen Teil des Fragebogens schloss sich das oben bereits erwähnte Zusatzmodul zur Allgemeinheit aus der *FLB*-Studie an.

Darauf folgte ein Messinstrument zum wahrgenommenen Stress. Es erschien an dieser Stelle sinnvoll, da die Probandinnen so schon für die Thematik der Befragung sensibilisiert waren und dadurch die Wahrscheinlichkeit höher lag, dass sie gesellschaftliche Mütterbilder bei der Beantwortung der Fragen zu ihrem Stressempfinden mitdenken würden. Die *Perceived Stress Scale (PSS-10)* wurde von Cohen, Kamarck and Mermelstein entwickelt und gilt als etablierter Selbsteinschätzungsfragebogen, beruhend auf der psychologischen Konzeptualisierung von Stress. Die Skala misst in welchem Maße das Leben im letzten Monat als unvorhersehbar, unkontrollierbar und überlastet wahrgenommen wurde und somit das Ausmaß an Situationen, die als stressend bewertet werden (Klein et al. 2016, S. 1f.; Cohen et al. 1983, S. 387). Das validierte Instrument wurde für das dieser Forschung zugrundeliegende

Erhebungsinstrument komplett übernommen, um den wahrgenommenen Stress der befragten Mütter zu messen (ST01_01-ST01_10). Die Angaben zum jeweiligen Stressempfinden erfolgten anhand einer fünfstufigen Likert-Skala von 1=„Nie“, über 2=„Selten“, 3=„Manchmal“, 4=„Häufig“, bis 5=„Sehr oft“.

Schließlich wurden den Probandinnen noch einige Fragen zu ihren soziodemographischen Merkmalen gestellt, um die Ergebnisse des vorangegangenen Teils in der Auswertung mit diesen abgleichen zu können. So kamen Fragen zum Alter der Mütter, zu ihrer Herkunft, ihrer Religion, ihrem Familienstand, der Anzahl und dem Alter ihrer Kinder, zu den verschiedenen Bildungsabschlüssen und zur Berufstätigkeit zum Einsatz. Schließlich wurde das Erhebungsinstrument mit einer offenen Frage zu allgemeinen Anmerkungen abgeschlossen.

Das Erhebungsinstrument setzt sich folglich aus 46 Items zu persönlichen und gesellschaftlichen Mütterbildern, fünf Items zum möglichen Zusammenhang von gesellschaftlichen Mütterbildern und subjektivem Stressempfinden, neun Items aus dem Zusatzmodul zur Allgemeinheit, 10 Items zum wahrgenommenen Stress und 11 Items zur Soziodemographie zusammen. Insgesamt besteht das Instrument demnach aus 81 Items.

Nach der Erstellung des Fragebogens erfolgte ein Pretest des Messinstruments, um mögliche Schwierigkeiten, Unklarheiten oder Probleme bei der Beantwortung der Fragen zu ermitteln. Insgesamt nahmen neun Frauen daran teil. Der Pretest ergab, dass einige Ungenauigkeiten insbesondere bei den Fragen zur Soziodemographie bestanden, die daraufhin verändert oder korrigiert wurden. Anmerkungen zu den übernommenen Items aus bereits bestehenden Messinstrumenten konnten nicht miteinbezogen werden, da eine Veränderung möglicherweise ihre Reliabilität und/oder Validität beeinflusst hätte.

Nach der Überarbeitung des Instruments wurde der Link zum Fragebogen schließlich wie oben bereits beschrieben versendet.

5.1.4 (Statistische) Auswertung

Die Auswertung aller erhobenen Daten erfolgte durch das Statistikprogramm R Studio in der Version 3.6.2. Dafür wurden die durch den Fragebogen erhobenen Daten von SoSci Survey heruntergeladen und anschließend mit R Studio analysiert.

Bevor mit der Auswertung der Daten begonnen werden konnte, erfolgte zunächst eine Umpolung der entsprechenden Items für die anschließenden Berechnungen. Zudem wurden alle fehlenden Antworten (N. A.) durch den Mittelwert ihrer jeweiligen Spalte ersetzt, um anschließend damit weiterrechnen zu können.

In einem ersten Schritt erfolgte eine Analyse der soziodemographischen Daten, um einen Überblick über die Stichprobe zu erhalten. Dazu wurden Häufigkeitsverteilungen aufgestellt, Minimal- und Maximalwerte beschrieben und Mittelwerte, Mediane und Standardabweichungen berechnet.

In einem nächsten Schritt wurden der Mittelwert und die Standardabweichung der Stress-Skala (*PSS-10*) berechnet, wobei ein höherer Wert ein höheres Level des wahrgenommenen Stressses repräsentiert (Schneider et al. 2020, S. 175). Ihre interne Konsistenz wurde anschließend mithilfe von Cronbach's Alpha (α) bestimmt.

Des Weiteren wurden die Mittelwerte und Standardabweichungen der fünf selbst konstruierten Items zum möglichen Zusammenhang von gesellschaftlichen Mütterbildern und subjektivem Stresserleben berechnet. Aus den fünf Items wurde die Skala „gesellschaftlicher Mütterstress“ gebildet und ebenfalls ihr Mittelwert und ihre Standardabweichung berechnet. Auch hier wurde die interne Konsistenz mithilfe von Cronbach's Alpha (α) bestimmt. Sowohl die Stressskala als auch die Skala gesellschaftlicher Mütterstress sind annähernd normalverteilt. Zudem erfüllt die vorliegende Stichprobe von $n=439$ den zentralen Grenzwertsatz ($n \geq 30$), sodass eine approximative Normalverteilung der Mittelwerte angenommen werden kann (Döring et al. 2016, S. 641).

Um den Zusammenhang zwischen Stress beziehungsweise gesellschaftlichem Mütterstress und den unterschiedlichen soziodemographischen Daten zu erforschen, wurden die Korrelationen der verschiedenen Variablen nach Pearson geprüft. Zudem wurden für einzelne Gruppen (Elternzeit, Rente) Mittelwertvergleiche zu Unterschieden zwischen der Gesamtgruppe und den spezifischen Gruppen und Stress beziehungsweise Mütterstress durchgeführt. Die Gruppen ergaben sich aus den offenen Texteingaben zu „Sonstiges“ bei der soziodemographischen Frage nach der Beschäftigung (SD14_09a). Diese wurden anschließend mithilfe von *t*-Tests für unabhängige Stichproben auf ihre Signifikanz überprüft. Zur Feststellung, ob verschiedene soziodemographische Merkmale einen Effekt auf den gesellschaftlichen Mütterstress haben, wurde eine multiple lineare Regression durchgeführt. Im Anschluss daran wurden die Effektstärken (η^2) berechnet.

Um den Zusammenhang zwischen einzelnen Items der Skala gesellschaftlicher Mütterstress beziehungsweise der gesamten Skala und der Stress-Skala zu erforschen, wurden Korrelationen nach Pearson verwendet.

Die Auswertung der persönlichen und gesellschaftlichen Mütterbilder erfolgte in mehreren Schritten. Mit dem Ziel, einen Überblick über die unterschiedlichen Mütterbilder zu erlangen, wurden die verschiedenen Items in Anlehnung an Diabaté (2015) den zwei Leitlinien

guter Mutterschaft (s. Kapitel 4.2) zugeordnet. Die Leitlinien werden im Folgenden mit Kind- und Berufsorientierung umschrieben (vgl. Diabaté 2015). Um die interne Konsistenz dieser zwei so entstandenen Skalen zu prüfen, wurde zunächst Cronbach's Alpha (α) für eben jene Skalen auf den Ebenen der persönlichen und in der Allgemeinheit wahrgenommenen Mütterbilder errechnet. Da die einzelnen Items anhand verschiedener Skalen (Werte von 1-4, 1-5 bzw. 1-6) beantwortet wurden, mussten die intervallskalierten Daten zunächst anhand einer Ähnlichkeitstransformation mit 1,2 beziehungsweise 1,5 multipliziert werden, um schließlich eine gemeinsame Skala mit den Werten 1 bis 6 zu erhalten. Anschließend galt es die Mittelwerte und Standardabweichungen der vier verschiedenen Skalen persönlich kindorientiert, persönlich berufsorientiert, Allgemeinheit kindorientiert und Allgemeinheit berufsorientiert zu bilden.

Der mögliche Zusammenhang zwischen den vier einzelnen so entstandenen Skalen und den Skalen Stress beziehungsweise gesellschaftlicher Mütterstress, sowie der Zusammenhang zwischen persönlichen und bei der Allgemeinheit wahrgenommenen Mütterbildern wurden ebenfalls anhand von Korrelationen nach Pearson ermittelt.

Um die befragten Teilnehmerinnen je einer Gruppe zuzuordnen, wurden die vier Skalen zur Berufs- und Kindorientierung der beiden Ebenen jeweils in der Mitte bei dem Wert 3 gesplittet. So entstanden vier Einstellungen: starke Kindorientierung, schwache Kindorientierung, starke Berufsorientierung, schwache Berufsorientierung, die jeweils auf der Ebene persönlich sowie in der Allgemeinheit wahrgenommen, betrachtet werden können. Für diese vier Einstellungen wurden nachfolgend jeweils die Häufigkeiten auf beiden Ebenen errechnet. Anhand von Kreuztabellen ließen sich anschließend die absoluten Häufigkeiten von Kombinationen der verschiedenen Merkmalsausprägungen ableiten. Die befragten Mütter verteilten sich dabei unterschiedlich über diese Vierfeldertafeln, sodass auf beiden Ebenen vier Typen von Mütterbildern erkennbar wurden (kindorientiertes Mütterbild, berufsorientiertes Mütterbild, moderates Mütterbild, vereinbarkeitsorientiertes Mütterbild) (vgl. Diabaté 2015). Diese vier unterschiedlichen Mütterbilder wurden anschließend zu einer neuen Variablen „Mütterbilder“ zusammengefasst.

Die vier Typen wurden anschließend erneut in eine Kreuztabelle eingetragen. Dabei wurden die persönlichen vier Mütterbilder den bei der Allgemeinheit wahrgenommenen vier Mütterbildern gegenübergestellt, um die Häufigkeiten der Kombinationen der verschiedenen Mütterbilder festzustellen.

In einem nächsten Schritt wurden die vier neu entstandenen Mütterbilder mit verschiedenen soziodemographischen Merkmalen in Zusammenhang gesetzt, um zu überprüfen, ob bestimmte Mütterbilder mit bestimmten soziodemographischen Merkmalen einhergehen. Dazu wurden Mittelwerte und Standardabweichungen berechnet. Mithilfe des Levene-Tests wurde

die Varianzhomogenität der verschiedenen Gruppen überprüft. Dieser ergab, dass eine Homoskedastizität vorliegt (Field 2011, S. 220). So konnten anschließend mögliche Mittelwertunterschiede mit einem t -Test für unabhängige Stichproben auf ihre Signifikanz überprüft werden. Um zu erforschen, ob ein Zusammenhang zwischen den verschiedenen persönlichen und in der Allgemeinheit wahrgenommenen vier Mütterbildern und der Stress- beziehungsweise gesellschaftlicher Mütterstress-Skala besteht, wurden Mittelwertvergleiche zwischen den Mittelwerten der einzelnen Gruppen und den Mittelwerten der zwei Skalen insgesamt angestellt. Die Signifikanzprüfung der Ergebnisse erfolgte anhand eines t -Tests für unabhängige Stichproben.

Anhand von zweifaktoriellen Varianzanalysen mit den zwei Faktoren persönliches Mütterbild und in der Allgemeinheit wahrgenommenes Mütterbild und der abhängigen Variable Stress beziehungsweise gesellschaftlicher Mütterstress, sollte überprüft werden, ob die oben genannten Faktoren einen signifikanten Effekt auf die abhängige Variable haben. Bei einem signifikanten Effekt wurde zudem die Effekt-Stärke berechnet.

Das Zusatzmodul zur Bedeutung der Allgemeinheit wurde durch die Aufstellung von Häufigkeitsverteilungen zu den einzelnen Items bearbeitet. Zudem wurde die offene Frage zur Allgemeinheit anhand einer qualitativen Inhaltsanalyse ausgewertet (vgl. z. B. Mayring 2015). Beim Lesen der Antworten konnten induktiv verschiedene Codes gebildet werden, die zur Reduzierung und Sortierung der Daten beitrugen. Anhand derselben Methode wurde die offene Frage zu allgemeinen Anmerkungen am Ende des Fragebogens ausgewertet.

5.1.5 Ergebnisse

Im Folgenden werden die Ergebnisse des quantitativen Forschungsteils vorgestellt. Diese sollen nach dem anschließenden Bericht zum qualitativen Forschungsteil mit dessen Ergebnissen verknüpft und in einem nächsten Schritt analysiert werden.

Zunächst wurden einzelne Konstrukte des Fragebogens isoliert betrachtet, auf angemessene Reliabilität überprüft und analysiert und im Verlauf der Auswertung nach und nach miteinander in Beziehung gesetzt.

In einem ersten Schritt wurde die Stress-Skala (*PSS-10*) ausgewertet. Dabei ergab sich bei Skalenwerten von 1-5 ein Mittelwert von $M=2,89$ ($SD=0,68$) und ein mittlerer Summenscore von 28,9, wobei ein höherer Wert ein höheres wahrgenommenes Stresslevel repräsentiert. Die interne Konsistenz als Maß der Reliabilität der Skala betrug $\alpha=0,84$ und kann damit als hoch bewertet werden. Vergleicht man Cronbach's Alpha und den Summenmittelwert mit den Ergebnissen aus anderen Studien, zeigt sich, dass die Werte vergleichbar ausfallen (Klein et al. 2016, S. 4; Schneider et al. 2020, S. 178).

Auch die fünf selbst konstruierten Items zum möglichen Zusammenhang von gesellschaftlichen Mütterbildern und subjektivem Stresserleben wurden zunächst einzeln ausgewertet. Bei Skalenwerten von 1-101 ergaben sich für die einzelnen Items folgende Mittelwerte: Stress durch gesellschaftliche Mütterbilder $M=64,71$ ($SD=27,73$), Stress durch persönliche Mütterbilder $M=68,12$ ($SD=26,17$), Stress bei anderen durch gesellschaftliche Mütterbilder $M=79,44$ ($SD=23,71$), gestiegene Ansprüche zum Muttersein $M=72,44$ ($SD=28,14$) und veränderte persönliche Mütterbilder durch eigene Mutterschaft $M=75,48$ ($SD=27,1$). Im Anschluss wurden die einzelnen Items zu einer Skala mit dem Namen gesellschaftlicher Mütterstress zusammengefasst. Zur Überprüfung ihrer internen Konsistenz wurde erneut Cronbach's Alpha bestimmt. Für die Skala ergab sich so $\alpha=0,64$. Die Reliabilität des Konstrukts ist damit als fragwürdig einzustufen. Der Ausschluss einzelner Items führte nicht zu einer Erhöhung von α , sodass alle Items beibehalten wurden. Ein Wert unter $\alpha=0,7$ (akzeptabel) ist jedoch nicht zwangsläufig ein Hindernis für die weitere Verwendung der Skala. Da der Wert mit $\alpha=0,64$ recht nah an $\alpha=0,7$ liegt und die Skala für die Fragestellung der Arbeit wichtige Informationen enthält, soll sie im Folgenden trotz des geringen Cronbach's Alpha weiter verwendet werden (Schecker 2014, S. 5). Für die gesamte Skala ergibt sich dann ein Mittelwert von $M=72,04$ ($SD=16,92$).

Anschließend wurden beide Skalen auf Zusammenhänge mit den soziodemographischen Merkmalen überprüft, indem Korrelationen nach Pearson berechnet wurden. Für die Stress-Skala ergaben sich dabei kaum signifikante Korrelationen. Jedoch besteht eine signifikante negative Korrelation zwischen dem Alter des ältesten Kindes und dem Stress der Mutter ($r=-0,12$, $p<0,01$), sowie dem Alter des jüngsten Kindes und dem Stress der Mutter ($r=-0,1$, $p<0,05$). Für die Skala gesellschaftlicher Mütterstress ergaben sich ebenfalls signifikante Korrelationen. So korreliert gesellschaftlicher Mütterstress ebenfalls negativ mit dem Alter des ältesten Kindes ($r=-0,25$, $p<0,0001$) und mit dem Alter des jüngsten Kindes ($r=-0,24$, $p<0,0001$). Zudem ergab sich eine negative Korrelation mit dem Alter der Mütter selbst ($r=-0,2$, $p<0,0001$). Zur Überprüfung der Effekte dieser drei Variablen auf den gesellschaftlichen Mütterstress wurde eine multiple lineare Regression durchgeführt. Dabei ergaben sich vier signifikante Effekte. Im Anschluss daran wurden die Effektstärken berechnet. Sowohl das Alter der Mutter mit $\eta^2=0,04$ ($F(1, 438)=17,9$, $p<0,0001$), als auch das Alter des ältesten Kindes mit $\eta^2=0,02$ ($F(1, 438)=4,22$, $p<0,05$) und des jüngsten Kindes mit $\eta^2=0,01$ ($F(1, 438)=8,85$, $p<0,01$) haben einen eigenständigen Effekt auf den gesellschaftlichen Mütterstress. Zudem besteht ein Interaktionseffekt zwischen dem Alter der Mutter und dem Alter des jüngsten Kindes auf den gesellschaftlichen Mütterstress mit $\eta^2=0,02$ ($F(1, 438)=8,48$, $p<0,001$). Bei der Interpretation der

Ergebnisse ist es jedoch wichtig zu beachten, dass immer dann, wenn die Mütter nur ein Kind haben, das älteste Kind gleichzeitig auch das jüngste Kind ist.

Die Mittelwertvergleiche mit der Gesamtgruppe zum Zusammenhang zwischen besonderen Lebensphasen und den Skalen Stress beziehungsweise gesellschaftlicher Mütterstress für die Gruppe der Mütter in Elternzeit und für die Gruppe der Rentnerinnen ergaben nach der Überprüfung durch einen t -Test für unabhängige Stichproben keine signifikanten Ergebnisse. Die Gruppe der Rentnerinnen betrug im Rahmen der Umfrage jedoch nur neun Mütter, sodass die Ergebnisse zu dieser Personengruppe nur bedingt aussagekräftig sind.

Mithilfe der Pearson-Produkt-Moment-Korrelation konnten Zusammenhänge zwischen der Stress-Skala und der Skala gesellschaftlicher Mütterstress nachgewiesen werden. Zwischen den beiden Gesamtskalen besteht eine signifikante positive Korrelation von $r=0,36$, $p<0,0001$. Auch zwischen dem Item Stress durch gesellschaftliche Mütterbilder und der Stress-Skala ($r=0,35$, $p<0,0001$), dem Item Stress durch persönliche Mütterbilder und der Stress-Skala ($r=0,3$, $p<0,0001$) und dem Item gestiegene Ansprüche zum Muttersein und der Stress-Skala ($r=0,15$, $p<0,005$) liegen signifikant positive Korrelationen vor.

Zur Auswertung der erhobenen Daten wurden zunächst die aus der *FLB*-Studie übernommenen Items zu Mütterbildern auf der persönlichen Ebene betrachtet und ähnlich wie in der Studie den zwei Leitlinien guter Mutterschaft (im Folgenden Kind- und Berufsorientierung) zugeordnet (Diabaté 2015, S. 217f.). Dabei repräsentierten die Items *„Mütter sollten einem Beruf nachgehen, um unabhängig vom Mann zu sein.“*, *„Eine Mutter, die nur zuhause ist und sich um ihre Kinder kümmert, wird irgendwann unzufrieden.“* und *„Eine Mutter sollte, wenn möglich, überhaupt nicht erwerbstätig sein.“* mit negativem Vorzeichen die Berufsorientierung, während *„Mütter sollten nachmittags Zeit haben, um ihren Kindern beim Lernen zu helfen.“*, *„Für ein Kind zwischen 1 und 3 Jahren ist es das Beste, wenn es nur von der Mutter betreut wird.“* und *„Eine Mutter sollte, wenn möglich, überhaupt nicht erwerbstätig sein.“* mit positivem Vorzeichen die Kindorientierung repräsentierten. Bei der Überprüfung auf die interne Konsistenz der zwei Skalen mithilfe von Cronbach's Alpha kam die Skala Berufsorientierung auf einen Wert von $\alpha=0,52$ und die Skala der Kindorientierung auf $\alpha=0,56$. Ihre interne Konsistenz ist damit als schlecht zu bewerten, liegt jedoch höher als in der *FLB*-Studie selbst (vgl. Diabaté 2015, S. 218). Im Folgenden wurden deshalb weitere Items aus den anderen Erhebungsinstrumenten den jeweiligen Skalen zugeordnet. Die Skala Kindorientierung wurde somit um die Items MB08_02, MB08_03, MB08_04, MB08_05, MB08_07, MB10_03, MB10_04, MB10_07 und MB10_08 ergänzt und erreichte daraufhin eine interne Konsistenz von $\alpha=0,85$, die somit als gut einzustufen ist. Ebenso wurde die Skala Berufsorientierung um weitere Items

ergänzt (MB08_01, MB08_06, MB10_01, MB10_05, MB10_06) und kam so auf ein Cronbach's Alpha von $\alpha=0,75$, was einer akzeptablen internen Konsistenz entspricht. Die Items MB08_08 und MB10_02 wurden an dieser Stelle nicht weiter in die Analyse einbezogen, da sie den beiden Orientierungen nicht eindeutig zuzuordnen und für die Fragestellung der Arbeit nicht weiter relevant waren.

Auch auf der Ebene der in der Allgemeinheit wahrgenommenen Mütterbilder wurde in dieser Art und Weise verfahren. Zunächst wurden die Skalen Kind- und Berufsorientierung aus den gleichen Items der *FLB*-Studie gebildet (MB05_01, MB05_04, MB, 07_01; MB05_02, MB05_03, MB05_04). Dabei ergab sich für die in der Allgemeinheit wahrgenommene Kind- und Berufsorientierung jeweils ein Cronbach's Alpha von $\alpha=0,6$, was als fragwürdig zu bewerten ist. Nachfolgend wurden deshalb erneut die weiteren Items ergänzt (MB09_02, MB09_03, MB09_04, MB09_05, MB09_07, MB11_03, MB11_04, MB11_07, MB11_08; MB09_01, MB09_06, MB11_01, MB11_06). Die Skala in der Allgemeinheit wahrgenommene Kinderorientierung erreichte so ein Cronbach's Alpha von $\alpha=0,86$, was ebenfalls als gut einzustufen ist. Bei der Skala der in der Allgemeinheit wahrgenommenen Berufsorientierung wurde das Item „*Die Ehe ist eine Partnerschaft, in der Frau und Mann gleichermaßen für die Finanzen verantwortlich sein sollten.*“ (MB11_05) fallen gelassen, weil es das Cronbach's Alpha um 0,03 verschlechtert hätte. Die Skala erreichte im Anschluss einen Wert von $\alpha=0,67$, der als fragwürdig eingestuft werden muss. Wie oben bereits beschrieben, ist das jedoch kein zwangsläufiges Ausschlusskriterium (vgl. Schecker 2014). Da sie für die Fragestellung wichtige Informationen enthält, soll die Skala im Folgenden also weiterverwendet werden. Die Items MB09_08 und MB11_02 wurden, wie schon für ihre Äquivalente auf persönlicher Ebene beschrieben, an dieser Stelle nicht weiter in die Analyse miteinbezogen. Nachfolgend konnten so die Mittelwerte der vier Skalen errechnet werden. Für die persönliche Kindorientierung ergab sich auf einer Skala von 1 bis 6 so ein Mittelwert von $M=2,45$ ($SD=0,79$) und für die persönliche Berufsorientierung ein Mittelwert von $M=2,12$ ($SD=0,62$). Für die in der Allgemeinheit wahrgenommene Kindorientierung ergab sich hingegen ein höherer Wert von $M=3,84$ ($SD=0,88$), dies gilt ebenfalls für die in der Allgemeinheit wahrgenommene Berufsorientierung $M=3,43$ ($SD=0,78$). Insgesamt scheint die Zustimmung zur persönlichen Berufs- und Kindorientierung also etwas geringer auszufallen, als die Zustimmung zu der jeweils in der Allgemeinheit wahrgenommenen Berufs- und Kindorientierung.

Im Anschluss sollte der Zusammenhang zwischen den vier Skalen und den Skalen Stress beziehungsweise gesellschaftlicher Mütterstress überprüft werden. Korrelationen ergaben für die persönliche Kindorientierung sowie die persönliche Berufsorientierung keinen

signifikanten Zusammenhang mit der Stressskala. Für die allgemeine Kindorientierung konnte jedoch eine signifikant positive Korrelation nachgewiesen werden ($r=0,19, p<0,0001$), ebenso konnte für die allgemeine Berufsorientierung eine signifikant positive Korrelation mit der Stress-Skala errechnet werden ($r=0,12, p<0,01$). Die wahrgenommenen allgemeinen Orientierungen scheinen also in einem größeren Zusammenhang mit dem Stressempfinden zu stehen als die persönlichen Orientierungen. Auch für die Skala gesellschaftlicher Mütterstress ergaben sich signifikante Korrelationen mit den Skalen zur persönlichen und allgemeinen Orientierung. So ergab sich für die persönliche Berufsorientierung eine signifikant negative Korrelation von $r=-0,11, p<0,05$ mit dem gesellschaftlichen Mütterstress, für die persönliche Kindorientierung eine signifikant negative Korrelation von $r=-0,14, p<0,005$, für die wahrgenommene Berufsorientierung der Allgemeinheit ein signifikant positiver Wert von $r=0,12, p<0,05$ und für die wahrgenommene Kindorientierung in der Allgemeinheit der stärkste Zusammenhang mit gesellschaftlichem Mütterstress mit einer signifikant positiven Korrelation von $r=0,3, p<0,0001$.

Vergleicht man an dieser Stelle die Stress-Skala mit der Skala zum gesellschaftlichen Mütterstress, so wird deutlich, dass die größte Korrelation jeweils mit der in der Gesellschaft wahrgenommenen Kindorientierung einhergeht. Dieses Ergebnis scheint, den zuvor gefundenen Mittelwertunterschieden zu widersprechen, bei denen der Stress durch gesellschaftliche Mütterbilder ($M=64,71$) geringer eingeschätzt wurde als der Stress durch persönliche Mütterbilder ($M=68,12$). Ein *t*-Test für abhängige Stichproben hat allerdings ergeben, dass diese zuvor festgestellten Mittelwertsunterschiede nicht signifikant sind ($p>0,05$).

Des Weiteren wurden Pearson-Produkt-Moment-Korrelationen für den Zusammenhang zwischen der in der Allgemeinheit wahrgenommenen und der persönlichen Orientierung berechnet. Dabei ergaben sich signifikant negative Korrelationen für den Zusammenhang zwischen einer in der Allgemeinheit wahrgenommenen Berufsorientierung und einer persönlichen Berufsorientierung ($r=-0,14, p<0,005$), zwischen einer wahrgenommenen Berufsorientierung und einer persönlichen Kindorientierung ($r=-0,2, p<0,0001$) zwischen einer in der Allgemeinheit wahrgenommenen Kindorientierung und einer persönlichen Kindorientierung ($r=-0,13, p<0,005$) und zwischen einer in der Allgemeinheit wahrgenommenen Kindorientierung und einer persönlichen Berufsorientierung ($r=-0,26, p<0,0001$). Je mehr also eine Kind- oder Berufsorientierung in der Gesellschaft wahrgenommen wird, desto weniger gibt es eine persönliche Kind- oder Berufsorientierung.

Wie bereits beschrieben, wurden die Skalen persönliche Berufsorientierung und persönliche Kindorientierung jeweils in der Mitte bei 3 gesplittet, sodass sich insgesamt vier Einstellungen ergaben. Ebenso wurde mit den Skalen zur in der Gesellschaft wahrgenommene

Berufsorientierung und in der Gesellschaft wahrgenommenen Kindorientierung verfahren. Nach einer Berechnung der Häufigkeiten ließen sich auf der persönlichen Ebene 92 Personen bei der starken Kindorientierung und 347 Personen bei der schwachen Kindorientierung eingruppiert. Bei der persönlichen Berufsorientierung fielen 36 Personen in die Gruppe der starken und 403 Personen in die Gruppe der schwachen Berufsorientierung. Auf der Ebene der gesellschaftlich wahrgenommenen Orientierungen ließen sich 369 Personen der starken und 70 Personen der schwachen Kindorientierung zuordnen, während 310 eine starke und 129 Personen eine schwache Berufsorientierung der Gesellschaft wahrnehmen.

Die nachfolgenden Kreuztabellen verdeutlichen die Häufigkeiten von Kombinationen der vier verschiedenen Einstellungen auf beiden Ebenen.

Tabelle 1 Kreuztabelle zur Zustimmung und Ablehnung zur persönlichen Kind- und Berufsorientierung

	Ablehnung Kindorientierung	Zustimmung Kindorientierung
Ablehnung Berufsorientierung	338	65
Zustimmung Berufsorientierung	9	27

Innerhalb der Tabelle 1 werden so vier verschiedene Typen von Mütterbildern erkennbar. 2,1 % ($n=9$) der Befragten, die persönlich einer Berufsorientierung zustimmen, lehnen eine persönliche Kindorientierung ab. Sie vertreten ein berufsorientiertes Mütterbild. 6,2 % ($n=27$) der Mütter, die einer Berufsorientierung zustimmen, stimmen ebenfalls einer Kindorientierung zu. Diese vertreten ein vereinbarkeitsorientiertes Mütterbild. 14,8 % ($n=65$) der Probandinnen, die eine Berufsorientierung ablehnen, stimmen einer Kindorientierung zu und vertreten damit ein kindorientiertes Mütterbild. Mit 77 % ($n=338$) mit Abstand die größte Zustimmung erfährt auf der persönlichen Ebene das moderate Mütterbild, das weder der Berufsorientierung noch der Kindorientierung zustimmt.

Tabelle 2 Kreuztabelle zur Zustimmung und Ablehnung zur wahrgenommenen Kind- und Berufsorientierung

	Ablehnung Kindorientierung	Zustimmung Kindorientierung
Ablehnung Berufsorientierung	44	85
Zustimmung Berufsorientierung	26	284

In Tabelle 2 werden auf der Ebene der in der Gesellschaft wahrgenommenen Orientierungen klare Verschiebungen deutlich. Das mit Abstand am stärksten wahrgenommene

gesellschaftliche Mütterbild ist an dieser Stelle mit 64,7 % ($n=284$) das vereinbarkeitsorientierte Mütterbild. Darauf folgt mit 19,4 % ($n=85$) das kindorientierte Mütterbild. Das moderate Mütterbild wird von 10 % ($n=44$) der Mütter wahrgenommen und das berufsorientierte Mütterbild von 5,9 % ($n=26$). Auch in den Antworten zu den Items MB01_01 und MB03_01 auf persönlicher und MB01_02 und MB03_02 auf in der Allgemeinheit wahrgenommener Ebene, werden Unterschiede zwischen persönlichen und gesellschaftlich wahrgenommenen Einstellungen deutlich (s. Anhang C). Da diese jedoch zum Teil eher auf die Männer- und Väterperspektive abzielen, sollen sie an dieser Stelle nur am Rande erwähnt und nicht weiter in die Analyse miteinbezogen werden.

Die entstandenen vier Typen von Mütterbildern wurden anschließend erneut in eine Kreuztabelle eingetragen, um die vier persönlichen Mütterbilder den vier in der Allgemeinheit wahrgenommenen Mütterbildern gegenüberzustellen. Die dunkelblau hervorgehobenen Felder in Tabelle 3 veranschaulichen die Probandinnen, deren persönliches Mütterbild, mit dem von ihnen in der Allgemeinheit wahrgenommenen Mütterbild übereinstimmt. Insgesamt trifft dies auf 60 der 439 befragten Mütter zu.

Tabelle 3 Kreuztabelle zu Mütterbildern auf persönlicher und allgemein wahrgenommener Ebene

persönlich	berufsorientiert	kindorientiert	moderat	vereinbarkeitsorientiert
Allgemeinheit				
berufsorientiert	3	4	17	2
kindorientiert	0	22	58	5
moderat	3	6	25	10
vereinbarkeitsorientiert	3	33	238	10

Dabei deckt sich das Ergebnis mit den zuvor ermittelten Verteilungen. Die größte Gruppe der befragten Mütter vertritt selbst ein moderates Mütterbild, nimmt jedoch in der Gesellschaft ein vereinbarkeitsorientiertes Mütterbild wahr (54,2 %).

Um zu überprüfen, ob es zwischen den vier Gruppen der persönlichen Mütterbilder Unterschiede in der Altersverteilung gibt, wurde das durchschnittliche Alter innerhalb der Gruppen berechnet. Ein t -Test für unabhängige Stichproben ergab jedoch keinen signifikanten Zusammenhang zwischen Alter und Gruppenzugehörigkeit. Auch für die anderen soziodemographischen Merkmale konnten keine nennenswerten Unterschiede gefunden werden.

Tabelle 4 Persönliche Mütterbilder im Zusammenhang mit Stress und gesellschaftlichem Mütterstress

	<i>N</i>	Mittelwert Stress	<i>SD</i>	Mittelwert gesellschaftlicher Mütterstress	<i>SD</i>
persönlich berufsorientiert	9	2,96	0,34	59,09	25,22
persönlich kindorientiert	65	2,82	0,62	69,54	15,01
persönlich moderat	338	2,92	0,7	73,47	16,84
persönlich vereinbarkeitsorientiert	27	2,7	0,71	64,48	15,52
Gesamt	439	2,89	0,68	72,04	16,92

Bei einem Vergleich der Stress-Mittelwerte untereinander (s. Tabelle 4) fällt auf, dass Mütter, die ein vereinbarkeitsorientiertes Mütterbild haben, scheinbar den geringsten und Mütter, die ein berufsorientiertes Mütterbild haben, den höchsten Stress empfinden. Ein Abgleich mit dem Mittelwert der Stress-Skala der gesamten Stichprobe zeigt jedoch, dass alle Werte sich nah um den Gesamtmittelwert verteilen. Auch ein *t*-Test ergibt, dass keine signifikanten Unterschiede vorliegen. Mütter, die persönlich ein moderates Mütterbild haben, scheinen hingegen den höchsten gesellschaftlichen Mütterstress zu empfinden, während Mütter mit berufsorientiertem Mütterbild den geringsten Wert aufweisen. Ein Vergleich mit dem Gesamtmittelwert der Skala ergibt jedoch lediglich für die Gruppe der Mütter mit vereinbarkeitsorientiertem Mütterbild einen signifikanten Unterschied ($t(29,93)=-2,44, p<0,05$).

Tabelle 5 In der Allgemeinheit wahrgenommene Mütterbilder im Zusammenhang mit Stress und gesellschaftlichem Mütterstress

	<i>N</i>	Mittelwert Stress	<i>SD</i>	Mittelwert gesellschaftlicher Mütterstress	<i>SD</i>
Allgemeinheit berufsorientiert	26	2,43	0,51	61,45	22,47
Allgemeinheit kindorientiert	85	2,8	0,72	72,24	15,58
Allgemeinheit moderat	44	2,68	0,64	63,02	18,72
Allgemeinheit vereinbarkeitsorientiert	284	2,99	0,66	74,34	15,65
Gesamt	439	2,89	0,68	72,04	16,92

Vergleicht man die Mittelwerte der Stress-Skala untereinander, wird in Tabelle 5 sichtbar, dass Mütter, die in der Allgemeinheit ein berufsorientiertes Mütterbild wahrnehmen, das geringste Stressempfinden aufweisen und Mütter, die ein vereinbarkeitsorientiertes Mütterbild

wahrnehmen, sich am stärksten gestresst fühlen. Ein Abgleich mit dem Gesamtmittelwert der Stress-Skala ergab signifikante Unterschiede zwischen dem Gesamtwert und einer wahrgenommenen Berufsorientierung ($t(30,45)=-4,38, p<0,0005$), einem wahrgenommenen moderaten Mütterbild ($t(53,23)=-2, p<0,05$) und einem wahrgenommenen vereinbarkeitsorientierten Mütterbild ($t(615,8)=1,99, p<0,05$). Mütter, die in der Gesellschaft ein vereinbarkeitsorientiertes Mütterbild wahrnehmen, fühlen sich demnach signifikant stärker gestresst als die Gesamtgruppe. Mütter, die in der Allgemeinheit ein berufsorientiertes oder ein moderates Mütterbild wahrnehmen, fühlen sich demgegenüber signifikant weniger gestresst. Bei der Skala zum gesellschaftlichen Mütterstress sind die Werte ähnlich verteilt. Frauen, die in der Gesellschaft ein berufsorientiertes Mütterbild wahrnehmen, haben im Durchschnitt den geringsten und solche, die ein vereinbarkeitsorientiertes Mütterbild wahrnehmen den höchsten durchschnittlichen Wert auf dieser Skala. Beim Vergleich mit dem Gesamtwert der Skala zeichnen sich signifikante Unterschiede zwischen den Müttern, die ein moderates ($t(50,3)=-3,1, p<0,005$) sowie ein berufsorientiertes Mütterbild ($t(26,7)=-2,36, p<0,05$) in der Gesellschaft wahrnehmen und der Gesamtgruppe ab. Die vorgenannten Gruppen empfinden im Mittel signifikant weniger gesellschaftlichen Mütterstress.

Die durchgeführte zweifaktorielle Varianzanalyse mit der abhängigen Variablen Stress, dem vierfach gestuften ersten Faktor wahrgenommene Mütterbilder (kindorientiert, berufsorientiert, moderat, vereinbarkeitsorientiert) und dem vierfach gestuften zweiten Faktor persönliche Mütterbilder (kindorientiert, berufsorientiert, moderat, vereinbarkeitsorientiert) ergab einen signifikanten Effekt von $\eta^2=0,05$ für den ersten Haupteffekt der wahrgenommenen Mütterbilder ($F(3, 424)=8,3, p<0,0001$). Der zweite Haupteffekt der persönlichen Mütterbilder und der Interaktionseffekt sind jedoch nicht signifikant ($F(3, 424)=0,7, p=0,53$; $F(8, 424)=0,5, p=0,85$). Auch für die abhängige Variable gesellschaftlicher Mütterstress wurde eine zweifaktorielle Varianzanalyse mit dem vierfach gestuften ersten Faktor wahrgenommene Mütterbilder (kindorientiert, berufsorientiert, moderat, vereinbarkeitsorientiert) und dem vierfach gestuften zweiten Faktor persönliche Mütterbilder (kindorientiert, berufsorientiert, moderat, vereinbarkeitsorientiert) durchgeführt. Sie ergab einen signifikanten Effekt $\eta^2=0,06$ für den ersten Haupteffekt der wahrgenommenen Mütterbilder ($F(3, 424)=9,95, p<0,0001$). Der zweite Haupteffekt der persönlichen Mütterbilder und der Interaktionseffekt sind hier jedoch ebenfalls nicht signifikant ($F(3, 424)=2,18, p=0,09$; $F(8, 424)=0,927, p=0,49$).

Bei der Auswertung des Zusatzmoduls zur Allgemeinheit sollten die Teilnehmerinnen die Frage „Woher, denken Sie, kommt Ihr Bild von der „Allgemeinheit“?“ beantworten (s. Abbildung 4).

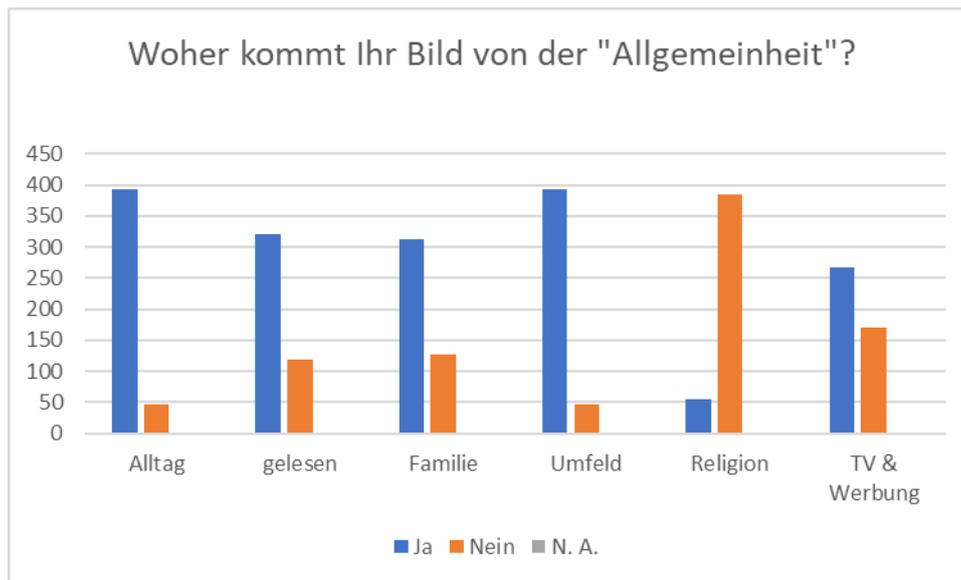


Abbildung 4 Ergebnisse zu Item MB13 (eigene Darstellung)

Dabei wurde deutlich, dass es für die meisten Mütter dadurch geprägt ist, dass sie im Alltag sehen, wie sich andere Menschen verhalten ($n=392$) und von dem, was Sie von Freund*innen, Kolleg*innen, Bekannten oder Leuten vom Stammtisch oder Verein kennen ($n=392$). Am wenigsten kommt es für die Frauen daher, was ihre Religion dazu sagt ($n=54$).

Wenn sie nach der „Meinung der Allgemeinheit“ gefragt wurden, hatten nur 33,7 % der Probandinnen das Gefühl, immer sagen zu können, was die „Allgemeinheit“ denkt. Jedoch hatten 68,8 % der Frauen bei den Fragen zur „Allgemeinheit“ immer dasselbe Bild vor Augen.

Bei der Auswertung der offenen Frage zur Allgemeinheit wurden im Rahmen der qualitativen Inhaltsanalyse induktiv verschiedene Codes gebildet und ihre Häufigkeit gezählt. Am häufigsten wurde die Frage an wen oder was die Teilnehmerinnen bei der Allgemeinheit gedacht haben auch mit der Erklärung „Freund*innen, Kolleg*innen, Bekannten oder Leuten vom Stammtisch oder Verein“ kennen beantwortet ($n=138$). Eine weitere häufige Antwort war der Code „Durchschnitt der deutschen Gesellschaft“ ($n=121$). Darauf folgten die „(sozialen) Medien“ ($n=91$) und die „Familie“ ($n=82$). Einige dachten ebenfalls an „Verhalten und Meinungen anderer im Alltag“ ($n=51$) und andere hatten dabei explizit an „eher ältere Menschen“ ($n=47$) gedacht. Weitere Codes entstanden für die „Politik“ ($n=22$) und die „Presse“ ($n=19$). Einzelne dachten speziell an „Eltern“ ($n=19$), „Mütter“ ($n=17$), „Kinderlose“ ($n=13$), „Männer“ ($n=14$), „Frauen“ ($n=4$), die „eigene Generation“ ($n=7$) oder „Erwachsene“ ($n=6$). Manche Teilnehmerinnen dachten dabei an „Institutionen und Fachpersonal“ ($n=13$) und andere hingegen an „konservative Meinungen“ ($n=16$) und „Klischees“ ($n=6$). 8 Teilnehmerinnen gaben zusätzlich an,

dass ihnen die Fragen zur Allgemeinheit sehr schwerfielen und 11 gaben an, dass sie das Gefühl hätten, die „Allgemeinheit“ sei sehr divers beziehungsweise widersprüchlich.

Für die offene Frage zu allgemeinen Anmerkungen am Ende des Fragebogens wurden ebenfalls induktiv verschiedene Codes gebildet. Diese bleiben allerdings eher allgemein, da dieses Textfeld keine spezielle Fragestellung hatte und die Antworten deshalb sehr weit auseinandergehen und größtenteils nur vereinzelt auftauchen. Es ergaben sich folgende grobe übergeordnete Codes: „Kritik an der Gesellschaft“, „Fragebogenkritik/Anmerkungen“, „Erklärung/Anmerkung zu Rollenbildern“, „eigene Erfahrungen Mütterbild und Stress“, „Lösungsansätze“ und „Stress in anderen Kontexten“. Unter die „Kritik an der Gesellschaft“ fallen durch die COVID-19-Pandemie neu zutage getretene gesellschaftliche Rollenerwartungen und -verteilungen, die Kritik am veralteten und widersprüchlichen Mütterbild in der Gesellschaft, aber auch am gesellschaftlichen Männer- beziehungsweise Väterbild, das eine Abkehr vom Modell des Mannes als Hauptverdiener erschwert, die fehlende (finanzielle) Anerkennung von Care-Arbeit und der Gender-Pay-Gap. Ebenfalls wurde eine starke Be- und Verurteilung von mütterlichen Entscheidungen und mütterlichem Handeln, insbesondere durch andere Mütter kritisiert. Der Code „Fragebogenkritik/Anmerkungen“ enthielt ebenfalls verschiedene Unterpunkte. So wurde häufiger der Wunsch nach mehr Spezifizierung beziehungsweise Differenzierung geäußert. Die Wünsche bezogen sich dabei auf eine klarere Trennung zwischen Kinderbetreuung und Haushaltsaufgaben, eine klarere Differenzierung zwischen Teilzeit- und Vollzeitarbeit, eine größere Berücksichtigung spezifischer Lebensumstände (Schwangerschaft, alleinerziehend). Zudem wurden eine größere Einbeziehung des Partners, des Vaters oder anderer Bezugspersonen und ein weiterer Blick auf Familie insgesamt gewünscht und das hinter den Fragen stehende heteronormative Familienbild kritisiert. Auch Antwortmöglichkeiten, die eine Bewertung im Sinne von „jeder nach seinem Gusto“ ermöglicht hätten, wurden erstrebt. Es gab einige Anmerkungen, die beschrieben, dass sich das Stressempfinden durch die vorangegangenen Ferien und die COVID-19-Pandemie verbessert beziehungsweise verschlechtert hätten und zu anderen Zeitpunkten anders ausgefallen wären. Häufiger wurde geäußert, dass die Antworten vermutlich dadurch bedingt sind, ob die Mütter aus Ost- oder aus Westdeutschland kommen. Schließlich merkten einige Mütter an, dass es ihnen sehr schwergefallen sei, die Fragen aus Sicht der Allgemeinheit zu beantworten, da sie diese als sehr heterogen und vor allem als zwei widersprüchlichen Polen zugeordnet wahrnahmen. Unter den Code „Erklärung/Anmerkung zu Rollenbildern“ fielen ebenfalls verschiedene Punkte. So wurde konstatiert, dass es kein gesamtgesellschaftliches Mütterbild gebe, sondern dass dieses eher innerhalb von Teilkulturen der Gesellschaft entstände. Auch hänge die Entstehung von Mütterbildern oder gelebten

Rollenverteilungen häufig von biologischen Voraussetzungen und äußeren Einflüssen wie dem Gehalt oder der Arbeitsmarktsituation ab. Von einigen Müttern wurde wahrgenommen, dass eine längere Betreuung von Kindern zu Hause eher zu Kritik führe und ein schneller Wiedereinstieg in den Beruf eher gewünscht sei. Der Code „eigene Erfahrungen Mütterbild und Stress“ beinhaltet eigene Schilderungen der Befragten. Einige berichten, dass sie selbst häufig einen Konflikt zwischen dem Muttersein und der Berufstätigkeit spüren. Dieser Konflikt entstehe durch gesellschaftliche, aber auch durch eigene Ansprüche. Dabei kämen einige der Mütter in einen Rechtfertigungsdruck für das gewählte Lebensmodell. Manche Mütter berichten zudem, dass sie sich immer wieder Tipps, Meinungen, Kommentaren, Erwartungen und Ansprüchen anderer ausgesetzt fühlen. Diese seien zum Teil widersprüchlich und enthielten häufig sehr vielfältige Kriterien. Sie führten oftmals zu einer inneren Zerrissenheit. Den größten Druck verspürten viele dieser Mütter dabei durch andere Mütter. Der Code „Lösungsansätze“ enthält einige Vorschläge der Probandinnen, zum Umgang mit den gesellschaftlichen Mütterbildern. So fordern einige Mütter ein Umdenken von Politik, bezogen auf das alte Klischeebild und die dadurch entstandenen Arbeitsmodelle, eine Entlohnung von Care-Arbeit, flexible Arbeitszeiten und Kita-Gebühren, die durch eine (Teilzeit-)Tätigkeit zu decken sind. Zudem wurde die wichtige Rolle des Partners für die Stressbewältigung betont. Andere Mütter beschrieben Modelle der Arbeitsteilung, bei denen beide Elternteile in Teilzeit arbeiten oder Modelle, wo die Person, die der Lohnarbeit nachgeht, die Person, die die Care-Arbeit leistet, bezahlt. Im Code „Stress in anderen Kontexten“ wurden Anmerkungen zusammengefasst, bei denen Mütter berichtet haben, welche Aspekte zusätzlich als Stressoren auftauchen können. So wurde Stress durch befristete Arbeitsverträge und schwierige Karrierechancen durch Teilzeit beschrieben. Zudem wurde Stress durch Alter und Temperament der Kinder, Erwartungen des Partners, die Pflege von Kindern mit Behinderung und durch eigene hohe Erwartungen und Bedürfnisse genannt. Für einige führt der Wunsch nach einer egalitären Arbeitsteilung, der jedoch beispielsweise ökonomisch oder organisatorisch nicht umsetzbar ist, zu Stress. Auch der Druck, gut aussehen zu müssen, sei für einige ein Stressor.

5.2 Qualitativer Teil

5.2.1 Forschungsdesign

Der qualitative Forschungsteil der vorliegenden Arbeit soll dazu dienen, die quantitativen Ergebnisse durch detaillierte individuelle Perspektiven von Müttern zu ergänzen. Da qualitative Forschung in der Regel insbesondere auf „einen sinnverstehenden Zugang zu psychischen,

sozialen und kulturellen Wirklichkeiten“ (Mey und Mruck 2014, S. 10) abzielt, erschien dieser Ansatz ideal, um den möglicherweise hinter den Ergebnissen der quantitativen Daten stehenden Bewertungen, Beschreibungen und Erklärungen von Müttern zu gesellschaftlichen Mütterbildern und ihrem möglichen Zusammenhang mit dem subjektiven Stresserleben nachzugehen. Auf Grundlage erster Erkenntnisse aus den quantitativen Daten wurden Interviewleitfäden entwickelt und die Auswahl der Probandinnen getroffen.

Da sich aus den quantitativen Daten erste Gewichtungen verschiedener Mütterbilder, sowohl auf persönlicher als auch auf gesellschaftlicher Ebene, ableiten ließen, sollten diese im qualitativen Forschungsvorhaben genauer erfragt und hinterfragt werden. Weiterhin sollten weitere Nachforschungen zu möglichen Erklärungsansätzen für die signifikanten Zusammenhänge zwischen verschiedenen Mütterbildern und dem erlebten Stress beziehungsweise dem gesellschaftlichen Mütterstress führen. Die quantitativen Ergebnisse des Fragebogens sowie die Anmerkungen in der offenen Abschlussfrage wiesen auf einen Zusammenhang zwischen gesellschaftlichen Mütterbildern und dem subjektiven Stresserleben von Müttern hin. Deshalb sollte in den qualitativen Erhebungen ein Fokus auf Möglichkeiten zur Entlastung von Müttern und auf wünschenswerte Veränderungen auf verschiedenen Ebenen gelegt werden. Diese Ergebnisse sollten nach Möglichkeit zum Ende der Arbeit in die Handlungsstrategien einfließen. Eine Abfrage solcher Strategien wäre in der quantitativen Erhebung zum einen methodisch deutlich schwieriger umzusetzen gewesen, zum anderen hätte sie den Rahmen des Fragebogens überstrapaziert.

Die Auswahl der Probandinnen für den qualitativen Forschungsteil erfolgte ebenfalls aufgrund von Ergebnissen der quantitativen Daten, sowie zusätzlich aufgrund von Erkenntnissen anderer Studien. Die Auswertung der quantitativen Daten ergab unter anderem, dass es negative Korrelationen zwischen dem Alter des jüngsten und ältesten Kindes und dem erlebten Stress der Mütter, sowie negative Korrelationen zwischen dem Alter der Mutter, dem Alter des ältesten und des jüngsten Kindes und dem gesellschaftlichen Mütterstress gibt. Je älter also die Kinder sind, desto geringer scheint das Stresserleben beziehungsweise der gesellschaftliche Mütterstress der befragten Teilnehmerinnen zu sein. Die Studie von Giesselmann (2018, S. 739) zeigte andererseits auf, dass insbesondere Mütter, deren erstes Kind zwischen vier und sieben Jahre alt war, ein verringertes mentales Wohlbefinden vor allem bei Merkmalen mit Stressbezug aufwiesen. Befragt wurden deshalb eine Mutter, die bereits erwachsene Kinder hat und demgegenüber eine Mutter, deren ältestes Kind zwischen vier und sieben Jahre alt ist. Die Befragungen der zwei verschiedenen Mütter sollten einen späteren Vergleich der unterschiedlichen Perspektiven ermöglichen. Die Akquise der Mütter erfolgte über private Netzwerke. Die

zwei ausgewählten Teilnehmerinnen waren der Autorin vor Beginn der Erhebungen nicht bekannt.

5.2.2 Interviewpartnerinnen und -setting

Im nachfolgenden Kapitel werden die jeweiligen Interviewsituationen kurz beschrieben und die beiden Interviewpartnerinnen vorgestellt.

Da die Mütter, wie oben bereits beschrieben, unterschiedliche Eigenschaften mitbrachten, wurden sie anhand individuell auf sie angepasster Leitfäden interviewt. Die Mutter, die bereits erwachsene Kinder hat, wird im Folgenden Frau Groß genannt. Die Mutter, deren Kinder noch jung sind, wird im Folgenden Frau Klein genannt. Die teilstrukturierten Interviews fanden aufgrund von Entfernung und Einschränkungen durch die COVID-19-Pandemie telefonisch statt. Die Mütter befanden sich zum Zeitpunkt des Gesprächs jeweils zu Hause, sodass ein Telefonat über den Festnetzanschluss möglich war. Die Interviewerin hatte bei ihrem Telefon den Lautsprecher eingeschaltet, sodass die Interviews, mit Einverständnis der Mütter, für die spätere Auswertung mit einem Diktiergerät aufgezeichnet werden konnten. Die Gespräche fanden am 20. Oktober 2020 am Nachmittag mit Frau Groß und am 22. Oktober 2020 am Vormittag mit Frau Klein statt. Beide Interviews dauerten etwa 40 Minuten. Die Interviewpartnerinnen stellen sich wie folgt dar:

Frau Groß

Frau Groß war zum Zeitpunkt des Interviews 58 Jahre alt. Sie ist Mutter von zwei Kindern. Ihr Sohn ist 26 Jahre alt und ihre jüngere Tochter ist 24. Frau Groß ist seit 30 Jahren mit Herrn Groß, dem Vater ihrer beiden Kinder, verheiratet. Sie lebten immer als Familie zusammen. Frau Groß lebt in einer Mittelstadt in Nordrhein-Westfalen und ist seit etwa zwei Jahren geringfügig in einem Pharmaziegroßhandel tätig. Sie arbeitet dort vier Tage die Woche jeweils eindreiviertel Stunden am Vormittag. Als sie 33 Jahre alt war, entschieden sich Frau Groß und ihr Mann bewusst dafür, Kinder zu bekommen. 1994 wurde dann ihr erstes Kind geboren. Ein Jahr nach der Geburt dieses Sohnes zog die Familie in eine andere Stadt, sodass Frau Groß nicht wieder bei ihrem vorherigen Arbeitgeber einsteigen konnte. Bald darauf, 1996, wurde ihre Tochter geboren, weshalb Frau Groß keine neue Stelle begann. Sie entschied sich dafür, nicht zu arbeiten, weil sie sich um ihre Kinder kümmern wollte. Herr Groß hat immer viel und lange gearbeitet und konnte sich deshalb nur wenig um die Kinder kümmern. Frau Groß begann wieder zu arbeiten, als ihre Tochter neun Jahre alt war und auf die weiterführende Schule wechselte. Sie arbeitete täglich einige Stunden in einer Buchhandlung in der Stadt. Insgesamt war sie etwa

25-30 Stunden pro Monat tätig. Sie blieb dort elf Jahre, bis sie vor etwa drei Jahren aufhörte, um sich unter anderem intensiver um ihre pflegebedürftigen Eltern kümmern zu können. Frau Groß hatte stets Unterstützung, wenn es um die Betreuung der Kinder ging. Rückblickend sagt sie: „Ich finde es sehr schön, Mutter zu sein. Das ist für mich sehr wichtig gewesen und ich habe das auch immer sehr genossen. Also, ich liebe das, Mutter zu sein.“ (Frau Groß, Anhang F, Z. 431f.)

Frau Klein

Frau Klein war zum Zeitpunkt des Interviews 36 Jahre alt. Sie hat zwei Kinder, einen Sohn, der vier Jahre alt ist und eine zweijährige Tochter. Frau Klein ist mit dem Vater ihrer beiden Kinder verheiratet. Vor einem Jahr zog die Familie aus der Großstadt weg und lebt nun gemeinsam in einer Mittelstadt in Niedersachsen. Frau Klein ist mit 65-70 % als Lehrerin an einem Gymnasium in der Großstadt tätig. Ihr Mann, Herr Klein, ist ebenfalls berufstätig und arbeitet circa 75 %. Zum Teil ist er im Homeoffice tätig und zum Teil außer Haus. Frau Klein beschreibt ihr Lebensmodell als „Luxussituation“ (Frau Klein, Anhang G, Z. 718), da sie beide in etwa gleich viel verdienen und es sich daher ökonomisch leisten konnten, beide mit reduzierter Stundenanzahl zu arbeiten und so Erwerbs- und Care-Arbeit gleichmäßig untereinander aufzuteilen.

5.2.3 Das Leitfadeninterview

Als Forschungsinstrument für die qualitative Erhebung der Arbeit kam das Leitfadeninterview als Methode zum Einsatz. Das Leitfadeninterview ist ein klassisches Instrument der qualitativen Forschung und orientiert sich an deren „Forderung nach Offenheit“ (Mayer 2013, S. 37). Das angewandte Instrument kann als teilstrukturiertes Erhebungsinstrument gewertet werden, dem ein „Leitfaden mit offen formulierten Fragen [...] zugrunde liegt“ (Mayer 2013, S. 37). Diese geben der befragten Person die Möglichkeit, ebenso offen auf diese zu antworten und dienen der interviewenden Person gleichzeitig als Orientierung, wesentliche Aspekte nicht zu übersehen. Der Leitfaden strukturiert den Gesprächsverlauf und sorgt zudem dafür, dass sich die Daten mehrerer Interviews später besser miteinander vergleichen lassen. Dennoch lässt er den Spielraum, die Reihenfolge der Fragen zu variieren und in der Interviewsituation spontane, zuvor nicht enthaltene Nachfragen zu stellen.

Vor Beginn des Interviews kann der Leitfaden individuell auf die Befragten abgestimmt werden, was sich im Rahmen der vorliegenden Arbeit aufgrund der unterschiedlichen Eigenschaften der Mütter als sinnvoll erwies (Döring et al. 2016, S. 322). Das Leitfadeninterview erscheint zudem hilfreich, um konkrete Aussagen über einen Gegenstand zu erheben und dabei

gleichzeitig flexibel auf die unterschiedlichen befragten Personen zu reagieren. Diese Form des Interviews schien für die Forschungsfrage dieser Arbeit angemessen, da es die Interviewten dazu ermuntert „subjektive[...] Deutungsmuster, Denkweisen und ihre wahrgenommene Realität ausführlich dar[zustellen“ (Gäckle 2016, S. 22).

Die Leitfäden, die den zwei geführten Interviews zugrunde lagen, waren insgesamt gleich aufgebaut und unterschieden sich lediglich in Bezug auf die Fragestellungen, die auf die Vergangenheit von Frau Groß zielten, als ihre Kinder noch klein waren (s. Anhang D und E). Beide Leitfäden waren thematisch gegliedert und in verschiedene Blöcke eingeteilt.

Zu Beginn der Interviews erfolgte ein Einstieg in das Thema der vorliegenden Arbeit, in dem wesentliche Begrifflichkeiten der nachfolgenden Fragen kurz erläutert wurden. So erfolgte eine kurze Definition der Begriffe Allgemeinheit/Gesellschaft und Mütterbild, die in dieser Form auch der vorliegenden Arbeit zugrunde liegen. Diese sollte dazu dienen, im Verlauf des Gesprächs eine gemeinsame Basis für das Verständnis der Begrifflichkeiten zu schaffen. An die einleitenden Erläuterungen schlossen sich kurze Fragen zu den jeweiligen Probandinnen an, die als Gesprächsöffner dienen sollten und gleichzeitig wichtige soziodemographische Daten erhoben. Darauf folgte der erste Themenblock „Mütterbilder“. An dieser Stelle sollten eigene und in der Allgemeinheit/Gesellschaft wahrgenommene Mütterbilder erfragt und mögliche Diskrepanzen zwischen den zwei Ebenen und empfundene Veränderungen der Mütterbilder im Zeitverlauf erforscht werden. Daran knüpfte der zweite Themenblock „Mütterbilder und Stress“ an. Dieser Teil hatte die Ergründung möglicher Zusammenhänge zwischen den zuvor erfragten Mütterbildern und dem (eigenen) Stresserleben zum Ziel. Der dritte und letzte Themenblock „Handlungsstrategien“ diente der Betrachtung von direkten Möglichkeiten zur Entlastung von Müttern und der Entwicklung von (längerfristigen) Handlungsstrategien auf verschiedenen Ebenen. Der Leitfaden schloss mit einer offenen Frage zum gesamten Themenbereich, der die Äußerung von offenen Gedanken, Fragen und Anmerkungen ermöglichte.

5.2.4 Auswertung

Für die Auswertung der beiden Leitfadeninterviews wurden die währenddessen angefertigten Tonaufnahmen in einem ersten Schritt mithilfe der Transkriptionssoftware Express Scribe erstellt (s. Anhang F und G). Die Transkription diente der Überführung des sprachlichen Materials in schriftliche Daten, mit denen anschließend weitergearbeitet wurde. Die Transkripte der Interviews bilden somit „die zentrale Ausgangsbasis der wissenschaftlichen Analyse“ (Fuß und Karbach 2019, S. 17) des qualitativen Forschungsteils. Für die Transkription wurde ein einfaches System gewählt, bei dem zwar wörtlich transkribiert, die Sprache und Interpunktion aber

geglättet wurden. Längere Pausen wurden durch Punkte (...) markiert und es wurden deutlich erkennbare Absätze und Bezeichnungen für die jeweiligen Sprecherinnen dokumentiert. Die Daten der Interviewpartnerinnen, die Rückschlüsse auf ihre Person zugelassen hätten (z. B. Wohnorte, Namen), wurden in den Transkripten anonymisiert (Kuckartz 2018, S. 166ff.).

Diese Form der Transkription geht zwar mit Informationsverlusten auf der verbalen und non-verbalen Ebene (wie beispielsweise Dialekt, Betonung, Laustärke, Gestik) einher, wurde an dieser Stelle jedoch aufgrund von zeitökonomischen Gesichtspunkten, sowie einer deutlich besseren Lesbarkeit gewählt. Zudem liegt der Fokus der nachfolgend gewählten Auswertungs- und Analysemethode „in erster Linie auf der inhaltlichen Ebene“ (Fuß und Karbach 2019, S. 31), sodass eine detailliertere Wiedergabe der Interviewinhalte in oben beschriebener Form voraussichtlich keinen nennenswerten Erkenntnisgewinn geliefert hätte.

Auf Grundlage der Transkripte konnte dann mit der eigentlichen Datenauswertung begonnen werden. Dazu kam die qualitative Inhaltsanalyse zum Einsatz. Diese hat „die Analyse von Material, das aus irgendeiner Art von Kommunikation stammt“ (Mayring 2015, S. 11) zum Ziel und bot sich deshalb aufgrund der vorliegenden Daten aus einem Kommunikationsprozess, dem Interview, an. Sie ist systematisch und regelgeleitet und zeichnet sich durch ihre kategorienbasierte Vorgehensweise aus. Textverstehen und Textinterpretation lassen sich als wesentliche Ausprägungen dieser Methode benennen (Kuckartz 2018, S. 26f.). Die Transkripte der zwei für diese Arbeit geführten Interviews sind im Folgenden die Auswahlinheiten der Auswertung.

Um eine qualitative Inhaltsanalyse durchführen zu können, musste zunächst ein Kategoriensystem entwickelt werden. Dieses stellt das „zentrale Instrument der Analyse dar“ (Mayring 2015, S. 51), weil ihm unter anderem eine entscheidende Rolle in der Vergleichbarkeit der Ergebnisse und für die Nachvollziehbarkeit der Analyse durch andere zukommt (Mayring 2015, S. 51f.). Die Kategorien für die vorliegende Arbeit wurden sowohl deduktiv, anhand des Leitfadens und der in dieser Arbeit verwendeten Literatur, als auch induktiv, anhand der empirischen Daten, gebildet.

So entstanden für die vorliegende Arbeit insgesamt 9 Hauptkategorien, 14 Subkategorien erster Ordnung und 3 Subkategorien zweiter Ordnung. Die nachfolgende Tabelle 6 gibt einen Überblick über die verschiedenen Kategorien:

Tabelle 6 Kategorien der qualitativen Inhaltsanalyse

Hauptkategorien	Subkategorien 1. Ordnung	Subkategorien 2. Ordnung
Mütterbilder	Persönlich	

	Persönlich – im Verlauf der Zeit	
	In der Gesellschaft wahrgenommen	
	In der Gesellschaft wahrgenommen – im Verlauf der Zeit	
Verändertes Mütterbild innerhalb der letzten 50 Jahre	Gründe für Veränderungen	
Mutterrolle – Vaterrolle		
Auswirkungen des gesellschaftlichen Mütterbildes auf die eigene Person		
Stress	Stress durch Ansprüche der Gesellschaft	
	Stress durch persönliche Ansprüche	
	Stress durch gesellschaftliche Mütterbilder - bei anderen	
	Stress durch persönliche Ansprüche – bei anderen	
	Stress bei mir selbst	
	Stress bei anderen	
Handlungsstrategien	Eigene Maßnahmen gegen Stress	
	Tipps für andere Mütter gegen Stress	
	Veränderungen, damit gesellschaftliche Mütterbilder weniger Stress auslösen	Persönliche Ebene
		Auswirkungen von Veränderungen auf persönlicher Ebene auf die Kinder
		Gesellschaftliche/politische Ebene
Besonderheiten während COVID-19		
Wünsche zur Veränderung der jetzigen Situation		
Schwierigkeiten für Mütter/Eltern		

5.2.5 Ergebnisse

Die Ergebnisse des qualitativen Forschungsteils werden mithilfe der im Auswertungsprozess entstandenen Kategorien sowie anhand der Hauptfragestellungen der Arbeit skizziert. Die Darstellung orientiert sich an drei Hauptthemenblöcken, die um weitere Aspekte aus Tabelle 6 ergänzt werden. So wird zunächst der Blick auf die verschiedenen persönlichen sowie in der

Gesellschaft wahrgenommenen Mütterbilder gerichtet. Im Anschluss sollen diese mit dem Stresserleben von Müttern abgeglichen und schließlich Handlungsstrategien auf verschiedenen Ebenen aufgezeigt werden, die Mütter in Bezug auf ihr Stresserleben (durch gesellschaftliche Mütterbilder) potenziell entlasten können.

Mütterbilder

Zunächst beschrieben die befragten Mütter ihre persönlichen Mütterbilder. Frau Groß legte dabei zum jetzigen Zeitpunkt insbesondere einen Fokus auf das Vertrauensverhältnis, das zwischen ihr und ihren Kindern entstanden sei. Für sie sei es „das Wichtige [...], dass [sie] es geschafft habe, dass [ihre] Kinder dieses Vertrauen zu [ihr] haben“ (Frau G., Z. 85f.) und mit jedem Problem zu ihr kämen. Zudem beschrieb sie, dass es, bevor ihre Kinder eingeschult wurden, für sie ebenfalls sehr wichtig gewesen sei, immer für ihre Kinder da zu sein. Sie begründet diese Einstellung, mit der von ihr wahrgenommenen hohen Relevanz der körperlichen Bindung zu Kleinkindern (Frau G., Z. 90ff.). Frau Groß sagt rückblickend, dass sie die Mutterrolle heute wieder genauso wahrnehmen würde, wie sie es vor knapp 30 Jahren gemacht habe, führt das jedoch auch auf die Prägung durch ihre eigene Familie zurück. Sie sei „sehr behütet in einer katholischen Familie aufgewachsen“ (Frau G., Z. 128; 98f.) und dieses Familienbild habe sie geprägt. Gleichzeitig reflektiert sie, dass sie ihr Familienmodell heute wiederholen würde, weil sie „in der glücklichen Lage [sei] [...] finanziell abgesichert zu sein“ (Frau G., Z. 101f.) und alles gut gelaufen sei. Wäre sie eine alleinerziehende Mutter, würde sie heute manches vielleicht anders bewerten, überlegt sie.

Frau Klein legt ebenfalls einen Fokus auf die gemeinsame Zeit mit den Kindern. Für sie sei es „wichtig, dass man halt auch wirklich Zeit bewusst mit den Kindern verbringt am Tag, also so, dass es halt irgendwie auch Zeiten gibt, wo die Kinder nicht nur so nebenher laufen“ (Frau K., Z. 527ff.). Für sie spielt dabei im Gegensatz zu Frau Groß jedoch nicht so sehr die Länge der gemeinsamen Zeit eine Rolle, sondern mehr, das bewusste Nehmen dieser Zeit. Gleichzeitig sei es für sie und ihr persönliches Wohlbefinden jedoch auch von großer Bedeutung, nicht 24 Stunden nur für ihre Kinder da zu sein, sondern auch ihrem Job und ihren Freizeitbeschäftigungen nachzugehen, also „nicht nur Mama und Hausfrau“ (Frau K., Z. 544f.) zu sein.

Gefragt nach den Mütterbildern, die sie in der Gesellschaft oder der Allgemeinheit wahrnehmen, beschreiben beide Mütter, dass sie kein einheitliches Bild wahrnehmen. Frau Groß nimmt die Gesellschaft als zwiegespalten wahr. Sie nimmt auf der einen Seite ein Bild wahr, das sehr konservativ und christlich ist, bei dem „die Mutter wirklich zu Hause bleibt, [...]

keine Rabenmutter sein [und] die Kinder nicht immer, nicht sofort abgeben“ (Frau G., Z. 112ff.) soll. Auf der anderen Seite nimmt sie ein Bild wahr, was sie persönlich auch wichtig findet, bei dem „Mütter selbständig bleiben müssen. Die dürfen sich nicht abhängig machen von einem Mann [...], weil viele Ehen gehen ja auseinander [...] und dann ist es wichtig, dass die Mutter...ja, berufstätig war und ist, oder dass sie gut [...] wieder Geld verdienen kann, sich selbst versorgen kann.“ (Frau G., Z. 115ff.) Ihrer Meinung nach seien beide Bilder in der Gesellschaft verbreitet, sie denkt jedoch, dass „die Mehrheit glaubt [...], dass die Mutter von heute modern sein muss, dass sie berufstätig sein muss“ (Frau G., Z. 121f.). Im Verlauf des Interviews veränderte sich ihr Blick jedoch nochmal und sie bemerkt, dass „das alte Mütterbild [...] eigentlich immer noch sehr präsent bei uns in der Gesellschaft“ sei, insbesondere dann, „wenn es mal wirklich darauf ankomm[e]“ (Frau G., Z. 371f.; 376). Sie beschreibt, dass sie, als sie selbst Mutter geworden sei, auch schon die zwei Modelle der lohnarbeitenden und der kinderbetreuenden Mutter wahrgenommen habe. Sie glaubt jedoch, „damals vielleicht nicht so einen großen Überblick gehabt“ (Frau G., Z. 127) zu haben.

Frau Klein beschreibt, dass ihrer Wahrnehmung zufolge in ihrem Umfeld andere, traditionellere Mütterbilder gelebt werden als ihr eigenes. Sie nimmt Mütterbilder als „total milieuspezifisch unterschiedlich“ (Frau K., Z. 564) wahr und berichtet von erlebten Unterschieden zwischen Groß- und Mittelstadt. So sei es in der Großstadt „ganz, ganz üblich und wurde auch von, ich würde sagen breiten Teilen der Gesellschaft gar nicht hinterfragt, dass zum Beispiel die Kinder mit einem Jahr in die Krippe gehen können“ (Frau K., Z. 569ff.). In der Mittelstadt habe sie dann überrascht festgestellt, dass in einem ebenfalls gut ausgebildeten Milieu zum Teil deutlich andere Ansichten herrschen und es häufig „überhaupt nicht üblich [sei], dass die Kinder mit eins in die Kita gehen. Das [werde] sehr, sehr kritisch gesehen. Es [seien] immer die Mütter, die Vollzeit zu Hause sind und immer die Männer, die irgendwie eher der Hauptverdiener sind und es [gebe] da [...] nur ganz, ganz wenige Ausnahmen.“ (Frau K., Z. 585ff.) Sie schließt daraus, „dass das, was [sie] dort in der Großstadt erlebt habe, nicht unbedingt das ist, [...] wovon man sagen kann, so das ist jetzt irgendwie das, was in anderen Regionen oder in anderen Milieus auch gilt“ (Frau K., Z. 574ff.). Für sie entsteht so ein gesellschaftliches Mütterbild, bei dem oft noch die Mutter diejenige ist, die den Hauptanteil und die Hauptverantwortung der Kinderbetreuung trägt. Dieses steht ihrer Einschätzung nach einem eher großstadtspezifischen Mütterbild gegenüber, bei dem versucht wird, die traditionelle Rollenaufteilung aufzubrechen. Im Großen und Ganzen empfinde sie jedoch eine recht breite Existenz des eher traditionelleren Mütterbildes (Frau K., Z. 577ff.).

Verändertes Mütterbild innerhalb der letzten 50 Jahre

Beide Mütter sind sich in diesem Punkt recht einig. So beschreiben beide, dass sie eine Veränderung des Mütterbildes innerhalb der letzten 50 Jahre wahrnehmen beziehungsweise vermuten. So beschreibt Frau Groß, dass eine Frau vor 50 Jahren nicht arbeiten musste, wenn sie verheiratet war. Auch sie sei mit dem Bild, „wenn du heiratest hast du einen Mann, der versorgt dich und du kümmerst dich um die Kinder“ aufgewachsen. Das sei „heute natürlich überhaupt nicht mehr so“ (Frau G., Z. 180ff.). Selbst Menschen mit konservativen Einstellungen wüssten heute, dass die Frau arbeiten gehen und sich nicht „total“ vom Mann abhängig machen sollte. Heute nimmt Frau Groß ein Mütterbild wahr, bei dem eine Mutter, „wenn man das so ganz extrem mal sieht“, alles können soll. Nach Frau Groß' Einschätzung soll sie „Kinder erziehen, dann soll die Mutter den Haushalt führen, dann soll sie natürlich kochen und so weiter. Auf der anderen Seite soll sie eigentlich auch noch nebenbei arbeiten und Karriere machen. Im Grunde, eigentlich würde man gerne sehen, glaube ich, einige, dass die Mutter so ein Allround-Talent ist und alles unter einen Hut kriegt.“ (Frau G., Z. 171ff.)

Frau Klein vermutet, dass politische Debatten rund um Gleichberechtigung, Frauenerwerbsarbeit und -quoten gemeinsam mit einer immer höheren Erwerbsbeteiligung von Frauen in den letzten 50 Jahren zu einer Veränderung der gesellschaftlichen Erwartungen an Frauen und Mütter geführt haben (Frau K., Z. 617ff.). Zudem glaubt sie, dass auch die ökonomische Situation vieler Familien ein Modell des Mannes als Alleinernährer nicht mehr zulässt und Frauen in vielen Fällen mindestens dazuverdienen müssten, um die Lebenshaltungskosten zu decken (Frau K., Z. 633ff.). Auch sie nimmt zwei unterschiedliche (Mütter-)Rollen in der Gesellschaft wahr, die sie jedoch nicht genauer beschreibt, da sie kein einheitliches Bild erkennen könne. Sie ist wie Frau Groß der Meinung, dass die Erwartungen an Mütter „irgendwie komplexer und mehrschichtiger geworden“ (Frau K., Z. 625) seien.

Mutterrolle – Vaterrolle

Insbesondere Frau Klein greift im Verlauf des Interviews neben der Mutterrolle oder dem Mütterbild auch immer wieder die Vaterrolle oder das Väterbild auf. Dadurch, dass sich ihr Mann und sie die Verantwortung für Erwerbs- und Care-Arbeit aufteilen, erlebt sie „keinen wirklichen Unterschied zwischen dem Muttersein und dem Vatersein“ (Frau K., Z. 550f.) und beschreibt, dass auch ihr persönliches Mütterbild „gar nicht so unterschiedlich von dem [sei], was [sie sich] von einem Vaterbild [...] erhoffen oder wünschen würde“ (Frau K., Z. 535f.). Gleiches gilt ihrer Ansicht nach für die zuvor beschriebenen veränderten Ansprüche und Erwartungen an Mütter innerhalb der letzten 50 Jahre. Diese würde sie mindestens teilweise ebenso für Väter

benennen, da sie das Gefühl habe, die klaren Rollen seien zumindest ein Stück weit aufgebrochen, „auch wenn sicherlich noch vieles davon bestehen bleibt“ (Frau K., Z. 629f.).

Auswirkungen des gesellschaftlichen Mütterbildes auf die eigene Person

Frau Groß beschreibt rückblickend, dass sie nicht das Gefühl hatte, dass die von ihr wahrgenommenen gesellschaftlichen Mütterbilder Auswirkungen auf ihre Person gehabt hätten. Sie habe die Entscheidung, mit den Kindern zu Hause zu bleiben, selbst getroffen und keinen Druck empfunden, bestimmten Anforderungen von außen gerecht werden zu müssen (Frau G., Z. 153f.). So habe beispielsweise „[k]einer [...] von [ihr] verlangt, dass [sie] unbedingt arbeiten muss“ (Frau G., Z. 197). Sie habe andere Lebensmodelle in ihrem Umkreis wahrgenommen, diese jedoch nicht bewertet oder hinterfragt, „weil [ihrer] Meinung nach, muss jede Mutter, jede Frau selbst entscheiden, wie sie ihr Leben gestaltet. [...] [Sie] war da eigentlich relativ neutral.“ (Frau G., Z. 156ff.)

Auch Frau Klein ist der Meinung das könne „ja jeder so machen, wie er möchte“ (Frau K., Z. 538), bemerkt bei sich aber dennoch Auswirkungen durch gesellschaftliche Mütterbilder. Während ihrer Zeit in der Großstadt habe sie beispielsweise nicht hinterfragt, ob es für ihre Kinder in Ordnung sei, mit einem Jahr in die Krippe zu gehen. Seit sie in der Mittelstadt lebe und feststelle, dass sie dort eine der wenigen sei, die ihre Kinder in die Krippe gegeben habe, habe sie begonnen, ihre Entscheidung zu hinterfragen und sich mehr Gedanken zu machen. Sie erkläre sich das dadurch, dass „man ja doch immer in irgendwie so einer Blase [lebe], wo sich oftmals doch irgendwie so Gleichgesinnte irgendwie zusammentun. Auch in den Städten ist das sehr oft so, dann so stadtteilspezifisch finden sich da halt gewisse Gruppierungen, oder man hat halt nur mit denjenigen zu tun oder auch die Krippen, [...] die ziehen dann wieder ein gewisses Milieu an [...] und in dem Moment, wo man halt, dann da mal so ein bisschen ausbricht, [...] finde ich schon, dass man das dann auch hinterfragt.“ (Frau K., Z. 606ff.)

Stress

Nachfolgend sollen die Ergebnisse der einzelnen Subkategorien unter dieser Überschrift in chronologischer Reihenfolge dargestellt werden.

Frau Groß ist sehr eindeutig in ihrer Einschätzung des persönlichen Stresserlebens durch gesellschaftliche Mütterbilder. Sie sei dadurch „überhaupt nicht“ (Frau G., Z. 203) gestresst gewesen. Frau Klein scheint die Beantwortung der Frage schwerer zu fallen. Sie kann nicht klar benennen, ob der Stress, den sie wahrnimmt durch gesellschaftliche Mütterbilder oder durch ihr eigenes Mütterbild beziehungsweise ihre eigenen Erwartungen ausgelöst würde. Sie

beschreibt, dass sie auf der einen Seite ihren Job gut machen und es auf der anderen Seite auch zu Hause mit den Kindern gut machen möchte. Diese „Situation insgesamt, klar, die führt schon zu Stress, [...] weil es einfach doch sehr vielschichtig ist, was man da so macht“ (Frau K., Z. 648ff.), sagt sie. Es fällt ihr jedoch schwer zu sagen, ob dieser Stress durch die gesellschaftlichen Bilder ausgelöst würde, oder ob er in ihr selbst entstände. Sie glaubt, „dass es so beides ist“ (Frau K., Z. 660) und sich das wahrscheinlich gegenseitig bedingt. Gleichzeitig denkt sie, dass Väter einigen dieser Belastungen in einem ähnlichen Maße ausgesetzt seien, da auch sie mit den vielschichtiger gewordenen Anforderungen und Bildern konfrontiert seien (vgl. Mutterrolle – Vaterrolle) (Frau K., Z. 684ff.).

Auch durch ihr persönliches Mütterbild und ihre persönlichen Ansprüche, habe sich Frau Groß eher nicht gestresst gefühlt. Es fällt ihr jedoch leichter, die beiden Bereiche der persönlichen und gesellschaftlichen Mütterbilder gedanklich voneinander zu trennen als Frau Klein. Sie beschreibt, die Gedanken, die sie sich dazu gemacht hat, eher als Sorgen, denn als Stress (Frau G., Z. 211ff.).

Frau Groß sagt im Interview, sie habe bei ihren ehemaligen Arbeitskolleginnen erlebt, dass diese sich durch gesellschaftliche Mütterbilder gestresst gefühlt hätten. Nach genauerer Nachfrage scheinen es jedoch eher deren persönliche Mütterbilder gewesen zu sein, die diese gestresst haben. So beschreibt sie eine Kollegin zunächst als „Übermutter“ (Frau G., Z. 223). Auch wenn sie diesen Begriff später wieder revidiert, habe sie diese als sehr kontrollierend und überbehütend wahrgenommen. Die Kollegin habe stets wissen wollen wo ihre Kinder sind und diese häufig gefahren, um dafür zu sorgen, dass nichts passiere. Dadurch habe „sie sich selber ein bisschen unter Druck gefühlt“ (Frau G., Z. 226). Gleichzeitig habe sie, wie Frau Groß selbst, in der Buchhandlung gearbeitet und die Berufstätigkeit neben dem Muttersein „als sehr stressig empfunden“ (Frau G., Z. 234).

Frau Klein scheint es wieder schwer zu fallen, gesellschaftliche und persönliche Ansprüche voneinander zu trennen. Sie beschreibt jedoch, dass es in Gesprächen häufiger darum gehe, dass ihre Bekannten und Freunde, die arbeiten und Kinder haben, dies als hohe Belastung wahrnehmen würden, weil sie kaum Pausen hätten (Frau K., Z. 676f.). Dabei seien es aber eher sie als Mütter selbst, „die da eine ganze Menge von uns erwarten, [...] weil wir halt mit dieser Nur-Mutter-Rolle, wie es die mal gab, uns einfach auch nicht identifizieren können [...] das ist schon eine recht hohe Belastung diese verschiedenen Rollen, die man da ausfüllt“ (Frau K., Z. 679ff.). Gleichzeitig erlebt sie jedoch in ihrer Nachbarschaft Mütter, die Vollzeit zu Hause bei ihren Kindern sind und sich stark belastet fühlen, obwohl die Väter Teile der Kinderbetreuung übernehmen. Sie ist darüber verwundert und versucht, diese Beobachtung mithilfe von

persönlichen und gesellschaftlichen Mütterbildern zu erklären (Frau K., Z. 870ff.). So glaubt sie, „das ist halt auch so ein Stück weit dieses, ja, Frauenbild, [...] also die [...] haben einen Akademiker-Background und ich glaube da herrscht halt schon so ein Selbstbild, oder Frauenbild vor, dass die nicht nur Mutter sind, sondern noch was anderes wollen und dass das halt auch zu einer ganz, ganz großen Unzufriedenheit irgendwie führt, obwohl sie auf der anderen Seite das ja jetzt auch bewusst machen, weil sie glauben, dass das das Beste für ihre Kinder ist, wenn sie jetzt irgendwie drei, vier Jahre zu Hause sind“ (Frau K., Z. 878ff.). Zudem führt sie die bei den anderen Müttern erlebte Belastung auf gesellschaftliche Erwartungen an Mütter zurück, bei denen eine Beschränkung auf die Kinderbetreuung, ohne gleichzeitige Erwerbsarbeit der Mutter, weniger anerkannt scheint (Frau K., Z. 890ff.). Auch nimmt sie, wie oben bereits beschrieben, Veränderungen in diesem Bereich wahr. Der Blick auf ihre eigene Mutter bestärkt Frau Klein in ihrer Annahme, dass solche im (gesellschaftlichen) Mütterbild stattgefunden haben. Sie glaubt, diese habe „das halt nie irgendwie hinterfragt, also hat sich da keinen Stress mit gemacht, dass sie jetzt nur Mama ist“ (Frau K., Z. 904f.). Frau Klein vermutet, dass der physische „de facto Stress“, wie sie ihn beschreibt, heute bei vielen häufig geringer ist als das, „was im eigenen Kopf passiert“ (Frau K., Z. 911f.).

In beiden Interviews tauchen Stress und Belastung bei Müttern auch unabhängig von gesellschaftlichen und persönlichen Mütterbildern auf. So beschreibt Frau Groß, dass sie selbst aufgrund ihrer Persönlichkeit auf der einen und aufgrund ihrer stabilen familiären Situation und zusätzlicher Unterstützung beispielsweise durch Großeltern nur wenig Stress erlebt habe (Frau G., Z. 234ff.; 256f.). Frau Klein hingegen berichtet von Stress durch fehlende Pausenzeiten und hohe Anforderungen durch Kinderbetreuung und Beruf. Auch an dieser Stelle merkt sie an, „die Belastung von [ihr] und [ihrem] Mann [sei] nicht unterschiedlich, [...] [da er] halt genauso diese Rollen, diese Mehrfachbelastung“ (Frau K., Z. 683ff.; 648ff.) habe.

Auch bei anderen nehmen beide Stressbelastungen wahr. Frau Groß berichtet von einer ehemaligen Kollegin, die in einer unstabilen Beziehung lebte und dadurch teilweise alleinerziehend war. Dieser sei es immer wieder sehr schwer gefallen die Betreuung ihres Kindes und ihre Berufstätigkeit zu vereinbaren, weil ihr Unterstützung fehlte und sie gleichzeitig finanziell auf ihren Job angewiesen war. Diese sei deshalb häufig überfordert und gestresst gewesen (Frau G., Z. 247ff.).

Frau Klein nimmt bei anderen ähnliche Belastungen wahr, wie bei sich selbst. Sie beschreibt auch hier Stress durch fehlende Pausen und die Doppelbelastung durch Beruf und Kinderbetreuung, insbesondere dann, wenn der Beruf in Vollzeit ausgeübt wird (Frau K., Z. 675ff.).

Handlungsstrategien

Handlungsstrategien auf verschiedenen Ebenen, die in den Interviews erkennbar wurden, sollen nachfolgend in chronologischer Reihenfolge anhand der oben benannten Subkategorien beschrieben werden.

Beide Mütter berichten in den Interviews von eigenen Maßnahmen, die ihnen gegen Stress helfen. So erzählt Frau Groß, dass sie es als beruhigend empfinde, Yoga zu machen. Sie übe es schon seit vielen Jahren aus und es mache sie glücklich (Frau G., Z. 275f.).

Für Frau Klein sei es hilfreich ihr Familienleben „als Gemeinschaftsprojekt [...] zu sehen, mit [ihrem] Mann und dann teilen [sie sich] das halt wirklich sehr gut auf, so dass das relativ gleichmäßig verteilt“ (Frau K., Z. 701ff.) ist. Am meisten helfe ihr, dass ihr Mann ebenfalls seine Arbeitszeit reduziert habe. So sei klar, beide haben „reduziert und beide haben aber auch dann die gleiche Verantwortung, die Betreuung der Kinder zu übernehmen, so. Und das ist, glaube [sie], irgendwie ganz gut.“ (Frau K., Z. 710ff.) Zudem helfe es ihr, regelmäßig im Austausch mit anderen zu sein, sich ohne Kinder mit Freunden zu treffen, Sport zu machen und sich Zeit nur für sich zu nehmen (Frau K., Z. 713ff.). Sie betont im Verlauf mehrfach, dass die größte Entlastung für sie durch die gleichberechtigte Aufteilung von Erwerbs- und Care-Arbeit mit ihrem Mann erfährt (Frau K., Z. 702f.; 717f.; 750f.). Sie beschreibt dieses Modell als „Luxussituation“ und empfinde ihre momentane Situation „insgesamt weniger belastend als eine Vollzeitstelle ohne Kinder“ (Frau K., Z. 760f.).

Sowohl Frau Groß als auch Frau Klein würden anderen Müttern raten, Zeiten nur für sich einzuplanen, um sich zu entlasten. Diese sollten losgelöst von Erwerbsarbeit und Kinderbetreuung liegen und die Möglichkeit bieten, zur Ruhe zu kommen und abzuschalten. Frau Groß schlägt vor, diese Zeiten mit Dingen zu füllen, die die Frauen glücklich machen und die ihnen guttun (Frau G., Z. 271ff.; Frau K., Z. 745f.). Frau Klein denkt darüber hinaus, dass es entlastend wirken könne, externe Betreuung für einen Nachmittag oder Abend in Anspruch zu nehmen, um sich diese Zeiten für sich oder gemeinsam mit dem Partner zu schaffen (Frau K., Z. 746ff.). Frau Groß benennt in diesem Zusammenhang Großeltern als Ressource zur Entlastung für Mütter (Frau G., Z. 386f.). Auch an dieser Stelle schlägt Frau Klein vor, anfallende Aufgaben so gut wie möglich zwischen Mutter und Vater aufzuteilen und dafür „soweit es geht vielleicht [...] ökonomische Einschnitte hinzunehmen“ (Frau K., Z. 751f.).

Gefragt nach Veränderungen auf persönlicher und gesellschaftlich-politischer Ebene, damit gesellschaftliche Mütterbilder weniger Stress auslösen, haben beide Mütter einige Vorschläge. Auf persönlicher Ebene müsse es nach Meinung beider Interviewpartnerinnen zu einer Bewusstmachung der eigenen Einstellungen kommen. Frau Groß beschreibt die Wichtigkeit

des Reduzierens eigener Ansprüche. Man könne „seine Arbeiten alle nicht hundertprozentig oder mehr erfüllen“ (Frau G., Z. 296f.), das habe sie selbst auch lernen müssen, als sie wieder anfang zu arbeiten. Dabei machte sie die Erfahrung, dass ihre Kinder diese Veränderung positiv aufnahmen, weil sie selbst dadurch glücklicher und zufriedener wurde. Gleichzeitig konnten die Kinder so ihre Selbständigkeit weiterentwickeln (Frau G., Z. 302ff.).

Frau Klein betont, dass sie es wichtig finde, sich bewusst zu machen, dass „seinem Job nachzugehen und diese Mutterrolle mit irgendwie kleinen Kindern da zu erfüllen, das sind ja quasi so zwei Jobs, die parallel laufen [...] [insbesondere da] wo so die Klassiker-Rolle ist, der Mann arbeitet irgendwie Vollzeit und die Frau arbeitet ein bisschen dazu und macht dann noch die Kinder, dass das halt irgendwie schon eine, ja, so quasi ein 24-Stunden-Job plus noch was oben drauf ist, in dem Moment, wo man halt dann arbeiten geht“ (Frau K., Z. 779ff.). Diese Bewusstmachung sollte ihrer Meinung nach damit einhergehen, dass sich auch die Einstellungen dahingehend verändern, „dass das völlig ok ist, wenn der Mann auch stärker mit in der Kinderbetreuung involviert ist, dass es normaler wird“ (Frau K., Z. 787f.). Auch wenn sie diese Veränderungen zum Teil schon beobachtet, beispielsweise bei der Inanspruchnahme von Elternzeit durch Väter, die über zwei Monate hinausgeht, finde sie es wichtig weiter daran zu arbeiten, dass man „diese doch teilweise noch vorherrschenden klassischen Rollenbilder ein Stück weit weiter aufbricht“ (Frau K., Z. 797f.). Dadurch würde beispielsweise eine gleichmäßigere Arbeitsteilung zwischen Männern und Frauen und eine Arbeitszeitreduzierung auf beiden Seiten normaler und anerkannter. Gleichzeitig finde sie es wichtig, dass es „generell nicht nur so dieses eine vorherrschende Bild vom Muttersein gibt, sondern [...] dass es da viele Modelle gibt [...] vom Muttersein und vom Vatersein und dann kann man glaub ich auch als Familie da irgendwie einen Weg finden, der da für einen dann funktioniert“ (Frau K., Z. 809ff.).

Auf gesellschaftlich-politischer Ebene setzte Frau Groß bei der Betreuungssituation an. Längere, flächendeckend ausgebaute Betreuungsangebote könnten zur Entlastung von Müttern führen. Dafür müsse jedoch die Bereitstellung sowohl auf quantitativer als auch auf qualitativer Ebene gewährleistet sein. Eine qualitativ schlechte Betreuung könne sonst zu einem schlechten Gewissen und Schuldgefühlen bei den Müttern führen (Frau G., Z. 331ff.).

Die von Frau Klein auf der persönlichen Ebene beschriebenen Einstellungsänderungen hält sie auch auf gesellschaftlich-politischer Ebene für wichtig. Sie sagt zwar, dass wenn sich die vorherrschenden Mütter- und Väterbilder auf Seiten der Eltern verändern und weniger klassische Rollenbilder normal würden, diese auf diesem Wege in die Gesellschaft getragen würden, geht aber auch an dieser Stelle davon aus, dass sich die persönliche und die gesellschaftlich-politische Ebene gegenseitig bedingen würden. Politischer Diskurs und gesetzliche

Regelungen könnten also auf der anderen Seite zu Veränderung beitragen und „ganz, ganz viel bewegen“ (Frau K., Z. 836f., 818ff.). Eine stärkere Involvierung der Väter in die Kinderbetreuung könnte so noch normaler werden und zur Entlastung von Müttern beitragen (Frau K., Z. 787ff.). Auch Frau Groß sieht in der stärkeren Einbeziehung von Vätern in Betreuungsaufgaben eine Entlastungsmöglichkeit für Mütter, die in den vergangenen 30 Jahren jedoch auch schon stark zugenommen habe. Arbeitgeber spielen für sie in diesem Zusammenhang eine entscheidende Rolle, indem sie es Vätern beispielsweise leichter ermöglichen, längere Elternzeiten zu nehmen oder Arbeitszeiten zu reduzieren (Frau G., Z. 351ff.).

Besonderheiten während COVID-19

In beiden Interviews taucht die COVID-19-Pandemie auf, ohne dass sie von der Interviewerin angesprochen wurde. Wie oben beschrieben bemerkt Frau Groß deutliche Verbesserungen in der Einbeziehung und Verantwortungsübernahme der Väter in der Kinderbetreuung. Während der Pandemie habe sich jedoch gezeigt, dass „doch die Betreuung der Kinder an den Müttern hängen bleibt.“ (Frau G., Z. 367f.) Sie schließe daraus, dass das alte, klassische Mütterbild in der Gesellschaft doch noch immer sehr präsent sei. Auch Frau Klein berichtet von Müttern, die sich in der COVID-19-Pandemie durch die Kinderbetreuung extrem belastet fühlen (Frau K., Z. 875ff.).

Wünsche zur Veränderung der jetzigen Situation

Anknüpfend an die vorgeschlagenen Veränderungen auf gesellschaftlich-politischer Ebene formuliert Frau Groß den Wunsch, Arbeitgeber noch stärker in die Verantwortung zu nehmen. So zieht sie Vergleiche zu großen Tech-Unternehmen, wenn sie äußert, dass sie sich mehr Betriebskindergärten und -schulen wünsche. Arbeitgeber könnten so mehr Verantwortung für die Kinderbetreuung übernehmen und dabei unterstützen, dass Mütter arbeiten gehen können (Frau G., Z. 393ff.). Dabei betont sie jedoch gleichzeitig die Wichtigkeit einer qualitativ hochwertigen Betreuung, bei der die Kinder gefördert und in ihrer Entwicklung unterstützt, statt nur verwahrt werden. Zudem müsse die Betreuungsperson jemand sein, der die Mutter vertraue. Sie zieht auch Großeltern für diese Rolle in Betracht, scheint jedoch Betreuungsformen zu bevorzugen, die „ein bisschen anspruchsvoller“ (Frau G., Z. 410) seien. Neben diesen Wünschen zur Betreuungssituation von Kindern formuliert sie einen weiteren Wunsch, der vor allem auf die kindliche Entwicklung abzielt. So könne eine lebenslange Partnerschaft der Eltern diese wesentlich positiv beeinflussen und auch als Vorbildfunktion für spätere Beziehungen der Kinder dienen. Im Anschluss begründet sie diesen Wunsch damit, dass eine stabile Partnerschaft,

insbesondere, wenn die Kinder klein seien und je mehr Kinder man habe, zu einer Entlastung in dieser „schwierige[n] Zeit“ (Frau G., Z. 421) beitragen könne. Falls es doch zu einer Trennung kommen sollte, wünscht sich Frau Groß mehr Verantwortungsbewusstsein von Vätern, insbesondere was Unterhaltszahlungen angehe (Frau G., Z. 451ff.).

Während Frau Groß ihre Wünsche insbesondere auf persönlicher und institutioneller Ebene formuliert, argumentiert Frau Klein auf politischer Ebene. Sie wünsche sich mit „gleiche[m] Lohn für gleiche Arbeit“ (Frau K., Z. 847) gesetzliche Grundbedingungen für die Gleichberechtigung von Männern und Frauen. Wenn diese Gleichberechtigung in verschiedenen Bereichen, wie beim Einkommen und in der Kinderbetreuung geschaffen würde, dann biete sie einen Rahmen, der es Paaren ermögliche, diese Gleichberechtigung auch „in den eigenen vier Wänden“ (Frau K., Z. 852) umzusetzen.

Schwierigkeiten für Mütter/Eltern

Trotz einiger Vorschläge und Wünsche, wie Stresserleben und Belastung bei Müttern (durch gesellschaftliche Mütterbilder) entgegengewirkt werden könnte, sehen beide Interviewpartnerinnen jedoch auch Schwierigkeiten, diese umzusetzen.

Frau Groß nennt in diesem Zusammenhang die Betreuung der Kinder sowie die Unterstützung durch die Großeltern. Dadurch, dass Paare immer älter werden, bevor sie ihr erstes Kind bekommen, werden auch die Großeltern immer älter und sind zum Zeitpunkt der Geburt ihrer Enkelkinder eventuell schon nicht mehr in der Lage, diese angemessen zu betreuen oder die Eltern anderweitig zu unterstützen (Frau G., Z. 387ff.). Zudem bedauert sie, dass es insbesondere für Frauen immer noch schwer möglich sei, Karriere und Familie zusammenzubringen. Oft müssten sich diese früher oder später für eins von beidem entscheiden, während Männer häufig noch beides haben könnten. Diese Beobachtung führt sie jedoch auch auf „biologische Gründe“ (Frau G., Z. 440; 433ff.) zurück.

Während Frau Klein mit ihrem eigenen Familienmodell sehr zufrieden ist, erkennt sie dieses als „Luxussituation“ an und beschreibt, dass die Umsetzung dieses Modells für andere Familien teilweise nur schwer möglich sei. Da beispielsweise bei einem benachbarten Paar die Einkommensunterschiede bei gleicher Stundenzahl zwischen Mann und Frau so gravierend seien, sei es diesem aus ökonomischen Gründen nicht möglich, ihre Arbeitszeit zu gleichen Teilen zu reduzieren (Frau K., Z. 721ff.). Dadurch entstehe automatisch eine eher klassische Rollenverteilung, die so von dem Paar eigentlich nicht gewollt sei. Diese sei in Folge nur schwer aufzulösen. Diese Problematik hängt für Frau Klein auch damit zusammen, dass Frauen deutlich häufiger in wenig lukrativen Berufen seien (Frau K., Z. 738ff.). Auch ihr zuvor

geäußerter Wunsch nach „gleiche[m] Lohn für gleiche Arbeit“ könne dieses Problem nur bedingt auflösen (Frau K., Z. 858f.).

5.3 Analyse der Ergebnisse

Nachfolgend sollen die Ergebnisse des quantitativen und des qualitativen Forschungsteils miteinander in Beziehung gesetzt und mit den bereits bestehenden Erkenntnissen anderer Studien abgeglichen werden. Die Resultate sollen dabei insbesondere im Hinblick auf die Forschungsfrage der vorliegenden Arbeit analysiert und interpretiert werden.

Im Rahmen der quantitativen und qualitativen Befragung wurden sowohl die persönlichen als auch die in der Allgemeinheit wahrgenommenen Mütterbilder der befragten Mütter erforscht. Dabei wurde deutlich, dass sich die persönlichen Mütterbilder der Frauen teilweise grundsätzlich von den von ihnen in der Gesellschaft wahrgenommenen Mütterbildern unterscheiden. Wirft man an dieser Stelle einen Blick auf die zwei Leitlinien guter Mutterschaft (s. Kapitel 4.2), werden Unterschiede auf den verschiedenen Ebenen deutlich. Die Probandinnen der Online-Befragung vertreten sowohl die Vorstellung einer Mutter, die ihre Zeit und Zuwendung voll und ganz ihren Kindern widmet, als auch die Vorstellung einer Mutter, die berufstätig und selbständig ist und dabei dem Arbeitsmarkt zur vollen Verfügung steht, persönlich in geringerem Maße, als sie dies in der Allgemeinheit wahrnehmen. Auch in den Interviews wird erkennbar, dass die persönlichen Mütterbilder der Probandinnen nicht oder nur in Teilen mit den in der Gesellschaft wahrgenommenen Mütterbildern übereinstimmen. Während für Frau Groß der Hauptfokus darauf liegt, stets für ihre Kinder da zu sein, nimmt sie in der Gesellschaft ein sehr „zwiegespalten[es]“ Bild wahr (Frau G., Z. 111). Dieses entspricht zwar in Teilen ihrem eigenen Bild, enthält jedoch auch die Erwartung an Mütter, berufstätig und selbständig zu sein. Sie beschreibt diese von ihr wahrgenommenen gesellschaftlichen Erwartungen an Mütter mit dem Begriff „Allround-Talent“ (Frau G., Z. 175). Auch Frau Klein nimmt Unterschiede zwischen ihrem persönlichen und den von ihr wahrgenommenen gesellschaftlichen Mütterbildern wahr. So spielen für sie bewusste Zeit mit den Kindern auf der einen, aber auch ihre Berufstätigkeit und Freizeitaktivitäten auf der anderen Seite eine entscheidende Rolle für ihr persönliches Mütterbild. In der Gesellschaft nimmt sie jedoch „milieuspezifisch unterschiedlich[e]“ (Frau K., Z. 564) Mütterbilder wahr, die sich ihren Beschreibungen nach ebenfalls aufgrund der zwei Leitlinien guter Mutterschaft unterscheiden. Sie glaubt jedoch, dass noch häufiger das „etwas traditionellere [...] Mütterbild“ (Frau K., Z. 582) existent ist.

Die aufgezeigten negativen Korrelationen zwischen der persönlichen Kind- beziehungsweise Berufsorientierung und der in der Allgemeinheit wahrgenommenen Kind-

beziehungsweise Berufsorientierung bekräftigen die beschriebenen Ergebnisse ebenfalls, indem sie ergeben, dass höhere in der Allgemeinheit wahrgenommene Kind- und Berufsorientierungen mit niedrigeren persönlichen Kind- und Berufsorientierungen einhergehen und umgekehrt.

Aus den zwei Leitlinien der Berufs- und Kindorientierung ließen sich auf Basis der quantitativen Daten vier verschiedene Typen von Mütterbildern ableiten. Auch hier wurde deutlich, dass sie die persönlichen Mütterbilder in den meisten Fällen von den in der Allgemeinheit wahrgenommenen unterscheiden. Während der Großteil der Befragten persönlich ein moderates Mütterbild hat, und damit sowohl eine starke Kind- als auch eine starke Berufsorientierung ablehnt, nehmen die meisten Mütter jedoch ein vereinbarkeitsorientiertes Mütterbild in der Gesellschaft wahr, bei dem sowohl einer starken Kind- als auch einer starken Berufsorientierung zugestimmt wird. Damit ist das in der Allgemeinheit wahrgenommene Mütterbild dem persönlichen Mütterbild vieler Befragter genau entgegengesetzt. Nur bei 60 der 439 Probandinnen stimmt das persönliche mit dem in der Allgemeinheit wahrgenommenen Mütterbild überein. Welche Konsequenzen sich daraus ergeben können, soll im Verlauf dieses Kapitels weiter beleuchtet werden.

Vergleicht man die Ergebnisse mit den Befunden der *FLB*-Studie, wird deutlich, dass diese nicht mit den hier gefundenen Ergebnissen übereinstimmen. Knapp die Hälfte der Befragten der *FLB*-Studie vertritt ein berufsorientiertes Mütterbild, gefolgt von einem Drittel der Befragten mit moderatem Mütterbild. Von der nächstkleineren Gruppe wird ein vereinbarkeitsorientiertes und von der kleinsten Gruppe ein kindorientiertes Mütterbild vertreten (Diabaté 2015, S. 218). Diese Unterschiede könnten durch die unterschiedliche Zusammensetzung der Stichproben der verschiedenen Studien erklärt werden. Während die Stichprobe der vorliegenden Arbeit aus Müttern verschiedener Altersstufen besteht, besteht die Stichprobe der *FLB*-Studie sowohl aus kinderlosen Männern und Frauen als auch aus Eltern im Alter von 20 bis 39.

Auch in den Antworten zur offenen Frage am Ende des Online-Fragebogens wird mehrfach benannt, dass kein gesamtgesellschaftliches, sondern eher widersprüchliche Mütterbilder wahrgenommen werden, die stark durch verschiedene gesellschaftliche Teilkulturen geprägt seien.

Diese Ergebnisse decken sich mit bestehenden Erkenntnissen, die darlegen, dass Mütterbilder je nach sozialem Milieu, Region oder Kohorte voneinander abweichen können und deshalb häufig konkurrierende, gegensätzliche Mütterbilder innerhalb einer Gesellschaft existieren (Schneider und Diabaté 2020). Gleichzeitig zeigen die Ergebnisse dieser Arbeit, dass diese Mütterbilder nicht nur in den unterschiedlichen Milieus, Regionen oder Kohorten

verschieden sind, sondern auch in den Wahrnehmungen der Mütter selbst gegensätzlich zu sein scheinen und so immer wieder auch zu einer inneren Zerrissenheit bei diesen führen. Insbesondere dann, wenn das eigene Milieu oder Umfeld verlassen wird, wie beispielsweise nach Frau Kleins Umzug, werden andere Mütterbilder scheinbar deutlicher wahrgenommen und führen zu einem Hinterfragen der eigenen Einstellungen und Handlungspraxen.

An dieser Stelle wird zudem erkennbar, warum es vielen der Befragten schwergefallen sein könnte, die Meinung der Allgemeinheit einzuschätzen. Je mehr die Mütter versucht haben, die Allgemeinheit, die deutsche Gesellschaft in ihren Antworten möglichst umfassend abzudecken, desto schwieriger wurde es für sie, klare Entscheidungen zu treffen. Die Angaben zur Allgemeinheit sind deshalb mit einer gewissen Vorsicht und insbesondere mit Blick auf die Antworten zu den abschließenden Fragen zur „Allgemeinheit“ zu bewerten. An diesen lässt sich ableiten, an welchen Merkmalen sich die Probandinnen bei der Einschätzung der Allgemeinheit orientiert haben.

Sowohl in der Online-Erhebung als auch in den Interviews formulierten einige Mütter den Wunsch, dass weniger die Allgemeinheit Einfluss auf Mütterbilder nehmen sollte, sondern dass jede Familie selbst ihren individuellen Weg finden sollte, ohne dafür be- oder verurteilt zu werden. Diese Einstellung scheint mit dem moderaten Mütterbild vereinbar, in dem ebenfalls keine klare Zustimmung für eine Orientierung erkennbar wird und „extrem hohe Ansprüche an Mütter hinsichtlich ihrer Verantwortung für die Familien- und Erwerbsarbeit abgelehnt werden“ (Diabaté 2015, S. 220).

Zur Frage, ob die Mütter glauben, es sei heute schwieriger als noch vor 50 Jahren, den Ansprüchen und Meinungen zum Muttersein gerecht zu werden, ergab sich in der Online-Befragung ein Mittelwert, der über dem mittleren Wert der Skala liegt. Auch die Interviewpartnerinnen waren sich einig, dass sich das Mütterbild in dieser Zeit verändert habe, und dass es „komplexer und mehrschichtiger“ (Frau K., Z. 625) geworden sei. Es beinhalte verschiedene Rollen, die zu erfüllen seien. So sollen Mütter Haushalt und Kindererziehung übernehmen und gleichzeitig arbeiten und Karriere machen. Diese Beobachtungen decken sich mit bestehenden Erkenntnissen, in denen ähnliche Erwartungen benannt und gleichsam als Überfrachtung kritisiert werden (vgl. z. B. Speck 2014). So scheinen im Verlauf der Zeit, verschiedene neue Mütterbilder entstanden zu sein, während ältere Mütterbilder weiter Bestand behielten. Alte, veränderte und neue Mütterbilder existieren so nebeneinander, und scheinen dadurch ihren Orientierungscharakter zu verlieren.

Insbesondere während der COVID-19-Pandemie wurde deutlich, dass Mütterbilder auch auf gesellschaftliche Veränderungen reagieren. Während zuletzt häufiger zu beobachten

war, dass sich neben klassischen Geschlechterrollen auch andere Modelle etablierten (vgl. z. B. Koppetsch und Speck 2015), zeigte sich mit Beginn der Pandemie, wie schnell Familien in traditionelle Rollenbilder zurückfallen. Während oft die Männer weiter ihrer Erwerbsarbeit nachgingen, mussten Frauen deutlich häufiger ihre Arbeit pausieren, um die Kinder zu betreuen (vgl. z. B. Götz 2020; Allmendinger 2020). Auch in den Online-Fragebögen und in den Interviews wurde diese Veränderung thematisiert und problematisiert. Bestehende Mütterbilder verlieren durch solche Entwicklungen an Eindeutigkeit und erscheinen teilweise unbeständig.

Statt Komplexität zu reduzieren und Orientierung im Alltag zu bieten, scheinen die durch viele Mütter wahrgenommenen Ambivalenzen und überhöhten Ansprüche der Mütterbilder diese eher zu verunsichern oder zu überfordern (Mansfeld 2015; Gerlach 2017).

Diese Erkenntnisse führen schließlich zu der Frage, ob die beschriebenen unklaren und teilweise widersprüchlichen Mütterbilder zu einem erhöhten subjektiven Stresserleben bei Müttern führen können. Um dieser Frage nachzugehen, soll der Blick zunächst auf Ergebnisse der durchgeführten Forschung rund um das Themenfeld Stress im Allgemeinen gelenkt werden, um anschließend genauer auf den möglichen Zusammenhang von gesellschaftlichen Mütterbildern und dem subjektiven Stresserleben von Müttern eingehen zu können.

In den Daten wurde deutlich, dass die Mütter sich in verschiedener Hinsicht gestresst fühlen. Dabei spielen unterschiedliche Faktoren, nämlich interne und externe Anforderungen, eine Rolle (Lazarus und Launier 1981). Aus den Interviews und den Angaben zur offenen Frage des Online-Erhebungsinstrumentes gingen befristete Arbeitsverträge, schlechte Karrierechancen durch Teilzeittätigkeit, die Pflege von Angehörigen, Alleinerziehen, das Alter und Temperament der Kinder, fehlende Pausenzeiten, die Doppelbelastung durch Erwerbsarbeit und Kinderbetreuung und die Erwartungen des Partners als externe Stressoren hervor, während als interne Stressoren nicht umsetzbare Wünsche einer egalitären Arbeitsteilung zwischen den Partner*innen und die eigenen hohen Erwartungen und Bedürfnisse beschrieben wurden. Dabei können einige der genannten Stressoren sowohl externe als auch interne Anforderungen erhalten. Die beschriebenen Stressauslöser decken sich in vielen Teilen mit den in Kapitel 3.3 vorgestellten potenziellen Stressoren für Mütter.

Mithilfe der *Perceived Stress Scale (PSS-10)* konnte der innerhalb der letzten vier Wochen wahrgenommene Stress, der durch das Online-Instrument befragten Mütter, erhoben werden. Dabei ergab sich ein Mittelwert, der über der Mitte der fünfstufigen Skala liegt. Einige der Mütter gaben im Verlauf des Fragebogens an, dass ihr Stress aufgrund der zurückliegenden Schulferien geringer ausfalle als normalerweise, während andere angaben, dass er durch die COVID-19-Pandemie höher ausfalle als gewohnt. In den Interviews berichtete Frau Klein

ebenfalls von erlebtem Stress als Mutter, während Frau Groß angab, sich als Mutter wenig bis gar nicht gestresst zu fühlen. Diese Ergebnisse spiegeln ermittelte Korrelationen der quantitativen Daten wider, die ergaben, dass das Alter des ältesten Kindes beziehungsweise das Alter des jüngsten Kindes negativ mit dem wahrgenommenen Stress der Mütter korreliert. Je älter die eigenen Kinder sind, desto geringer scheint also der wahrgenommene Stress der Mütter zu sein.

Es konnten keine weiteren Korrelationen zwischen Stress und soziodemographischen Eigenschaften der Mütter gefunden werden. Dass beispielsweise die Arbeitsstunden pro Woche und der Stress der Mutter wider Erwarten keine signifikante Korrelation aufweisen, könnte daran liegen, dass Mütter, die weniger arbeiten eventuell mit anderen Stressoren, wie einer höheren Kinderanzahl oder berufsbegleitendem Studium, konfrontiert sind.

Mit der Teilnehmerinnen-Gruppe von Mutter-Kind-Maßnahmen (s. Kapitel 3.3) können so an dieser Stelle keine Vergleiche angestellt werden. Mütter mit geringer formaler Bildung sind in dieser Studie, genau wie in den Mutter-Kind-Maßnahmen, unterrepräsentiert, sodass zu dieser Zielgruppe ebenfalls keine Aussagen getroffen werden können.

Die Ergebnisse der vorliegenden Forschungsbemühungen geben darüber hinaus Einblicke in die Zusammenhänge zwischen gesellschaftlichen Mütterbildern und dem subjektiven Stresserleben von Müttern. Sowohl die Stressskala als auch die Skala gesellschaftlicher Mütterstress wiesen signifikante Korrelationen in Bezug auf gesellschaftliche Mütterbilder auf. Zudem korrelieren sie selbst positiv miteinander.

Je mehr gesellschaftlichen Mütterstress die Befragten empfinden, desto mehr Stress nehmen diese wahr und umgekehrt. Zudem wurde deutlich, je mehr die Mütter eine Kind- oder Berufsorientierung in der Gesellschaft wahrnehmen, desto höher fällt ebenfalls ihr wahrgenommener Stress sowie ihr empfundener gesellschaftliche Mütterstress aus. Am stärksten fällt dieser Zusammenhang für eine in der Allgemeinheit wahrgenommene Kindorientierung aus. Schaut man in einem nächsten Schritt auf die vier Typen von in der Allgemeinheit wahrgenommenen Mütterbildern, die anhand der erhobenen Daten entstanden sind, wird deutlich, dass diese mit verschiedenem wahrgenommenem Stress und gesellschaftlichem Mütterstress einhergehen. Während Mütter, die in der Allgemeinheit ein berufsorientiertes oder moderates Mütterbild wahrnehmen, signifikant weniger Stress und gesellschaftlichen Mütterstress empfinden als die Gesamtgruppe, empfinden Mütter, die gesellschaftlich ein vereinbarkeitsorientiertes Mütterbild wahrnehmen, signifikant mehr Stress als die Gesamtgruppe. Dieses Ergebnis ist entscheidend, da es sich bei den Müttern, die gesellschaftlich ein vereinbarkeitsorientiertes Mütterbild wahrnehmen um die mit Abstand größte Gruppe handelt. Die große Gruppe der Mütter,

die ein vereinbarkeitsorientiertes Mütterbild in der Gesellschaft wahrnimmt, scheint also ein signifikant höheres subjektives Stresserleben zu haben, als die Gesamtgruppe.

Die durchgeführten zweifaktoriellen Varianzanalysen stärken dieses Ergebnis, da sie signifikante Effekte zwischen Stress beziehungsweise gesellschaftlichem Mütterstress und den gesellschaftlich wahrgenommenen Mütterbildern ergaben.

Bei den persönlichen Mütterbildern konnte lediglich für die Gruppe mit vereinbarkeitsorientiertem Mütterbild ein signifikanter Unterschied zur Gesamtgruppe festgestellt werden. Diese empfinden im Schnitt weniger gesellschaftlichen Mütterstress. Diese Gruppe ist jedoch als vergleichsweise klein einzustufen.

Aus den Interviews lassen sich weniger deutliche Erkenntnisse entnehmen. Frau Groß selbst sagt, sie fühle und fühlte sich durch gesellschaftliche Mütterbilder nicht gestresst, was dem Ergebnis der quantitativen Daten entspricht, demzufolge ein negativer Zusammenhang zwischen dem eigenen Alter, dem Alter des jüngsten Kindes, dem Alter des ältesten Kindes und dem empfundenen gesellschaftlichen Mütterstress besteht. Frau Klein beschreibt zwar Stress, den sie wahrnimmt, weil sie ihren Beruf gut machen und auch die Situation zu Hause mit den Kindern gut meistern möchte, tut sich jedoch schwer damit zu sagen, ob dieser eher aus ihrem eigenen Mütterbild oder aus den gesellschaftlichen Mütterbildern entsteht.

Bei anderen habe sie eher das Gefühl, dass diese sich durch gesellschaftliche Mütterbilder gestresst fühlten. Diese hätten sich zwar entschieden, Vollzeit für ihre Kinder da zu sein, seien aber gleichzeitig sehr unzufrieden damit, nur Mutter zu sein. Ihrer Meinung nach spielten hier sowohl persönliche als auch gesellschaftliche Mütterbilder eine entscheidende Rolle, da diese durch ihre unterschiedlichen Ausprägungen dafür sorgten, dass die Mütter ihre Rolle deutlich mehr hinterfragen würden. Dadurch entstehe ihrer Meinung nach Stress, der vermutlich insbesondere durch persönliche Stressverstärker, wie die eigenen Einstellungen zu Weiblichkeit und Mutterschaft, ausgelöst wird.

Einige der Mütter der Online-Erhebung positionieren sich in der offenen Frage deutlicher zur Thematik. Sie geben an, dass sie sich durch die Diskrepanz zwischen ihren eigenen Ansprüchen zur Mutterschaft und den von ihnen gesellschaftlich wahrgenommenen stark unter Druck fühlen. Sie nehmen wahr, sich für ihr gewähltes Mütterbild rechtfertigen zu müssen und widersprüchlichen sowie unerfüllbaren Erwartungen ausgesetzt zu sein. Dadurch entstehe das Gefühl, es nicht richtig machen zu können. Auch bei der Frage, ob sich die Mütter manchmal durch die von ihnen wahrgenommenen Ansprüche und Meinungen der Allgemeinheit zum Muttersein gestresst fühlen, ergab sich ein Mittelwert, der im Durchschnitt über dem mittleren Wert der Skala liegt. Den größten Druck verspürten einige der Mütter dabei durch andere Mütter,

was hinsichtlich der Tatsache, dass einige Mütter den Wunsch äußerten, dass jede Familie möglichst selbst entscheidet, welches Modell zu ihr passt, interessant ist.

Gleichzeitig ergab sich bei der Frage, ob sich die Mütter manchmal durch ihre persönlichen Ansprüche und Meinungen zum Muttersein gestresst fühlen, ein Mittelwert, der ebenfalls über dem mittleren Wert der Skala liegt.

Frau Kleins Schwierigkeiten, sich festzulegen, ob es eher ihre persönlichen oder die gesellschaftlichen Mütterbilder sind, durch die sie sich gestresst fühlt, spiegeln sich in ähnlicher Art und Weise also scheinbar auch in den quantitativen Daten wider. Diese Vermutung wird bestärkt durch die Kommentare einiger Mütter, die sich in der offenen Frage zur Thematik äußern. Diese beschreiben, dass sie auf der einen Seite gesellschaftliche Erwartungen spüren, gleichzeitig jedoch den größten Druck durch ihre eigenen Ansprüche wahrnehmen.

Eine eindeutige Trennung von persönlichen und gesellschaftlichen Mütterbildern scheint an dieser Stelle also eher schwer realisierbar. Schon mit unserer Geburt beginnt die geschlechtsspezifische Sozialisation. Von diesem Zeitpunkt an lernen wir, über Sprache und den Körper, uns an einem System der Zweigeschlechtlichkeit zu orientieren (Niederbacher und Zimmermann 2011, S. 160). Schon früh werden von Kindern „verbreitete Assoziationen mit Geschlechterrollen“ (Berk 2020, S. 405) übernommen. So festigen sich schon in der frühen Kindheit geschlechtsstereotype Überzeugungen. Dabei spielen unter anderem Eltern, Schule und Gemeinde und damit gesellschaftliche Instanzen eine wesentliche Rolle (Berk 2020, S. 405; 407). Insbesondere Mädchen werden dabei häufig in eine pflegende, elterliche Rolle sozialisiert (Tedgård et al. 2020, S. 34). Diese Erkenntnisse machen deutlich, dass es tatsächlich schwierig scheint, persönliche und gesellschaftliche Prägungen und Einstellungen und somit auch persönliche und gesellschaftliche Mütterbilder klar voneinander zu trennen. Rückblickend zu erörtern, welche Anteile aus uns und welche aus der Gesellschaft stammen, scheint deshalb sehr schwierig oder gar unmöglich.

Auch andere Studien legen den Schluss nahe, dass eine eindeutige Trennung persönlicher und gesellschaftlicher Mütterbilder nicht so einfach möglich ist, da diese auf beiden Ebenen bestehen und Handlungsorientierungen geben. Die beiden Ebenen beeinflussen sich dabei gegenseitig (Schneider und Diabaté 2020). So geht auch Frau Klein in ihren Ausführungen von einer gegenseitigen Beeinflussung der beiden Ebenen aus.

Es lässt sich feststellen, dass die Einstellungen und Überzeugungen dazu, wie Mütter sein sollten, erheblich von persönlichen und gesellschaftlichen Einflüssen geprägt sind. Diese haben einen starken Einfluss auf das eigene Verhalten, die eigenen Bewertungen und damit

letztlich auch auf den von Müttern erlebten Stress, da dieser wesentlich von persönlichen Bewertungen abhängig ist (Diabaté et al. 2015a, S. 11; Kaluza 2018b).

Aufgrund der vorliegenden Ergebnisse des quantitativen sowie des qualitativen Forschungsteils, sowie aufgrund der Erkenntnisse aus vorangegangenen Studien ist davon auszugehen, dass gesellschaftliche Mütterbilder im Zusammenhang mit dem subjektivem Stresserleben von Müttern stehen können. Aufgrund ihrer Vielschichtigkeit, Ambivalenz und Überfrachtung scheinen sie ihrer ursprünglichen Orientierungsfunktion immer weniger nachkommen zu können und eher Komplexität zu schaffen, anstatt diese zu reduzieren. Diese Wahrnehmung kann bei Müttern zu starker Verunsicherung, Ambivalenz und Schuldgefühlen führen.

In einer Studie von Kellner-Zotz gaben alle befragten Mütter an sie hätten „den Eindruck, den gesellschaftlichen Erwartungen nicht gerecht werden zu können“, da der Diskurs „ein Idealbild [propagiere], dem niemand entsprechen könne“ (2020, S. 74). Dieses Idealbild, das sowohl intensive Mutterschaft als auch mütterliche Erwerbstätigkeit propagiert, kreiert ein Spannungsverhältnis, welches „bei vielen Müttern zu Einschränkungen im gesundheitlichen, mentalen Wohlbefinden“ (Giesselmann und Wittenberg 2018, S. 745) unter anderem bei Merkmalen mit Stressbezug führt. Da es manchen Müttern nicht gelingt, den internen und externen Anforderungen, wie den eigenen Vorstellungen von guter Mutterschaft und den äußeren Erwartungen an eine gute Arbeitnehmerin und Mutter, gerecht zu werden, erleben diese Stress, der sich auf verschiedenen Ebenen äußern kann. Insbesondere die persönlichen Stressverstärker, wie eigene Motive, Einstellungen und Bewertungen gegenüber den erlebten Anforderungen, sowie die Einschätzung der eigenen Bewältigungsfähigkeiten, entscheiden an dieser Stelle darüber, ob und wie stark eine Stressreaktion bei den Müttern ausgelöst wird. Die persönlichen Stressverstärker spielen also eine wesentliche Rolle in der Prävention und Intervention des mütterlichen Stresserlebens, insbesondere auf individueller Ebene. Auf diese soll in Kapitel 6.1 näher eingegangen werden.

5.4 Erklärungsansätze

Aus den gewonnenen Erkenntnissen der vorliegenden Arbeit lassen sich nun folgende Erklärungsansätze ableiten.

Die deutsche Gesellschaft, Geschlechterrollen und damit auch familiale Handlungspraxen haben sich im Verlauf der Zeit verändert und tun dies noch, wie auch die Ergebnisse des empirischen Teils nahelegen. Während vor einiger Zeit männliche und weibliche Rollen im Familienalltag wesentlich eindeutiger verteilt waren, kommt es immer mehr zu einer Auflösung dieser klaren Strukturen. Die vormalige Komplementarität von Frauen- und Männerrolle, von

Reproduktions- und Erwerbsarbeit, scheint zunehmend zu verschwimmen (Statistisches Bundesamt 2017, S. 47; Speck 2014, S. 62). Doch obwohl das „Ideal der Gleichstellung von Frauen und Männern im Sinne von Chancengleichheit und gerechter Aufteilung von Familienarbeit“ (Diabaté et al. 2017, S. 29) durchaus verbreitet scheint, gibt es Hinweise darauf, dass es bei Paaren mit dem Übergang zur Elternschaft zu einer Retraditionalisierung der Geschlechterrollen und damit zu einer Auslebung eher traditioneller Mütter- und Väterbilder kommt (Statistisches Bundesamt 2017, S. 47). Gleichzeitig sind die Anforderungen an Kinderbetreuung und -förderung in der Vergangenheit enorm gestiegen (Jurczyk 2014, S. 125). Diese beschriebenen Entwicklungen haben dabei ebenfalls Auswirkungen auf persönliche und gesellschaftliche Bilder zur Elternschaft. Auf die Mütterbilder beider Ebenen soll deshalb im Folgenden näher eingegangen werden.

Mütterbilder können dabei als „Bündel aus verschiedenen Normalitätsvorstellungen zur Lebensführung von Müttern“ (Diabaté 2015, S. 210) verstanden werden, die sowohl in ihrer persönlichen Ausprägung als auch in ihrer in der Gesellschaft vermuteten Form Einfluss auf die Lebensführung von Müttern nehmen. Dabei können sich die individuellen und die in der Allgemeinheit wahrgenommenen Mütterbilder durchaus voneinander unterscheiden, wie auch die Ergebnisse des Forschungsteils dieser Arbeit gezeigt haben (Schneider und Diabaté 2020, S. 13). Persönliche Mütterbilder enthalten dabei häufiger „weniger voraussetzungsreiche, tolerantere und ‚modernere‘ [...] Vorstellungen“, während in der Gesellschaft wahrgenommene Mütterbilder hingegen „meist signifikant traditioneller enger gefasst und starrer“ (Schneider und Diabaté 2020, S. 13) empfunden werden. Für die quantitativ erhobenen Mütterbilder trifft dies allerdings nur bedingt zu. Während sich das persönlich am häufigsten vertretene Mütterbild durchaus als toleranter und voraussetzungsärmer beschreiben lässt, ist das gesellschaftlich am stärksten wahrgenommene Bild eher weniger traditionell und konservativ. Allerdings lässt es sich durch die hohen darin enthaltenen Ansprüche an Mütter zumindest teilweise als starrer und restriktiver beschreiben als das am häufigsten vorgefundene persönliche Mütterbild.

Wenn die möglichen Auswirkungen von Mütterbildern auf Mütter erforscht werden sollen, scheint es also sinnvoll sowohl individuelle als auch gesellschaftliche Mütterbilder in den Blick zu nehmen. Obwohl eine klare Trennung beider Ebenen teilweise kaum möglich scheint, sollte ein möglichst umfassender Blick dennoch versuchen alle Aspekte dieses Zusammenspiels miteinzubeziehen. Insbesondere die gefundenen Missverhältnisse zwischen individuellen und gesellschaftlichen Mütterbildern erscheinen dabei wesentlich, um den möglichen Auswirkungen dieser auf Mütter nachgehen zu können.

Gesellschaftliche Mütterbilder befinden sich auf einem Kontinuum zwischen Stabilität und Wandel. Während sich einige Vorstellungen, wie die Hauptverantwortung der Kinderbetreuung durch die Frau, in vielen Fällen halten, verändern sich andere Vorstellungen, wie beispielsweise die klare Aufteilung zwischen Haus- und Erwerbsarbeit. Häufig bleiben alte Mütterbilder bestehen und werden durch neue ergänzt statt ersetzt. Die teilweise gegensätzlichen Anforderungen der älteren und neueren Mütterbilder sollen nun gleichermaßen durch Mütter erfüllt werden und verlangen diesen dabei teilweise konträre „Einstellungen, Fähigkeiten und Handlungsweisen“ ab (Speck 2014, S. 62; Schneider und Diabaté 2020, S. 3). Dadurch erhöht sich die Komplexität der Anforderungen an Mutterschaft und Mütterbilder büßen so immer mehr ihrer eigentlichen Orientierungsfunktion ein.

Diese sich wandelnden, vielschichtigen und komplexen Bilder haben dabei Auswirkungen auf Familien im Allgemeinen und Mütter im Speziellen.

Durch die gefundenen Diskrepanzen kann ein Spannungsverhältnis entstehen, in dem „die Lebensrealität, die Erwartungen der Gesellschaft und die emotionalen Bedürfnisse“ (Diabaté et al. 2017, S. 29) junger Mütter und Väter miteinander konkurrieren. Die (scheinbare) Wahlfreiheit des Familienmodells bietet Müttern und Vätern zwar die Möglichkeit, ihr Leben selbstbestimmt zu planen und zu gestalten, stellt sie jedoch gleichzeitig vor die Herausforderung die volle Verantwortung für die eigenen Entscheidungen und ihre möglichen Folgen im Sinne einer verantworteten Elternschaft zu übernehmen. Dabei sind es nicht nur die individuellen Handlungsweisen, die Auswirkungen auf das Gelingen oder Scheitern des gewählten Mütter- und Väterbildes haben, sondern auch politische und gesellschaftliche Strukturen. Darunter fallen, wie bereits zuvor erwähnt, beispielsweise mangelhafte Kinderbetreuungsinfrastruktur, schwierige Karrierechancen bei Teilzeitarbeit und nicht zuletzt die teils widersprüchlichen gesellschaftlichen Anforderungen (Koppetsch und Speck 2015, S. 22; Kaluza 2018b, S. 43; Statistisches Bundesamt 2017, S. 47). Insbesondere Mütter scheinen durch letztere stark beeinflusst und können sich durch wahrgenommene oder tatsächlich erlebte Stigmatisierung, Bewertung und Verurteilung des gewählten Mütterbildes in ihrer eigentlichen Wahlfreiheit eingeengt fühlen. Vielmehr kann der Druck empfunden werden, gesellschaftlichen Mütterbildern entsprechen zu müssen, um sowohl dem Ziel der „guten Mutter“ als auch dem Ziel der „beruflichen Karriere“ gerecht zu werden, wie es ebenfalls die Ergebnisse des empirischen Forschungsteils nahelegen (Statistisches Bundesamt 2017, S. 47; Schneider und Diabaté 2020, S. 13; Diabaté et al. 2017, S. 24; Ausstellung 2015, S. 7).

Diese beschriebenen Herausforderungen, die nicht zuletzt durch gesellschaftliche Mütterbilder entstehen, können bei Müttern neben zeitlichen und organisatorischen Stressoren

schließlich zu Verunsicherungen, Unzufriedenheit, Selbstzweifeln, Schuldgefühlen, einem schlechtem Gewissen und häufig auch zu Stress führen (Diabaté et al. 2017, S. 24; 29; Statistisches Bundesamt 2017, S. 47; Kaluza 2018b, S. 43).

Wie bereits weiter oben beschrieben, können gesellschaftliche Mütterbilder somit als ein Auslöser von subjektivem mütterlichen Stresserleben identifiziert werden. Ein Zusammenhang zwischen den beiden Faktoren wird so an dieser Stelle ersichtlich.

Um Mütter insbesondere im Hinblick auf diesen Zusammenhang zu entlasten, soll nun nachfolgend ein Blick auf verschiedene Handlungsstrategien geworfen werden. Bereits bestehende Erkenntnisse sollen dafür mit den Ergebnissen des empirischen Teils der vorliegenden Arbeit verknüpft werden, um ein möglichst breites Spektrum an Unterstützungsmöglichkeiten abbilden zu können.

6 Handlungsstrategien im Zusammenhang mit gesellschaftlichen Mütterbildern und dem subjektiven mütterlichen Stresserleben

Im Verlauf der vorliegenden Arbeit konnte aufgrund der Ergebnisse des empirischen Forschungsteils sowie durch die Erkenntnisse der einschlägigen Literatur ein Zusammenhang zwischen gesellschaftlichen Mütterbildern und dem subjektiven Stresserleben von Müttern herausgestellt werden. Nun gilt es Handlungsstrategien aufzuzeigen, die Müttern insbesondere im Hinblick auf durch gesellschaftliche Mütterbilder entstehendem und entstandenem Stress Entlastung bieten können.

Nachfolgend sollen dafür verhaltens- und verhältnisorientierte Ansätze in den Blick genommen werden, um sowohl individuelle als auch übergeordnete, gesellschaftliche Handlungsmöglichkeiten darzulegen. Wie schon von Frau Klein vermutet, beeinflussen sich verhaltens- und verhältnisorientierte Ansätze gegenseitig, sodass Maßnahmen auf der individuellen Ebene nach einer gewissen Zeit zu Veränderungen auf der gesellschaftlichen Ebene führen können und umgekehrt. Die beschriebenen Wechselwirkungen legen ein paralleles Ansetzen auf beiden Ebenen nahe, um Veränderungsprozesse so zu beschleunigen und zu verstärken. Diese Überlegungen weisen Überschneidungen mit dem Setting-Ansatz „der Gesundheitsförderung der Weltgesundheitsorganisation“ (Kaluza 2018b, S. 62) auf, bei dem individuelle Stressbewältigungsmaßnahmen mit strukturellen Maßnahmen in den relevanten „Settings“ (Lebenswelten) kombiniert werden.

Das vorliegende Kapitel befasst sich deshalb sowohl mit Präventions- als auch mit Interventionsmaßnahmen auf der individuellen Ebene auf der einen und Ansatzpunkten auf gesellschaftlicher Ebene auf der anderen Seite. Ziel der vorgestellten Handlungsstrategien ist dabei nicht, eine vollkommene Stressfreiheit der Mütter zu erreichen, sondern „[k]onstruktive Strategien und Maßnahmen“ zu entwickeln, die dazu beitragen können, „langfristig unnötigen Stress zu vermeiden und/oder abzubauen“ (Bernhard und Wermuth 2011, S. 77).

6.1 Auf individueller Ebene

Mit dem Ziel, verschiedene Ansatzpunkte der individuellen Stressbewältigung zu verdeutlichen, wird sich im Folgenden des transaktionalen Stressmodells nach Lazarus bedient.

Dabei ist eine Person zunächst mit einer Situation konfrontiert. Diese enthält verschiedene Dimensionen wie Dauer, Intensität, Vorhersagbarkeit und die wahrgenommene Kontrollierbarkeit. Bei einer solchen Situation handelt es sich um den (potenziellen) Stressor. Dieser bildet den ersten Ansatzpunkt für Handlungsstrategien.

Der (potenzielle) Stressor wird nachfolgend verschiedenen Bewertungsprozessen unterzogen. So findet auf der einen Seite eine Bewertung der Bedeutsamkeit der Situation für die betreffende Person als irrelevant, positiv oder stressend statt. Auf der anderen Seite werden die eigenen Bewältigungsfähigkeiten im Hinblick auf den potenziellen Stressor bewertet. Insbesondere persönliche Sollwerte wie beispielsweise die Bedürfnisse nach Zugehörigkeit und Kontrolle sowie Ansprüche und Erwartungen an sich selbst, in denen sich „die individuelle Aneignung [...] gesellschaftlicher Normen widerspiegelt“ (Kaluza 2018b, S. 44) spielen bei diesem Bewertungsprozess eine wichtige Rolle. Je nach Beschaffenheit dieser Sollwerte können diese ausschlaggebend für die Auslösung von Stressreaktionen sein. Sie gelten dann als persönliche Stressverstärker in Form von eigenen Motiven, Einstellungen und Bewertungen und bilden einen weiteren Ansatzpunkt für Handlungsstrategien.

Je nach Bewertung kommt es schließlich zur Bewältigungsphase, dem Coping, oder zur Auslösung einer Stressreaktion. Die Stressreaktion bildet den dritten Ansatzpunkt für Handlungsstrategien.

„Als Coping werden [hingegen] alle kognitiven und verhaltensmäßigen Anstrengungen bezeichnet, mit dem als Stressor bewerteten Reiz umzugehen“ (Franzkowiak und Franke 2018) und es lässt sich zunächst in zwei Bereiche aufteilen. So zielt das instrumentelle Coping auf eine Veränderung der erlebten Situation ab und ist beim ersten Ansatzpunkt, dem Stressor, zu verorten. Das emotionsbezogene Coping hat vor allem eine Veränderung von Gefühlen und

Gedanken zum Ziel und lässt sich auf der Ebene der persönlichen Stressverstärker verorten. Schließlich gilt es noch einen dritten Bereich des Copings zu benennen, der bei der Stressreaktion anzusiedeln ist. Hierbei handelt es sich um das regenerative Coping, das auf eine Reduktion der Anspannung und den Aufbau neuer Energie abzielt.

Anknüpfend an die aufgezeigten Ansatzpunkte werden nun verschiedene Handlungsstrategien zur Prävention und Intervention aufgezeigt. Die Balance zwischen den Anforderungen und den Ressourcen ist sicherzustellen beziehungsweise wiederherzustellen, damit die Anforderungen bewältigt werden können (Bernhard und Wermuth 2011, S. 68). Die Ebenen der Prävention und Intervention lassen sich nicht an jeder Stelle klar voneinander trennen, da sie ineinander übergehen. Dennoch erfolgt nachstehend der Versuch, anhand der beschriebenen Ansatzpunkte Handlungsstrategien für beide Ebenen zu benennen.

6.1.1 Prävention

In diesem Kapitel soll das Augenmerk zunächst auf solche Strategien gelegt werden, die dem Stresserleben von Müttern vorbeugen.

Den ersten Ansatzpunkt bietet hier der (potenzielle) Stressor. In der vorliegenden Arbeit handelt es sich dabei insbesondere um die gesellschaftlichen Mütterbilder und die damit verknüpften (wahrgenommenen) Erwartungen und Ansprüche an Mütter. Im Sinne des instrumentellen Copings oder auch des instrumentellen Stressmanagements gilt es, „proaktiv auf die Verringerung oder Ausschaltung zukünftiger Belastungen und auf eine möglichst stressfreie Gestaltung eigener [...] Lebensbedingungen“ (Kaluza 2018b, S. 63) hinzuwirken. So bietet es sich beispielsweise an, dass sich Paare schon vor der Geburt des ersten Kindes konkret Gedanken darüber machen, wie zukünftig eine Arbeitsteilung zwischen den Partner*innen aussehen, ein realistischer Arbeitsaus- und Wiedereinstieg gestaltet und durch wen zusätzliche Unterstützung geleistet werden kann. Zudem sollte eine geeignete Kinderbetreuung besprochen und Zeit zur Entspannung, Zeit für sich und Zeit mit dem*der Partner*in eingeplant werden. Solche Vorkehrungen können späteren Unzufriedenheiten vorbeugen (Mundlos 2016, S. 206). Der Aufbau fester Strukturen und eines verlässlichen sozialen Netzwerkes scheint bei Müttern zu mehr Sicherheit und Selbstwirksamkeit zu führen und im Zusammenhang mit einer hohen Übereinstimmung des gewünschten und gelebten Lebensmodells zu stehen. Diese Zufriedenheit, beispielsweise in Bezug auf den Umfang der eigenen Berufstätigkeit, führt bei Müttern zu einer erhöhten Stressresistenz (Kellner-Zotz 2020, S. 75). Ein frühzeitiger Aufbau solcher Strukturen scheint schon präventiv einen positiven Einfluss auf den Stressor zu haben.

Auch die empirischen Daten lassen ähnliche Schlussfolgerungen zu. So wurde sowohl im Online-Fragebogen als auch in den Interviews darauf hingewiesen, dass klare Absprachen und eine klare Arbeitsteilung zwischen den Partner*innen, sowie eine beidseitige Verantwortungsübernahme von Müttern und Vätern eine elementare Strategie für die Vorbeugung von mütterlichem Stresserleben darstellen können. Darüber hinaus wurde ebenfalls in beiden Datensätzen von einigen Teilnehmerinnen die Teilzeitarbeit beider Partner*innen befürwortet, um Belastungen zu verhindern. Instrumentelles Coping, bezogen auf den Stressor gesellschaftliche Mütterbilder, beinhaltet demnach im Rahmen des Selbstmanagements möglichst frühzeitig klare Absprachen zu treffen und Aufgaben aufzuteilen, (soziale) Unterstützung zu suchen, Zeitplanungen zu treffen und klare Strukturen zu finden (Kaluza 2018b, S. 63f.).

Des Weiteren kann an den persönlichen Stressverstärkern angesetzt werden. Im Rahmen des emotionsbezogenen Copings oder auch des mentalen Stressmanagements geht es hier insbesondere darum, an Gefühlen und Gedanken zu arbeiten und persönliche Motive, Einstellungen und Denkmuster in den Blick zu nehmen. „Intrinsische Risikodisposition“, wie beispielsweise übersteigerte (berufliche) Leistungsbereitschaft und -ansprüche und Kontrollbedürfnis, sollen gemäß Siegrist (1995, S. 194) mithilfe kognitiver Therapie oder Methoden abgebaut werden. Bewertungen und Bewertungsmuster müssen dafür zunächst erkannt, angenommen, kritisch reflektiert und schließlich eventuell in förderliche Denkmuster und Einstellungen umgewandelt werden (Kaluza 2018b, S. 64). Im Rahmen dieser Arbeit geht es an dieser Stelle insbesondere darum, dass es Müttern gelingt, sich von (wahrgenommenen) gesellschaftlichen Mütterbildern zu distanzieren und gesamtgesellschaftliche Entwicklungen zu reflektieren, um so mögliche Belastungen besser verstehen zu können und hohe eigene Ansprüche zu relativieren (Flaake 2014, S. 291; Kaluza 2018b, S. 43; Kellner-Zotz 2020, S. 75).

Auch in den Interviews wurden Handlungsstrategien auf dieser Ebene vorgeschlagen. So hielten es die Interviewpartnerinnen für wichtig, eigene Ansprüche zu reduzieren und sich bewusst zu machen, dass Mutterschaft und gleichzeitige Berufstätigkeit „zwei Jobs [sein], die parallel laufen“ (Frau K., Z. 781) und deshalb Belastungserfahrungen normal seien. Eigene Belastungserfahrungen könnten so besser akzeptiert werden. Zudem könne eine Einstellungsänderung bei Paaren hinsichtlich männlicher und weiblicher Aufgaben und Rollen innerhalb von Familien dazu führen, dass Entlastung durch eine egalitärere Arbeitsteilung entsteht. Frau Klein entlaste es zudem, ihre Familie als Gemeinschaftsprojekt zu betrachten. Diese Bewertung mache für sie eine gerechte Aufteilung der Aufgaben zwischen Mutter und Vater möglich (Frau K., Z. 701ff.).

Den dritten möglichen Ansatzpunkt bietet die Stressreaktion. Diese lässt sich nur bedingt auf der Ebene der Prävention verorten. Der Begriff selbst macht schon deutlich, dass der Stress an dieser Stelle bereits ausgelöst wurde. Allerdings können längerfristige Maßnahmen dazu beitragen, zukünftige Stressreaktionen zu mindern oder sogar zu verhindern. An dieser Stelle greift das regenerative Coping beziehungsweise Stressmanagement. Dieses hat eine Regulierung und Kontrolle der Stressreaktion zum Ziel. An dieser Stelle liegt der Fokus insbesondere auf langfristigen Strategien, während die kurzfristigen auf der Ebene der Intervention behandelt werden. Längerfristige „Bemühungen, [dienen dabei eher] der regelmäßigen Erholung und Entspannung“ (Kaluza 2018b, S. 64) und beinhalten unter anderem verschiedene Entspannungsmethoden. Dazu zählt beispielsweise die Mindfulness-Based Stress Reduction (MBSR), ein längerfristig angelegtes Gruppenprogramm, bei dem die Achtsamkeit der Teilnehmenden geschult wird, um Stress im Alltag entgegenzuwirken (Frey 2016, S. 18). Zudem zählen beispielsweise Techniken wie Meditation, progressive Muskelentspannung, autogenes Training oder Atemübungen zu diesen Strategien (Siegrist 1995, S. 194). Auch in den Interviews berichten beide Mütter von solchen Strategien. So geben sie beispielsweise Sport im Allgemeinen und Yoga als Entspannungsmethoden an (Frau G., Z. 274ff.). Ebenso benennen sie bewusste Zeiten für sich selbst oder mit dem Partner, Austausch und das Pflegen sozialer Kontakte als Handlungsstrategien (vgl. auch Kaluza 2018b, S. 65).

Schließlich gibt es noch eine Reihe unspezifischer Maßnahmen, die Stress potenziell entgegenwirken können und eine gesunde Lebensführung fördern. Dazu zählen Ernährung, Sport und der Verzicht auf Suchtmittel (Pschyrembel 2017, S. 1737).

Diese verschiedenen präventiven Handlungsstrategien erscheinen insbesondere dann sinnvoll, wenn Stressphasen nur selten auftreten und es der betroffenen Person ausreichend gelingt, diese selbständig zu überwinden und zu verkraften. Gleichzeitig stärken sie die Stressresistenz und können sich positiv auf die Bewältigung zukünftigen Stresserlebens auswirken und negativen Entwicklungen vorbeugen (Bernhard und Wermuth 2011, S. 78).

6.1.2 Intervention

Auch auf der Ebene der Intervention bieten sich die beschriebenen Ansatzpunkte als Orientierung an. Einige der bereits beschriebenen Handlungsstrategien lassen sich auch auf dieser Ebene anwenden, um bereits bestehende Belastungen zu verringern.

Für das instrumentelle Coping sollte auch bei der Intervention beim Stressor der gesellschaftlichen Mütterbilder angesetzt werden. Es erscheint sinnvoll, Handlungsstrategien anzuwenden, die den Stressor verringern oder ganz ausschalten. Auf dieser Ebene geht es darum,

„reaktiv auf [die] konkrete, aktuelle Belastungssituation“ (Kaluza 2018b, S. 63) einzugehen. So erscheint auch hier eine aktive Einbeziehung der Väter in die Kinderbetreuung sowie eine verstärkte Verantwortungsübernahme durch diese hilfreich. Auch eine Einbeziehung der Väter in die Stressbewältigung der Mütter, in Form des dyadischen Copings, scheint an dieser Stelle hilfreich, da „stets beide Partner[*innen] von den Belastungen [der Einzelperson] betroffen sind und daher beide von einer gemeinsamen Stressbewältigung profitieren“ (Milek und Bodenmann 2017, S. 20). Dyadisches Coping stärkt bei erfolgreicher Bewältigung zudem die Partnerschaft und bietet eine wichtige Strategie auf dem Weg einer möglichst langen Beziehung, wie Frau Groß sie als Wunsch im Interview äußert (Hantel-Quitmann 2016, S. 59).

Sowohl in den Daten des Online-Instruments als auch in den Interviewdaten werden die oben genannten Strategien beschrieben. Eine externe Betreuung der Kinder für einzelne Nachmittage oder Abende oder die Einbeziehung der Großeltern oder anderer sozialer Unterstützungssysteme können ebenfalls entlastend wirken, beschreiben auch die beiden Interviewpartnerinnen (Frau K., Z. 746f.; Frau G., Z. 386f.). Diese soziale Unterstützung führt insbesondere bei Müttern kleiner Kinder zu einem Gefühl der Selbstbestimmung. Fehlt diese, sind es insbesondere Mütter, die beispielsweise im Falle eines kranken Kindes oder in Ausnahmesituationen, wie der COVID-19-Pandemie, die Betreuung übernehmen und sich vor ihrem Arbeitgeber rechtfertigen müssen. Insbesondere für alleinerziehende Mütter ergibt sich an dieser Stelle eine essentielle Strategie, da diese häufig deutlich schwieriger den Vater einbeziehen können (Kellner-Zotz 2020, S. 75).

Auf der Ebene des emotionsbezogenen Copings bilden auch für die Interventionen die persönlichen Stressverstärker den Ansatzpunkt. Hier geht es insbesondere darum, diese „in stressvermindernde, förderliche mentale Prozesse und Inhalte“ (Kaluza 2018b, S. 74) zu transformieren. Ähnlich wie bei den präventiven Handlungsstrategien sollten an dieser Stelle eigene Ansprüche, (wahrgenommene) Erwartungen und persönliche Einstellungen hinterfragt werden und eine Abgrenzung gegenüber übersteigerten Vorstellungen gelingen. Gleichzeitig sollte der Blick insbesondere auf das Positive und Gelungene und weg vom „alltäglichen Kleinkrieg“ (Kaluza 2018b, S. 64) gelenkt werden. Das Hinterfragen der genauen Ursachen der eigenen Unzufriedenheit oder Belastung kann zudem den Weg zu Lösungen und individuellen Handlungsstrategien bereiten (Mundlos 2016, S. 206ff.). Auch positive Selbstinstruktionen, „die selbstabwertende und stresserzeugende Gedanken kontrollieren“ (Litzcke und Schuh 2010, S. 59), können an dieser Stelle hilfreich sein.

Um mithilfe des regenerativen Copings auf eine Stressreaktion zu reagieren, können zunächst kurzfristige Strategien zum Einsatz kommen, die eine sofortige Reaktion ermöglichen,

Erleichterung verschaffen und ein Aufschaukeln verhindern. Dazu zählen beispielsweise Abreaktion und Ablenkung, spontane Entspannung und Zufriedenheitserlebnisse (Litzcke und Schuh 2010, S. 53). Auch in den Interviews wurde deutlich, dass die Mütter Aktivitäten, die glücklich machen und bewusste Zeiten zum Abschalten als Entlastung empfinden. Nicht nur sich selbst etwas Gutes zu tun, sondern auch Zeit und Raum für innige Gespräche mit dem*der Partner*in oder mit Freund*innen können dabei entlastend wirken (Milek und Bodenmann 2017, S. 20; Kaluza 2018b, S. 64f.). Aber auch langfristige Strategien können sich auf der Interventionsebene anbieten (s. dazu auch Kapitel 6.1.1).

Als hilfreich haben sich ebenfalls verschiedene Gruppentrainings erwiesen (vgl. auch MBSR). Bei diesen scheint insbesondere eine Spezifizierung und Anpassung an besondere Zielgruppen, wie beispielsweise Mütter, sinnvoll und notwendig zu sein. Nicht zuletzt die gegenseitige sozio-emotionale Unterstützung und der Austausch hat an dieser Stelle stressreduzierende Wirkung (Kaluza 2018b, S. 73; Siegrist 1995, S. 194).

Inwiefern eine Person mithilfe der verschiedenen beschriebenen Strategien selbständig in der Lage ist, den erlebten Belastungen zu begegnen, entscheidet sich individuell. Liegt jedoch häufiges oder andauerndes schweres Stresserleben vor, sollten Beratung oder Therapie in Betracht gezogen werden, um eine Balance herzustellen (Bernhard und Wermuth 2011, S. 62).

Jede Person und jede Stresssituation bedürfen unterschiedlicher Methoden und Strategien, um Belastungen zu begegnen. Hilfreich erscheint immer ein möglichst großes und vielfältiges Repertoire an Handlungsstrategien zur Stressbewältigung, um unterschiedlichen Stressoren entgegentreten zu können. Dabei ist jedoch zu beachten, dass nicht alle Stressbewältigungsstrategien dauerhaft hilfreich sind. Vermeidung, Bagatellisierung oder Alkohol können beispielsweise Stress kurzfristig reduzieren, wirken sich langfristig jedoch negativ auf die Situation aus (Litzcke und Schuh 2010, S. 52f.).

6.2 Auf gesellschaftlicher Ebene

Nachfolgend sollen Handlungsstrategien auf gesellschaftlicher Ebene vorgestellt werden. Anknüpfend an das vorangegangene Kapitel soll an dieser Stelle das Anforderungs-Ressourcen-Modell mit seinem Blick insbesondere auf externe Anforderungen und Ressourcen als Grundlage der Überlegungen dienen. Im Anforderungs-Ressourcen-Modell spielen der soziale, ökonomische und kulturelle Kontext einer Person eine wesentliche Rolle zum Verständnis des Stresserlebens.

Auf eine Unterteilung der Handlungsstrategien in Prävention und Intervention wird nachfolgend verzichtet, da eine klare Abgrenzung der beiden Konzepte in diesem Zusammenhang nur schwer möglich erscheint.

Externen Anforderungen durch gesellschaftliche Mütterbilder stehen neben internen, individuellen ebenso externe, gesellschaftliche Handlungsstrategien gegenüber, die als Ressourcen in der Stressbewältigung von Müttern und Familien wirksam werden können.

Verschiedene gesellschaftliche Instanzen und Institutionen können einen Beitrag dazu leisten, Mütter im Hinblick auf gesellschaftliche Mütterbilder und aus diesen entstehendem subjektiven Stresserleben zu entlasten. Verschiedene Ansätze scheinen sich dabei gegenseitig zu beeinflussen. Ein Wandel der gesellschaftlichen Mütterbilder und der Einstellungen zu Mutterschaft wirkt in diesem Zusammenhang entscheidend. Dieser könnte sich dann auf politische Instrumente, Gesetzgebungen und Institutionen auswirken. Gleichzeitig scheint eine Anpassung gesellschaftlicher und politischer Praktiken und Regelungen unverzichtbar, die in ihrer Folge einen Wandel gesellschaftlicher Mütterbilder begünstigen würden. Eine klare Trennung beider Ansätze scheint deshalb nur bedingt möglich.

Als erster Ansatzpunkt sollen an dieser Stelle dennoch die gesellschaftlichen Mütterbilder selbst thematisiert werden. Sowohl in den Fragebögen als auch in den Interviews wurde ein Umdenken in Politik und Gesellschaft gefordert, das mit einer Einstellungsänderung einhergehen müsse. Dabei gelte es klassische Rollenbilder aufzubrechen und die Einbeziehung von Vätern in die Kinderbetreuung weiter zu normalisieren. Dennoch wurde gleichzeitig gefordert, nicht nur ein einziges Mütterbild zu fokussieren, sondern verschiedene Mütterbilder und Familienmodelle nebeneinander zu akzeptieren, damit jede Familie selbst entscheiden könne, welchen Weg sie gehen wolle (Frau K., Z. 797f.; 809ff.; Frau G., Z. 356f.; 156ff.).

Für die Politik ergeben sich daraus zwei Konsequenzen. So kann diese auf der einen Seite „versuchen, der Vielfalt an Ansprüchen und an [...] [Mütterbildern] gerecht zu werden“ (Diabaté et al. 2015b, S. 282) und verschiedene, teils widersprüchliche Maßnahmen bereithalten. Dabei sollten insbesondere infrastrukturelle Barrieren abgebaut werden, um Handlungsspielräume für Familien zu vergrößern. Auf der anderen Seite kann Politik „versuchen, die bestehenden [...] [gesellschaftlichen Mütterbilder] zu beeinflussen und zu modernisieren“ (Diabaté et al. 2015b, S. 282), indem sie beispielsweise die Gleichstellungspolitik vorantreibt.

Neben der Politik spielen auch andere Bereiche wie die Medien, Kirchen und verschiedene Expert*innen eine wichtige Rolle, wenn es um eine Aufweichung tradiertter Mütterbilder geht. Die Akteure müssen sich ihres Einflusses bewusst werden und kritisch reflektieren, welche Vorstellungen des „Normalen“ sie in die Öffentlichkeit tragen und dies auch transparent

kommunizieren (Diabaté et al. 2015b, S. 284; Mundlos 2016, S. 176). Daneben spielen jedoch auch die öffentliche Wahrnehmung und Handlungspraxis eine Rolle. Schon Bilderbücher und Kinderspielzeug haben einen Einfluss auf die Entstehung von Rollen- und Mütterbildern und müssen angepasst werden. Ebenso scheint es sinnvoll Mädchen zur Wahl „typischer“ Männerberufe zu motivieren, da diese aufgrund der meist besseren Bezahlung Anreize schaffen, dass Frauen nach der Geburt des ersten Kindes wieder in ihren Beruf zurückkehren (Götz 2020; Rosales 2020). Auch Frau Klein äußert im Interview die Relevanz der Bezahlung, für eine Auflösung tradierter Mütterbilder und eine geschlechtergerechte Arbeitsteilung. Dadurch könne beispielsweise eine Arbeitszeitreduzierung beider Partner*innen erleichtert werden (Frau K., Z. 847ff.). Eine institutionell gestützte Aufweichung tradierter Mütterbilder, könnte so also schließlich „zu einer psycho-emotionalen Entlastung von Müttern in Deutschland führen“ (Giesselmann 2018, S. 738). Doch auch weitere Ansatzpunkte scheinen sinnvoll.

So scheinen, wie bereits kurz angeklungen, politische Maßnahmen und gesetzliche Regelungen zur Entlastung von Müttern hilfreich, die diesen mehr Entscheidungs- und Handlungsspielraum bieten. Verschiedene Handlungsebenen bieten Ansatzpunkte für politische Veränderungen. Auf Ebene der Geldpolitik spielen finanz- und steuerpolitische Instrumente eine entscheidende Rolle. Insbesondere eine Abschaffung des Ehegattensplittings und eine Veränderung der Regelungen zur Elternzeit zugunsten einer längeren Inanspruchnahme durch Väter, könnten „als konkrete Vereinbarkeits- und Entlastungsmaßnahmen gedeutet“ (Giesselmann 2018, S. 744) werden und gleichzeitig zu einem Aufbrechen klassischer Mütterbilder beitragen und das Stresserleben von Müttern verringern (Götz 2020). Auf Ebene der Zeitpolitik scheint insbesondere eine Betrachtung der Regelungen zu Care-Arbeitszeiten und zu familienfreundlichen Arbeitgebern zielführend (BMFSFJ 2006, S. 30). Hinsichtlich der Infrastrukturpolitik sollte insbesondere der flächendeckende Ausbau des Kinderbetreuungssystems und der Ganztagschulen in den Blick genommen werden (Giesselmann und Wittenberg 2018, S. 744; Diabaté et al. 2015b, S. 282). Auf Ebene der Gleichstellungspolitik hingegen sollten insbesondere eine gezielte Frauenförderung auf dem Arbeitsmarkt und Quotenregelungen Berücksichtigung finden (Diabaté et al. 2015b, S. 282f.). Die Ebene der Kommunikationspolitik beinhaltet schließlich Strategien „zur Dekonstruktion von Mythen und Klischees“ (Diabaté et al. 2015b, S. 283), die gesellschaftliche Mütterbilder in ungünstiger Weise beeinflussen. Ziele der politischen Instrumente sollten an dieser Stelle klarer kommuniziert und hohe Erwartungshaltungen an Mütter und Familien relativiert werden. Gleichzeitig sollten einzelne Familienmodelle nicht gegeneinander ausgespielt oder diskreditiert werden. Darüber hinaus sollte die Politik auf dieser

Ebene Aufklärungsarbeit in Bezug auf den Zusammenhang von Rentenansprüchen und Erwerbsunterbrechungen beziehungsweise Teilzeitarbeit leisten (Mundlos 2016, S. 185).

Auf einige Inhalte der zuvor beschriebenen Ebenen soll an dieser Stelle nun noch einmal vertiefend eingegangen werden.

In den empirischen Daten wurde deutlich, dass Arbeitgebern nach Meinung der Befragten im Rahmen der Handlungsstrategien eine wichtige Rolle zukommt. So äußerten diese die Wichtigkeit flexibler Arbeitszeiten, sowie den Wunsch einer Einbeziehung der Arbeitgeber in Fragen oder Bereitstellung der Kinderbetreuung (Frau G., Z. 393ff.). Zudem wurde von Arbeitgebern eine größere Bereitschaft gefordert, Vätern ein stärkeres Engagement in der Familie und für die Kinder zu ermöglichen. Auch an anderer Stelle wird ein Wandel der Unternehmenskultur gefordert. Arbeitgeber müssten familienfreundlicher werden, indem sie unterschiedliche Bedarfe von Arbeitnehmer*innen, insbesondere solchen mit Kindern, wahrnehmen und passende Angebote schaffen. So bieten sich beispielsweise „funktionierende Teilzeitmodelle für Eltern, Jobsharing, ein Jahresarbeitszeitkonto, Gleitzeit- oder Vertrauensarbeitszeitregelungen, [...] Heimarbeitsplätze, alternierende Telearbeitsplätze [...] oder auch Laptops“ (Mundlos 2016, S. 193), an, die flexibleres Arbeiten auch von zu Hause ermöglichen können. Wichtig erscheinen jedoch insbesondere individuelle, flexible Maßnahmen, die je nach Person, Familienmodell oder Lebenslage eingesetzt werden können, um unterschiedlichen Belastungssituationen entgegenzuwirken. Je nach Größe des Unternehmens, kann dieses, wie auch von Frau Groß geäußert, zudem beispielsweise kostenlose Kinder(notfall)betreuung, sowie einen Vertretungspool und Pflegeberatung bereithalten, um Mütter und Väter zu entlasten. Diese Maßnahmen zur Steigerung der Familienfreundlichkeit sind zum Teil zunächst mit hohen Kosten für den Arbeitgeber verbunden, sodass sich eine Subventionierung durch den Staat anbieten würde (Mundlos 2016, S. 193f.). Darüber hinaus könnte ein Wiedereingliederungsmanagement etabliert werden, das Eltern berät, die familienbedingt für längere Zeit aus dem Erwerbsleben ausgestiegen sind. Es könnte beispielsweise Kontakthalteprogramme zwischen Arbeitgeber und Arbeitnehmer*in anbieten, Weiterbildungsangebote vermitteln und den Wiedereinstieg in den Beruf begleiten und fördern (Mundlos 2016, S. 185).

Ein weiterer Ansatzpunkt ergibt sich, wie oben bereits erwähnt, bei der Betreuungsinfrastruktur. Auch in den Antworten der qualitativen und quantitativen Erhebungen spielt diese Thematik eine wichtige Rolle. So werden Forderungen nach flächendeckender qualitativ hochwertiger Betreuung deutlich, die außerdem bezahlbar ist. Für Mütter würde es so möglich, einer eigenen Berufstätigkeit ohne schlechtes Gewissen nachzugehen und nicht nur für die Bezahlung der Betreuungsgebühren erwerbstätig zu sein (Frau G., Z. 331ff.). Die Gewährleistung

qualitativ hochwertiger Kinderbetreuung durch die Verbesserung der Erzieher*innen-Ausbildung und die Weiterentwicklung der Ausbildung auf Hochschulebene, könnten die Akzeptanz von Kinderbetreuungseinrichtungen zudem steigern und Eltern von ihrem Verantwortungsdruck und den hohen Anforderungen zur Kindererziehung entlasten (Diabaté et al. 2015b, S. 283). Wie bereits in den empirischen Daten gefunden, ist zudem ein quantitativer Ausbau finanziell erschwinglicher Betreuungsinfrastruktur für alle Altersstufen unabdingbar, um zur „Zufriedenheit von Müttern, Frauen und Familien bei[zu]tragen und der traditionellen Frauenrolle entgegenwirken“ (Mundlos 2016, S. 219) zu können. Darüber hinaus scheinen Betreuungsangebote mit langen und flexiblen Öffnungszeiten an Wochenenden und in Ferienzeiten sinnvoll, um insbesondere schichtarbeitende Eltern und Alleinerziehende zu entlasten. Um auch außerhalb der kommunalen Betreuungsangebote umfassende Betreuung für Kinder gewährleisten zu können, sollten Konzepte wie Leih-Omas/-Opas oder Mehrgenerationenhaushalte mehr in den Blick genommen und eventuell staatlich gefördert werden (Kellner-Zotz 2020, S. 75).

Ein letzter Ansatzpunkt ergibt sich aus Erwerbs- und Sorgearbeit allgemein und ihrer Aufteilung zwischen den Geschlechtern. Es müssen Anreize und Möglichkeiten geschaffen werden, Lohn- und Care-Arbeit gleichberechtigter untereinander aufzuteilen, insbesondere um Nachteilen in der weiblichen Erwerbsbiographie, im Gehalt und letztlich in den Rentenansprüchen von Frauen und Müttern entgegenzuwirken. Eine Entlohnung von Care-Arbeit, wie in den Anmerkungen zum Fragebogen angeregt, würde allerdings eine Geschlechterdiskriminierung lediglich fortschreiben. Nötig seien Akzeptanz und Möglichkeiten für Männer, ebenfalls Arbeitszeit zu reduzieren, um unbezahlte Arbeit gerechter aufteilen zu können, wie auch Frau Klein im Interview anmerkt (Frau K., Z. 798f.). Dafür müssen sich allerdings auch die Rahmenbedingungen verändern. Männer und Frauen müssen für die gleiche Arbeit den gleichen Lohn erhalten, zudem müssen Mädchen auf der einen Seite schon früh ermutigt werden, auch „männertypische“ Berufe zu ergreifen, während andererseits eine „angemessene Bezahlung und hohe soziale Anerkennung für die Fürsorgearbeit [forciert werden müssen], um Berufe in diesem Sektor für motivierte und gut ausgebildete Fachkräfte als attraktives Beschäftigungsfeld (für Frauen und Männer) zu etablieren“ (Diabaté et al. 2015b, S. 283; Götz 2020). Das Arbeitsmodell Homeoffice, das sich insbesondere im Rahmen der COVID-19-Pandemie immer mehr etabliert, kann eine zusätzliche Chance bieten, Familienarbeit gerechter zu verteilen (Götz 2020). Darüber hinaus könnten grundlegend neue Konzepte zur Arbeitsteilung, wie beispielsweise die von Frigga Haug (2008) entworfene „Vier-in-einem-Perspektive“, als Anregung zu einer neuen Aufteilung von Arbeit in verschiedenen Bereichen dienen.

Betrachtet man abschließend noch einmal die Bestandteile des Anforderungs-Ressourcen-Modells, wird deutlich, dass dem (potenziellen) Stressor der gesellschaftlichen Mütterbilder neben internen auch einige externe Handlungsstrategien gegenüberstehen, die mögliche Ressourcen im Umgang mit dem Stressauslöser bereithalten.

7 Resümee

Mütter in Deutschland stellen eine äußerst heterogene Gruppe dar. Sie unterscheiden sich beispielsweise im Hinblick auf ihr Alter, ihre Herkunft, ihre Religion, das Alter und die Anzahl ihrer Kinder, ihren Familienstand, ihr gelebtes Familienmodell, ihre Beschäftigung und ihren Bildungsstand. „Die (deutsche) Mutter“ gibt es also nicht, dennoch sind alle diese Frauen Teil der deutschen Gesellschaft und sehen sich teilweise ähnlichen Herausforderungen und Themen gegenüber.

So sind Mütter häufig mit Situationen oder Faktoren konfrontiert, die sie herausfordern, bedrohen oder sogar schädigen können. Diese können vielfältig sein und von Mutter zu Mutter sehr unterschiedlich wahrgenommen werden. Sie alle bergen jedoch das Risiko, Mütter so zu belasten, dass bei ihnen eine Stressreaktion ausgelöst wird. Obwohl sehr unterschiedliche Situationen oder Faktoren als stressend empfunden werden, konnten einige Stressauslöser ermittelt werden, die für viele Mütter zu Stress führen. Ständiger Familieneinsatz, finanzielle und organisatorische Belastungen, die (Haupt-)Verantwortung für die Kindererziehung, aber auch eigene Ansprüche und gesellschaftliche Erwartungen an Mütter können für viele Mütter zu einem erhöhten Stresserleben führen.

Insbesondere gesellschaftliche Erwartungen und Mütterbilder haben in der Öffentlichkeit eine große Präsenz. Die meisten Mütter sehen sich im Verlauf ihres Lebens zum Beispiel durch Politik, Kirchen, Medien, Personen des öffentlichen Lebens oder ihr Umfeld auf unterschiedliche Art und Weise mit gesellschaftlichen Mütterbildern konfrontiert. Diese haben einen Einfluss darauf, wie Mütter sich entscheiden und verhalten und sind Ausdruck dessen, was in unserer Gesellschaft eine „gute Mutter“ ausmacht. Insbesondere zwei Leitlinien guter Mutterschaft lassen sich in Deutschland erkennen. So spielt auf der einen Seite eine Orientierung am Wohl des Kindes, mit einer starken Zentrierung auf dessen Bedürfnisse eine Rolle, während auf der anderen Seite eine Orientierung an der Berufstätigkeit und Unabhängigkeit der Mutter, in Form einer Vorbildfunktion im Fokus steht. Da beim Übergang zur Mutterschaft meist keine Erfahrungen mit der neuen Rolle bestehen, können gesellschaftliche Mütterbilder in dieser unbekanntem Situation Orientierung bieten und so Entscheidungen erleichtern. Ob dieser

ursprüngliche Charakter gesellschaftlicher Mütterbilder heute noch immer in dieser Form existiert oder ob sich diese gar negativ auf Mütter auswirken können, wurde im empirischen Teil im Hinblick auf einen Zusammenhang zwischen diesen Bildern und dem subjektiven mütterlichen Stresserleben untersucht.

Die Ergebnisse der standardisierten Online-Erhebung und der Leitfadeninterviews machen deutlich, dass Mütter durchaus unterschiedliche gesellschaftliche Mütterbilder in Deutschland wahrnehmen. In der Untersuchung wurde zudem ersichtlich, dass sich die persönlichen und die in der Gesellschaft wahrgenommenen Mütterbilder der Befragten häufig stark voneinander unterscheiden. Eigene Ansprüche und Erwartungen an die Mutterrolle sind mit teilweise entgegengesetzten wahrgenommenen Ansprüchen und Erwartungen an Mutterschaft aus der Gesellschaft konfrontiert. Diese gesellschaftlichen Mütterbilder werden dabei häufig als in sich widersprüchlich, überhöht und unklar empfunden. Die Entstehung dieser überfrachteten Mütterbilder scheint dadurch erklärbar, dass in unserer Gesellschaft alte, bereits bestehende Mütterbilder nicht durch neue ersetzt, sondern vielmehr um diese ergänzt werden. Traditionelle Bilder, die auf einer klaren geschlechtlichen Rollenverteilung beruhen, werden also nicht aufgelöst, sondern lediglich erweitert, wodurch sie immer mehr Anforderungen enthalten, die irgendwann nicht mehr alle parallel einzulösen sind.

Insbesondere Mütter, die in der Gesellschaft ein vereinbarkeitsorientiertes Mütterbild wahrnehmen, das hohe Ansprüche an Kind- und Berufsorientierung stellt, erleben mehr Stress als andere Mütter. Die gesellschaftlichen Mütterbilder scheinen in der beschriebenen Konstellation ihre Orientierungsfunktion einzubüßen und die Komplexität von Mutterschaft eher zu erweitern, als dass sie zu ihrer Reduzierung beitragen. Mütter können sich dadurch unter Druck fühlen, gesellschaftlichen Mütterbildern entsprechen zu müssen, obwohl ihre eigenen Vorstellungen diesen entgegenstehen. Sie können dadurch in ein Spannungsverhältnis geraten, welches schließlich zu einem erhöhten subjektiven Stresserleben führen kann.

Diesem kann auf unterschiedliche Art und Weise vorgebeugt und begegnet werden. So scheint es sinnvoll, sowohl verhaltens- als auch verhältnisorientierte Ansätze miteinzubeziehen. Angelehnt an das transaktionale Stressmodell nach Lazarus lassen sich auf der individuellen Ebene verschiedene Ansatzpunkte finden. So kann beim Stressor, den persönlichen Stressverstärkern und der Stressreaktion selbst angesetzt werden. Schon vor der Geburt des ersten Kindes können klare Absprachen zwischen den Partner*innen getroffen, Kinderbetreuung geplant und ein soziales Netzwerk geknüpft werden. Zudem kann die Einbeziehung des Vaters in die Kinderbetreuung Entlastung schaffen. Mütter können an ihren eigenen Motiven, Einstellungen und Bewertungen arbeiten, um sich von hohen Ansprüchen zu distanzieren und diese zu

reflektieren. Zusätzlich kann es hilfreich sein, negative Einstellungen zu transformieren. Gleichzeitig können Mütter kurz- und langfristige Methoden zur Entspannung und Erholung kennenlernen und trainieren, um Stressreaktionen zu verringern oder zu vermeiden. Auf gesellschaftlicher Ebene spielen insbesondere politische Instrumente, wie Regelungen zu Elternzeit und Elterngeld, Infrastruktur, wie Kinderbetreuung und Arbeitgeber und ein Umdenken bezogen auf bestehende Vorstellungen zu Mutterschaft und Vaterschaft eine wichtige Rolle, um Mütter im Hinblick auf ihr subjektives Stresserleben im Zusammenhang mit gesellschaftlichen Mütterbildern zu entlasten.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass die vorliegende Arbeit einen umfassenden Überblick über gesellschaftliche Mütterbilder und ihren Zusammenhang mit dem subjektiven Stresserleben von Müttern liefert. Es wurde deutlich, dass gesellschaftliche Mütterbilder zu einem erhöhten Stresserleben von Müttern beitragen können und es konnten erste Erklärungsansätze und Handlungsstrategien zur Entlastung von Müttern aufgezeigt werden. Die Arbeit schafft ein Problembewusstsein und bietet so die Möglichkeit, Mütter selbst, Familien und die Gesellschaft hinsichtlich dieser Thematik zu sensibilisieren. Sie bietet eine Grundlage für weitere Forschung in diesem Feld und für die Förderung von Handlungsstrategien, die zur Entlastung von Müttern beitragen können.

Dennoch ist die Aussagekraft der gefundenen Ergebnisse nur bedingt verallgemeinerbar. Die Stichprobe der Online-Befragung ist, trotz der hohen Beteiligung, als relativ homogen einzuschätzen und bildet die deutsche Gesellschaft nur bedingt ab. Viele der befragten Mütter sind verheiratet und nur wenige sind alleinerziehend. Es ist anzunehmen, dass ein Großteil der Mütter aufgrund der Verteilungsorte des Fragebogens in Westdeutschland lebt und aufgewachsen ist, sodass ostdeutsche Mütter vermutlich unterrepräsentiert sind. Ebenfalls sind die meisten der Probandinnen in Deutschland geboren, christlich beziehungsweise konfessionslos und überwiegend gut gebildet. Repräsentative Ergebnisse von Müttern mit anderen Familienmodellen, Migrationshintergrund, geringer formaler Bildung und ostdeutscher Herkunft fehlen in den Daten, was zu Verzerrungen in den Ergebnissen führen könnte. Auch die Interviews vermitteln lediglich individuelle Eindrücke, die zwar die empirischen Ergebnisse in Teilen widerspiegeln und Erklärungen liefern können, doch die Anzahl und Auswahl der Interviewpartnerinnen macht eine Verallgemeinerung ebenfalls nur sehr bedingt möglich.

Da die Perspektive von Müttern mit geringer formaler Bildung auch in dieser Studie unterrepräsentiert bleibt (vgl. Mutter-Kind-Maßnahmen, Kapitel 3.3), erscheint es notwendig, Strategien zu entwickeln, die einen Einbezug dieser Zielgruppe in zukünftige Überlegungen möglich macht, sodass diese nicht aus dem Blick gerät.

Durch die ausschließliche Befragung von Müttern bleibt zudem die Väter- und Familienperspektive mitsamt ihren Einschätzungen und Erfahrungen in weiten Teilen unberücksichtigt. Viele der Fragen zielten zudem auf ein recht heteronormatives Bild von Mutterschaft und Familie ab, sodass andere Orientierungen in den gesammelten Daten ebenfalls wenig widergespiegelt werden.

Auch die im Rahmen dieser Arbeit vorgenommene Fokussierung auf einen einzigen Stressor wird der Komplexität des Stressgeschehens nicht gerecht. Wie im Verlauf der Ausarbeitung deutlich wurde, lassen sich einzelne Stressoren manchmal nur schwer voneinander trennen und ihre Auswirkungen auf das Stresserleben meist kaum isoliert betrachten, da sich verschiedene Aspekte im Stressgeschehen gegenseitig bedingen (vgl. auch transaktionales Stressmodell). Der vorgegebene Rahmen machte jedoch eine Eingrenzung der Fragestellung nötig, sodass für die Arbeit ein Schwerpunkt gesetzt wurde.

Wünschenswert wäre an dieser Stelle ebenfalls ein Einbezug der beschriebenen Personengruppen und Perspektiven in das Forschungsvorhaben gewesen, um einen noch größeren Erkenntnisgewinn zu verzeichnen.

So bleibt die Frage offen, ob auch bei Vätern ein ähnlicher Zusammenhang zwischen den gesellschaftlichen Bildern und ihrem subjektiven Stresserleben besteht. Zudem erscheint eine Beleuchtung von gesellschaftlichen Mütter- oder Väterbildern und einem möglichen Zusammenhang mit dem gesamtfamiliären Stresserleben interessant, um ganze Familiensysteme in den Blick nehmen zu können. Ein internationalerer Blick in andere Länder könnte aufschlussreiche Erkenntnisse im Hinblick auf den in dieser Arbeit herausgestellten Zusammenhang liefern. Dabei könnten Einblicke in vorherrschende Mütterbilder, die Frage, ob diese im Zusammenhang mit dem mütterlichen Stresserleben stehen und Handlungsstrategien insbesondere auf gesellschaftlicher Ebene bereichernd sein.

Der Zusammenhang von gesellschaftlichen Mütterbildern mit dem subjektiven Stresserleben von Müttern stellt ein hochkomplexes Themenfeld dar. Sowohl die Mütterbilder als auch der erlebte Stress werden sehr individuell wahrgenommen und sind abhängig von verschiedensten Komponenten. Dennoch scheint ein Zusammenhang zwischen diesen zwei Faktoren zu bestehen, der sich im schlechtesten Fall negativ auf die Gesundheit von Müttern auswirken kann. Um diesem Missstand zu begegnen, scheint es unabdingbar gesellschaftliche Mütterbilder sowohl im Privaten als auch in der Öffentlichkeit weiter in den Blick zu nehmen, diese transparent zu machen, kritisch zu hinterfragen und schließlich in eine Form zu bringen, in der sie wieder Orientierung bieten können, in einer Lebensphase, die Mütter (und Väter) schon ohne widersprüchliche, überladene Erwartungen vor diverse Herausforderungen stellt.

Literaturverzeichnis

Allmendinger, Jutta (2020): Familie in der Corona-Krise: Die Frauen verlieren ihre Würde. In: *Die Zeit*, 12.05.2020. Online verfügbar unter <https://www.zeit.de/gesellschaft/zeitgeschehen/2020-05/familie-corona-krise-frauen-rollenverteilung-rueckentwicklung/komplettansicht>, zuletzt geprüft am 09.12.2020.

Asisi, Vaidilutè (2015): Entwicklungsbedingungen im Kontext der Eltern-Kind-Beziehung. Chancen und Risiken in der Interaktion mit Mutter und Vater. Zugl.: Graz, Univ., Diss. u.d.T.: Asisi, Vaidilutè: Zusammenhang zwischen psychischen Auffälligkeiten im Kleinkindalter und der Eltern-Kind-Beziehung. Wiesbaden: Springer VS (Research).

Ausstellung (2015): Rabenmütter. Zwischen Kraft und Krise: Mütterbilder von 1900 bis heute; [Ausstellung 23.10.2015 - 21.2.2016, Lentos Kunstmuseum Linz. Linz, Wien: Lentos Kunstmuseum; Verlag für moderne Kunst.

Auth, Diana (2002): Wandel im Schneckentempo. Arbeitszeitpolitik und Geschlechtergleichheit im deutschen Wohlfahrtsstaat. Teilw. zugl.: Göttingen, Univ., Diss., 2001 u.d.T.: Auth, Diana: Arbeitszeitpolitik und Geschlechtergleichheit im deutschen Wohlfahrtsstaat. Opladen: Leske + Budrich (Politik und Geschlecht, 8).

Badinter, Elisabeth (1981): Die Mutterliebe. Geschichte eines Gefühls vom 17. Jahrhundert bis heute. München: R. Piper & Co. Verlag.

Beck-Gernsheim, Elisabeth (1993): Mutterwerden - der Sprung in ein anderes Leben. Orig.-Ausg., 27. - 28. Tsd. Frankfurt am Main: Fischer-Taschenbuch-Verl. (Fischer-Taschenbücher Die Frau in der Gesellschaft, 4731).

Berk, Laura E. (2020): Entwicklungspsychologie. 7., aktualisierte Auflage. Hallbergmoos: Pearson Deutschland (ps. Psychologie).

Bernhard, Hans; Wermuth, Josef (2011): Stressprävention und Stressabbau. Praxisbuch für Beratung, Coaching und Psychotherapie; mit Online-Materialien. 1. Aufl. Weinheim: Beltz (Hochschuldidaktik).

Bigalke, Katja (2018): Das Rollenbild der Mutter. "Das wird immer so toll dargestellt". Deutschlandfunk Kultur. Online verfügbar unter https://www.deutschlandfunkkultur.de/das-rollenbild-der-mutter-das-wird-immer-so-toll-dargestellt.976.de.html?dram:article_id=436547, zuletzt geprüft am 18.05.2020.

Blohm, Michael; Walter, Jessica (2018a): Auszug aus dem Datenreport 2018 - Kapitel 10: Werte und Einstellungen. Destatis - Statistisches Bundesamt.

Blohm, Michael; Walter, Jessica (2018b): Einstellungen zur Rolle der Frau und der des Mannes. In: Statistisches Bundesamt (Hg.): Datenreport 2018. Ein Sozialbericht für die Bundesrepublik Deutschland. Bonn, S. 397–402.

Blümel, Stephan (2020): Systemisches Anforderungs-Ressourcen-Modell in der Gesundheitsförderung. Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung. Online verfügbar unter <https://www.leitbegriffe.bzga.de/alphabetisches-verzeichnis/systemisches-anforderungs-ressourcen-modell-in-der-gesundheitsfoerderung/>, zuletzt geprüft am 30.09.2020.

BMFSFJ (2006): Familie zwischen Flexibilität und Verlässlichkeit. Perspektiven für eine lebenslaufbezogene Familienpolitik. Siebter Familienbericht. Online verfügbar unter <https://www.bmfsfj.de/blob/76276/40b5b103e693dacd4c014648d906aa99/7--familienbericht-data.pdf>, zuletzt geprüft am 14.11.2020.

BMFSFJ (2012): Zeit für Familie - Familienzeitpolitik als Chance einer nachhaltigen Familienpolitik - Achter Familienbericht. Berlin.

BMFSFJ (2020a): Allein- und getrennt Erziehende fördern und unterstützen. Chancen und Teilhabe für Familien. Online verfügbar unter <https://www.bmfsfj.de/bmfsfj/themen/familie/chancen-und-teilhabe-fuer-familien/alleinerziehende>, zuletzt geprüft am 21.08.2020.

BMFSFJ (2020b): (Existenzsichernde) Erwerbstätigkeit von Müttern. Konzepte, Entwicklungen und Perspektiven (Monitor Familienforschung, Ausgabe 41). Online verfügbar unter <https://www.bmfsfj.de/bmfsfj/service/publikationen/-existenzsichernde--erwerbstaetigkeit-von-muettern/158748>, zuletzt geprüft am 13.08.2020.

Borgmann, Lea-Sophie; Rattay, Petra; Lampert, Thomas (2018): Alleinerziehende Eltern in Deutschland: Der Zusammenhang zwischen sozialer Unterstützung und psychosozialer Gesundheit (12).

Braun, Michael (2014): Gender-role attitudes (ISSP 94). Zusammenstellung sozialwissenschaftlicher Items und Skalen (ZIS). Online verfügbar unter https://search.gesis.org/instruments_tools/zis223, zuletzt geprüft am 30.07.2020.

Bujard, Martin (2017): WIE PASST DAS ZUSAMMEN? Familienleitbilder junger Menschen und Parteipositionen zur Familienpolitik. In: *Aus Politik und Zeitgeschichte* 67. Jahrgang (30–31/2017), S. 9–15.

Bundesinstitut für Bevölkerungsforschung (o. J.): Familienleitbilder in Deutschland (FLB). Surveys und Daten. Online verfügbar unter <https://www.bib.bund.de/DE/Forschung/Surveys/Familienleitbilder/familienleitbilder.html>, zuletzt geprüft am 05.09.2020.

Cohen, Sheldon (2017): PSS-10.

Cohen, Sheldon; Kamarck, Tom; Mermelstein, Robin (1983): A Global Measure of Perceived Stress. In: *Journal of Health and Social Behavior* 24 (4), S. 385–396. Online verfügbar unter https://pdfs.semanticscholar.org/2dac/d9c5bc118abbb061f6cc11904a0576088e38.pdf?_ga=2.201530840.897348983.1602401658-1098421680.1602401658, zuletzt geprüft am 11.10.2020.

Daneshpour, Manijeh (2017): Examining Family Stress: Theory and Research. In: *Quarterly of Clinical Psychology Studies* (Vol. 7, No. 28), S. 1–7.

Diabaté, Sabine (2015): Mutterleitbilder: Spagat zwischen Autonomie und Aufopferung. In: Norbert F. Schneider (Hg.): Familienleitbilder in Deutschland. Kulturelle Vorstellungen zu Partnerschaft, Elternschaft und Familienleben. Opladen, Berlin u.a: Budrich (Beiträge zur Bevölkerungswissenschaft, 48), S. 207–226.

Diabaté, Sabine; Ruckdeschel, Kerstin; Bujard, Martin; Dorbritz, Jürgen; Lück, Detlev; Naderi, Robert et al. (2017): Familienleitbilder. Alles wie gehabt? Partnerschaft und Elternschaft in Deutschland. Hg. v. Bundesinstitut für Bevölkerungsforschung. Online verfügbar unter

https://www.bib.bund.de/Publikation/2017/pdf/Familienleitbilder-Alles-wie-gehabt-Partnerschaft-und-Elternschaft-in-Deutschland.pdf?__blob=publicationFile&v=2, zuletzt geprüft am 14.06.2020.

Diabaté, Sabine; Ruckdeschel, Kerstin; Schneider, Norbert F. (2015a): Leitbilder als "missing link" der Familienforschung: Eine Einführung. In: Norbert F. Schneider (Hg.): Familienleitbilder in Deutschland. Kulturelle Vorstellungen zu Partnerschaft, Elternschaft und Familienleben. Opladen, Berlin u.a: Budrich (Beiträge zur Bevölkerungswissenschaft, 48), S. 11–17.

Diabaté, Sabine; Ruckdeschel, Kerstin; Schneider, Norbert F. (2015b): Leitbildforschung: Befunde, Potenziale und Impulse. In: Norbert F. Schneider (Hg.): Familienleitbilder in Deutschland. Kulturelle Vorstellungen zu Partnerschaft, Elternschaft und Familienleben. Opladen, Berlin u.a: Budrich (Beiträge zur Bevölkerungswissenschaft, 48), S. 269–286.

Döring, Nicola; Bortz, Jürgen; Pöschl, Sandra (2016): Forschungsmethoden und Evaluation in den Sozial- und Humanwissenschaften. 5., vollst. überarb., aktualisierte und erw. Aufl. Berlin [u.a.]: Springer.

Faltermaier, Toni; Hübner, Inga-Marie (2019): Anforderungs-Ressourcen-Modell im Dorsch Lexikon der Psychologie. Online verfügbar unter <https://dorsch.hogrefe.com/stichwort/anforderungs-ressourcen-modell>, zuletzt geprüft am 30.09.2020.

Field, Andy (2011): *Discovering statistics using SPSS. (and sex and drugs and rock 'n' roll)*. 3. ed., reprinted. Los Angeles, Calif.: Sage.

Flaake, Karin (2014): *Neue Mütter - neue Väter. Eine empirische Studie zu veränderten Geschlechterbeziehungen in Familien*. Gießen: Psychosozial Verlag (Forschung Psychosozial).

Franz, Matthias; Lensche, Herbert; Schmitz, Norbert (2003): Psychological distress and socioeconomic status in single mothers and their children in a German city. In: *Social psychiatry and psychiatric epidemiology* 38 (2), S. 59–68.

Franzkowiak, Peter; Franke, Alexa (2018): *Stress und Stressbewältigung*. Hg. v. BZgA. Online verfügbar unter <https://www.leitbegriffe.bzga.de/alphabetisches-verzeichnis/stress-und-stressbewaeltigung/>, zuletzt geprüft am 20.04.2020.

Frey, Dieter (Hg.) (2016): *Psychologie der Werte. Von Achtsamkeit bis Zivilcourage - Basiswissen aus Psychologie und Philosophie*. 1. Auflage. Berlin, Heidelberg: Springer.

Friebertshäuser, Barbara; Matzner, Michael; Rothmüller, Ninette (2007): *Familie: Mütter und Väter*. In: Jutta Ecarius (Hg.): *Handbuch Familie*. 1. Aufl. Wiesbaden: VS Verl. für Sozialwiss, S. 179–198.

Fuß, Susanne; Karbach, Ute (2019): *Grundlagen der Transkription. Eine praktische Einführung*. 2. Auflage (utb Sozialwissenschaften).

Gäckle, Kristian (2016): *Forschen mit Reflexion. Machtvolle Wissenschaftspraktiken am Beispiel heterogener Geschlechtsidentitäten*. In: Jeannine Wintzer (Hg.): *Qualitative Methoden in der Sozialforschung. Forschungsbeispiele von Studierenden für Studierende*. 1. Auflage. Berlin, Heidelberg: Springer Spektrum (Lehrbuch), S. 19–26.

- Gerlach, Irene (2017): Elternschaft und Elternpflichten im Spannungsfeld zwischen Leitbildern und Alltag. In: Irene Gerlach (Hg.): Elternschaft. Zwischen Autonomie und Unterstützung. Wiesbaden: Springer VS (Familie und Familienwissenschaft), S. 21–47.
- Gies, Nadine; Dietrich, Dorothee (2015): Gesellschaftliche Leitbilder: Herkunft und Einflussfaktoren. In: Norbert F. Schneider (Hg.): Familienleitbilder in Deutschland. Kulturelle Vorstellungen zu Partnerschaft, Elternschaft und Familienleben. Opladen, Berlin u.a: Budrich (Beiträge zur Bevölkerungswissenschaft, 48), S. 45–60.
- Giesselmann, Marco (2018): Mutterschaft geht häufig mit verringertem mentalem Wohlbefinden einher. In: DIW Wochenbericht. Wirtschaft. Politik. Wissenschaft. Seit 1928 (35/2018), S. 737–744.
- Giesselmann, Marco; Hagen, Marina; Schunck, Reinhard (2018): Motherhood and mental well-being in Germany: Linking a longitudinal life course design and the gender perspective on motherhood. In: *Advances in Life Course Research* (37), S. 31–41.
- Giesselmann, Marco; Wittenberg, Erich (2018): Tradierte klassische Leitbilder von Mutterschaft müssten aufgeweicht werden: Interview mit Marco Giesselmann. Berlin (DIW Wochenbericht, Nr. 35).
- Götz, Alina (2020): Gleichstellungsbeauftragte über Corona: „Rollenbilder sind zäh“. Hg. v. taz. Online verfügbar unter <https://taz.de/Gleichstellungsbeauftragte-ueber-Corona/!5676638/>, zuletzt geprüft am 05.11.2020.
- Gründler, Sabine; Dobritz, Jürgen; Lück, Detlev; Naderi, Robert; Ruckdeschel, Kerstin; Schiefer, Katrin; Schneider, Norbert (2013): Familienleitbilder. Vorstellungen. Meinungen. Erwartungen. Bundesinstitut für Bevölkerungsforschung. Wiesbaden. Online verfügbar unter https://www.demografie-portal.de/SharedDocs/Downloads/DE/Studien/Familienleitbilder_Vorstellungen_Meinungen_Erwartungen.pdf?__blob=publicationFile&v=2, zuletzt geprüft am 11.06.2020.
- Haller, Lisa Yashodhara (2015): Elternschaft im Kapitalismus. Dissertation (Reihe "Politik der Geschlechterverhältnisse", Band 57).
- Hantel-Quitmann, Wolfgang (2016): Basiswissen Familienpsychologie. Familien verstehen und helfen. Zweite Auflage. Stuttgart: Klett-Cotta (Fachbuch Klett-Cotta).
- Haug, Frigga (2008): Die Vier-in-einem-Perspektive. Politik von Frauen für eine neue Linke. 1. digitale Auflage. Hamburg: Argument.
- Hehl, Susanne von (2017): Herausforderung Elternschaft und die öffentliche Verantwortung für den Kinderschutz. In: Irene Gerlach (Hg.): Elternschaft. Zwischen Autonomie und Unterstützung. Wiesbaden: Springer VS (Familie und Familienwissenschaft), S. 104–124.
- Jacobi, Juliane (1990): „Geistige Mütterlichkeit“: Bildungstheorie oder strategischer Kampfbegriff gegen Männerdominanz im Mädchenschulwesen? Beiheft. In: *Die Deutsche Schule: DDS; Zeitschrift für Erziehungswissenschaft, Bildungspolitik und pädagogische Praxis*, S. 209–224.
- Johnstone, Matthew; Player, Michael (2019): Kein Stress! Wie Sie Stress und Angstgefühle bewältigen und gelassener werden. München: Kunstmann.

- Jurczyk, Karin (2014): Doing Family – der Practical Turn der Familienwissenschaften. In: Anja Steinbach, Marina Hennig und Oliver Arránz Becker (Hg.): Familie im Fokus der Wissenschaft. Wiesbaden: Springer VS (Familienforschung), S. 117–138.
- Kaluza, Gert (2018a): Gelassen und sicher im Stress. Das Stresskompetenz-Buch: Stress erkennen, verstehen, bewältigen. 7. Aufl. 2018. Berlin, Heidelberg: Springer Berlin Heidelberg.
- Kaluza, Gert (2018b): Stressbewältigung. Trainingsmanual zur psychologischen Gesundheitsförderung. 4., korrigierte Auflage. Berlin, Heidelberg: Springer (Psychotherapie).
- Kellner-Zotz, Bianca (2020): Mütter-Stress. In: *BdW Blätter der Wohlfahrtspflege* 167 (2), S. 73–76.
- Kirsch, Claudia (2014): Belastung: Gestresste Familien: "Mütter sind heute erschöpfter". In: *BRIGITTE.de*, 19.02.2014. Online verfügbar unter <https://www.brigitte.de/aktuell/kind-und-job/belastung--gestresste-familien---muetter-sind-heute-erschoepfter--10149078.html>, zuletzt geprüft am 08.05.2020.
- KKH Kaufmännische Krankenkasse (2019): Eltern unter Strom: Wenn der Alltag an der Seele nagt. Online verfügbar unter <https://www.kkh.de/presse/pressemeldungen/eltern-unter-strom--wenn-der-alltag-an-der-seele-nagt>, zuletzt geprüft am 29.07.2020.
- Klein, Eva M.; Brähler, Elmar; Dreier, Michael; Reinecke, Leonard; Müller, Kai W.; Schmutzer, Gabriele et al. (2016): The German version of the Perceived Stress Scale – psychometric characteristics in a representative German community sample. In: *BMC Psychiatry* 16 (159), S. 1–10.
- Koppetsch, Cornelia; Speck, Sarah (2015): Wenn der Mann kein Ernährer mehr ist. Geschlechterkonflikte in Krisenzeiten. 1. Aufl. Berlin: Suhrkamp (Edition Suhrkamp, 2701).
- Krampen, Günter (2014): Geschlechterrollenorientierung. Zusammenstellung sozialwissenschaftlicher Items und Skalen (ZIS). Online verfügbar unter https://search.gesis.org/instruments_tools/zis189, zuletzt geprüft am 30.07.2020.
- Kuckartz, Udo (2018): Qualitative Inhaltsanalyse. Methoden, Praxis, Computerunterstützung. 4. Auflage. Weinheim, Basel: Beltz Juventa (Grundlagentexte Methoden).
- Kucklick, Christoph (2013): Leseprobe: Gesucht - die neue Mutter. In: *Geo Wissen*, 12.11.2013. Online verfügbar unter <https://www.geo.de/magazine/geo-wissen/2323-rtkl-mutterschaft-leseprobe-gesucht-die-neue-mutter>, zuletzt geprüft am 17.11.2020.
- Lazarus, Richard S.; Folkman, Susan (1984): Stress, appraisal, and coping. 11. [print.]. New York: Springer.
- Lazarus, Richard S.; Launier, Raymond (1981): Streßbezogene Transaktionen zwischen Person und Umwelt. In: Jürgen R. Nitsch und Henning Allmer (Hg.): Stress. Theorien, Untersuchungen, Maßnahmen. Bern: Huber, S. 213–259.
- Li, Jianghong; Earnest, Jaya (2015): Das Beste aus zwei Welten. Vorteile einer Kombination von quantitativen und qualitativen Forschungsmethoden. In: *WZB Mitteilungen* (Heft 150), S. 30–33. Online verfügbar unter <https://bibliothek.wzb.eu/artikel/2015/f-19460.pdf>, zuletzt geprüft am 09.10.2020.

Litzcke, Sven Max; Schuh, Horst (2010): Stress, Mobbing und Burn-out am Arbeitsplatz. Mit 14 Abbildungen und 3 Tabellen. 5., aktualisierte Auflage. Berlin, Heidelberg: Springer-Verlag Berlin Heidelberg.

Lück, Detlev; Naderi, Robert; Ruckdeschel, Kerstin (2015): Zur Messung von Familienleitbildern: Studiendesign und Operationalisierung. In: Norbert F. Schneider (Hg.): Familienleitbilder in Deutschland. Kulturelle Vorstellungen zu Partnerschaft, Elternschaft und Familienleben. Opladen, Berlin u.a: Budrich (Beiträge zur Bevölkerungswissenschaft, 48), S. 29–43.

Macha, Hildegard; Witzke, Monika (2008): Familie und Gender. Rollenmuster und segmentierte gesellschaftliche Chancen. In: *Zeitschrift für Pädagogik* 54 (2), S. 261–278.

Mansfeld, Cornelia (2015): Familie ist spannend - Kinder, Mütter, Väter zwischen Eigensinn, staatlicher Intervention und der Wahrnehmung durch die Familienforschung. In: Rhea Seehaus, Lotte Rose und Marga Günther (Hg.): Mutter, Vater, Kind - Geschlechterpraxen in der Elternschaft. Leverkusen-Opladen: Barbara Budrich-Esser (Geschlechterforschung Für Die Praxis Ser, v.3), S. 157–175.

Mathe, Thomas (2005): Medizinische Soziologie und Sozialmedizin. 2., vollst. überarb. Aufl. Idstein: Schulz-Kirchner (BWT, Basiswissen Therapie).

Mayer, Horst O. (2013): Interview und schriftliche Befragung. Grundlagen und Methoden empirischer Sozialforschung. 6., überarb. Aufl. München: Oldenbourg (Sozialwissenschaften 10-2012).

Mayring, Philipp (2015): Qualitative Inhaltsanalyse. Grundlagen und Techniken. 12., überarb. Aufl. Weinheim: Beltz (Beltz Pädagogik).

Mey, Günter; Mruck, Katja (2014): Qualitative Forschung: Analysen und Diskussionen. Zur Einführung in den Themenband: Hintergrund, Konzept, Erfahrungen und Reflexionen zum „Berliner Methodentreffen Qualitative Forschung“. In: Günter Mey und Katja Mruck (Hg.): Qualitative Forschung. Analysen und Diskussionen - 10 Jahre Berliner Methodentreffen. Wiesbaden: Springer VS, S. 9–32.

Milek, Anne; Bodenmann, Guy (2017): Gemeinsame Zeit in der Partnerschaft. Theoretische und praktische Hinweise für die Arbeit mit Paaren. Wiesbaden: Springer Fachmedien Wiesbaden.

Moosbrugger, Helfried; Kelava, Augustin (2012): Qualitätsanforderungen an einen psychologischen Test (Testgütekriterien). In: Helfried Moosbrugger und Augustin Kelava (Hg.): Testtheorie und Fragebogenkonstruktion. 2., aktualisierte und überarbeitete Auflage. Berlin, Heidelberg: Springer-Verlag Berlin Heidelberg (Springer-Lehrbuch), S. 7–26.

Mundlos, Christina (2016): Wenn Mutter sein nicht glücklich macht. Das Phänomen Regretting Motherhood. 1. Auflage. München: mvgl Verlag.

Müttergenesungswerk (2019): Müttergenesungswerk legt Datenreport und Jahresbericht vor. Online verfügbar unter <https://www.muettergenesungswerk.de/blog/artikel/muettergenesungswerk-legt-datenreport-und-jahresbericht-vor/>, zuletzt geprüft am 01.10.2020.

Nave-Herz, Rosemarie (1997): Mutterschaft und Mutterrolle. Eine soziologische und historische Betrachtung. In: Margret Schuchard und Agnes Speck (Hg.): Mutterbilder -

Ansichtssache. Beiträge aus sozialwissenschaftlicher und psychoanalytischer, juristischer, historischer und literaturwissenschaftlicher, verhaltensbiologischer und medizinischer Perspektive. Heidelberg: Mattes (Heidelberger Frauenstudien, 4), S. 5–16.

Niederbacher, Arne; Zimmermann, Peter (2011): Grundwissen Sozialisation. Einführung zur Sozialisation im Kindes- und Jugendalter. 4., überarbeitete und aktualisierte Auflage. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften / Springer Fachmedien Wiesbaden GmbH Wiesbaden.

Otto, Friederike (2014): Veränderung des Patientenprofils in Mutter-Kind-Kliniken 2000-2011. In: *Praxis Klinische Verhaltensmedizin und Rehabilitation* (Heft 93), S. 92–102.

Pschyrembel, Willibald (2017): Pschyrembel Klinisches Wörterbuch. 267., neu bearbeitete Auflage. Berlin, Boston: De Gruyter.

Rendtorff, Barbara (2007): Geschlechteraspekte im Kontext von Familie. In: Jutta Ecarius (Hg.): *Handbuch Familie*. 1. Aufl. Wiesbaden: VS Verl. für Sozialwiss, S. 94–111.

Rosales, Caroline (2020): Rollenbilder: "Frauen wollen überall die Verantwortung übernehmen". In: *ZEIT ONLINE Arbeit*, 2020. Online verfügbar unter <https://www.zeit.de/arbeit/2020-08/rollenbilder-muetter-erziehung-emanzipation-margrit-stamm>, zuletzt geprüft am 29.08.2020.

Schecker, Horst (2014): Überprüfung der Konsistenz von Itemgruppen mit Cronbachs alpha. In: Dirk Krüger, Ilka Parchmann und Horst Schecker (Hg.): *Methoden in der naturwissenschaftsdidaktischen Forschung*. Berlin, Heidelberg: Springer-Verlag.

Schenk, Dunja (2019): *Der Anti-Stress-Trainer für Working Moms*. 1st ed. 2019. Wiesbaden: Springer Gabler (Anti-Stress-Trainer).

Schenk, Herrad (2000): *Wieviel Mutter braucht der Mensch? Der Mythos von der guten Mutter*. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt-Taschenbuch-Verl.

Schiefer, Katrin; Naderi, Robert (2015): Mütter in Ost- und Westdeutschland: Wie wichtig sind regionalspezifische Leitbilder für Elternschaft? In: Norbert F. Schneider (Hg.): *Familienleitbilder in Deutschland. Kulturelle Vorstellungen zu Partnerschaft, Elternschaft und Familienleben*. Opladen, Berlin u.a: Budrich (Beiträge zur Bevölkerungswissenschaft, 48), S. 155–170.

Schneider, Eva Elisa; Schönfelder, Sandra; Domke-Wolf, Mila; Wessa, Michèle (2020): Measuring stress in clinical and nonclinical subjects using a German adaptation of the Perceived Stress Scale. In: *International journal of clinical and health psychology : IJCHP* 20 (2), S. 173–181.

Schneider, Norbert F.; Diabaté, Sabine (2020): Familienleitbilder. In: Jutta Ecarius und Anja Schierbaum (Hg.): *Handbuch Familie*. Wiesbaden: Springer VS, S. 1–18.

Schneider, Norbert F.; Diabaté, Sabine; Bujard, Martin; Dorbritz, Jürgen; Lück, Detlev; Naderi, Robert et al. (2016): *Familienleitbilder in Deutschland (FLB)*. Unter Mitarbeit von München TNS Infratest Sozialforschung. Online verfügbar unter https://search.gesis.org/research_data/ZA6760, zuletzt geprüft am 30.07.2020.

Schwaiger, Manfred; Zimmermann, Lorenz (2011): Quantitative Forschung: Ein Überblick. In: Manfred Schwaiger und Anton Meyer (Hg.): Theorien und Methoden der Betriebswirtschaft. Handbuch für Wissenschaftler und Studierende. Theorien und Methoden der Betriebswirtschaft. München: Franz Vahlen, S. 412–430.

Seehaus, Rhea (2015): Vergeschlechtlichte Sorge um das Kind. In: Rhea Seehaus, Lotte Rose und Marga Günther (Hg.): Mutter, Vater, Kind - Geschlechterpraxen in der Elternschaft. Leverkusen-Opladen: Barbara Budrich-Esser (Geschlechterforschung Für Die Praxis Ser, v.3), S. 65–77.

Seehaus, Rhea; Rose, Lotte; Günther, Marga (Hg.) (2015): Mutter, Vater, Kind - Geschlechterpraxen in der Elternschaft. Leverkusen-Opladen: Barbara Budrich-Esser (Geschlechterforschung Für Die Praxis Ser, v.3).

Siegrist, Johannes (1995): Medizinische Soziologie. 5., neu bearb. Aufl. München: Urban & Schwarzenberg.

Siegrist, Johannes (2015): Arbeitswelt und stressbedingte Erkrankungen. Forschungsevidenz und präventive Massnahmen. 1. Auflage. München: Elsevier Urban & Fischer.

Speck, Sarah (2014): Mütter ohne Grenzen. Paradoxien verberuflichter Sorgearbeit am Beispiel der SOS-Kinderdörfer. Zugl.: Berlin, Humboldt-Univ., Diss. Wiesbaden: Springer VS (Geschlecht und Gesellschaft, 56).

Sperlich, Stefanie; Arnhold-Kerri, Sonja; Geyer, Siegfried (2011): Soziale Lebenssituation und Gesundheit von Müttern in Deutschland. Ergebnisse einer Bevölkerungsstudie (6).

Spiegel (2019): Studie des DGB: Für jeden Dritten nimmt der Stress im Job zu. In: *DER SPIEGEL*, 2019. Online verfügbar unter <https://www.spiegel.de/karriere/dgb-fuer-jeden-dritten-nimmt-stress-im-job-zu-a-1299811.html>, zuletzt geprüft am 29.09.2020.

Statistisches Bundesamt (2017): Wie die Zeit vergeht. Analysen zur Zeitverwendung in Deutschland. Beiträge zur Ergebniskonferenz der Zeitverwendungserhebung 2012/13 am 5./6. Oktober 2016 in Wiesbaden (Gesamtausgabe). Online verfügbar unter https://www.destatis.de/DE/Themen/Gesellschaft-Umwelt/Einkommen-Konsum-Lebensbedingungen/Zeitverwendung/Publikationen/Downloads-Zeitverwendung/tagungsband-wie-die-zeit-vergeht-5639103169004.pdf?__blob=publicationFile, zuletzt geprüft am 13.06.2020.

Statistisches Bundesamt (2018): Mehr als die Hälfte der nicht-erwerbstätigen alleinerziehenden Mütter wünscht sich Arbeit. Online verfügbar unter https://www.destatis.de/DE/Presse/Pressekonferenzen/2018/Alleinerziehende/pm-alleinerziehende.pdf?__blob=publicationFile, zuletzt geprüft am 10.08.2020.

Statistisches Bundesamt (2019): 8 Millionen Mütter lebten 2017 mit minderjährigem Kind unter einem Dach. Online verfügbar unter https://www.destatis.de/DE/Presse/Pressemitteilungen/Zahl-der-Woche/2019/PD19_19_p002.html, zuletzt geprüft am 13.08.2020.

Statistisches Bundesamt (2020a): Erwerbsbeteiligung von Müttern zwischen 2008 und 2018 bundesweit gestiegen. Online verfügbar unter https://www.destatis.de/DE/Presse/Pressemitteilungen/2020/05/PD20_N023_132.html, zuletzt geprüft am 10.08.2020.

Statistisches Bundesamt (2020b): Geburtenziffer 2019 auf 1,54 Kinder je Frau gesunken. Online verfügbar unter https://www.destatis.de/DE/Presse/Pressemitteilungen/2020/07/PD20_282_122.html, zuletzt geprüft am 10.08.2020.

Sting, Stephan (2007): Gesundheit. In: Jutta Ecarius (Hg.): Handbuch Familie. 1. Aufl. Wiesbaden: VS Verl. für Sozialwiss, S. 480–499.

Tedgård, Eva; Tedgård, Ulf; Råstam, Maria; Johansson, Björn Axel (2020): Parenting stress and its correlates in an infant mental health unit: a cross-sectional study. In: *Nordic journal of psychiatry* 74 (1), S. 30–39.

Weyrather, Irmgard (2015): Muttertag und Mutterkreuz. Der Kult um die »deutsche Mutter« im Nationalsozialismus. 1. Aufl. Frankfurt am Main: Fischer E-Books.

ZIS: Geschlechterrollenorientierung. Open Access Repository für Messinstrumente. Online verfügbar unter <https://zis.gesis.org/skala/Krampen-Geschlechterrollenorientierung>, zuletzt geprüft am 10.10.2020.

Zito, Dima; Martin, Ernest (2016): Umgang mit traumatisierten Flüchtlingen. Ein Leitfaden für Fachkräfte und Ehrenamtliche. 1. Auflage. Weinheim, Basel: Beltz Juventa.

Anhang

A – Online-Fragebogen



HERZLICH WILLKOMMEN ZUR ONLINE-UMFRAGE!

Liebe Teilnehmerinnen,

im Rahmen meiner Masterarbeit im Fach Angewandte Familienwissenschaften an der HAW Hamburg führe ich eine Online-Umfrage zum Thema „Gesellschaftliche Mütterbilder und Stress“ durch. Die Umfrage richtet sich an Mütter mit Kindern jeden Alters (auch bereits erwachsene Kinder).

Für die Beantwortung der Fragen werden Sie ca. 15 Minuten benötigen.

Bitte füllen Sie den Fragebogen persönlich aus und beantworten die Fragen möglichst spontan und wahrheitsgemäß!

Brechen Sie die Umfrage nicht ab! Für eine optimale Erhebung ist es wichtig, dass Sie keine Antwort auslassen – wählen Sie im Zweifelsfall die Antwortmöglichkeit, die am ehesten auf Sie zutrifft.

Wenn Sie mit der Beantwortung der jeweiligen Frage(n) fertig sind, klicken Sie bitte auf „weiter“.

Herzlichen Dank, dass Sie sich die Zeit nehmen, an dieser Befragung teilzunehmen!

1. Datenschutz

Die Teilnahme an dieser Umfrage ist freiwillig. Die erhobenen Daten werden vertraulich und anonym behandelt, d.h. dass keinerlei Rückschlüsse auf Ihre Person möglich sind. Mit dem Ausfüllen und Absenden des Fragebogens erklären Sie sich einverstanden, dass die im Rahmen dieser Studie erhobenen Daten elektronisch gespeichert und anonymisiert für wissenschaftliche Zwecke bzw. Publikationen verwendet werden dürfen.

- Ich bin einverstanden
- ich bin nicht einverstanden

Im Folgenden möchte ich von Ihnen erfahren, was Sie ganz persönlich über verschiedene Themen denken. Darüber hinaus interessiert mich auch, was Sie glauben, was die Allgemeinheit dazu denkt. Damit meine ich die vorherrschende Meinung in Deutschland, also was man im Alltag durch die Medien oder durch den Kontakt mit anderen Menschen besonders oft mitbekommt.

Wichtig ist: Diese öffentliche Meinung kann sich durchaus von Ihrer ganz persönlichen Meinung unterscheiden!

Bitte beantworten Sie alle Fragen vollständig, unabhängig davon, ob sie auf Ihre persönliche Lebenssituation zutreffen oder nicht.

2. Was denken Sie persönlich: Welche Aufgaben sollten Ihrer Meinung nach von Männern und welche von Frauen übernommen werden, wenn sie gemeinsam in einem Haushalt mit Kindern zusammenleben?

Sie persönlich meinen...	Eher die Frau	Beide	Eher der Mann
Wer sollte sich um die Kinder kümmern.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Wer sollte für das Einkommen sorgen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

3. Und wie denkt die Allgemeinheit?

Die Allgemeinheit meint...	Eher die Frau	Beide	Eher der Mann
Wer sollte sich um die Kinder kümmern.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Wer sollte für das Einkommen sorgen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

4. Jetzt wieder zu Ihrer persönlichen Meinung:

Stimmen Sie persönlich...	Überhaupt nicht zu	eher nicht zu	eher zu	voll und ganz zu
Mütter sollten nachmittags Zeit haben, um ihren Kindern beim Lernen zu helfen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Mütter sollten einem Beruf nachgehen, um unabhängig vom Mann zu sein.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Eine Mutter, die nur zuhause ist und sich um ihre Kinder kümmert, wird irgendwann unzufrieden.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Eine Mutter sollte, wenn möglich, überhaupt nicht erwerbstätig sein.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

5. Jetzt zur Allgemeinheit:

Die Allgemeinheit stimmt...	Überhaupt nicht zu	eher nicht zu	eher zu	voll und ganz zu
Mütter sollten nachmittags Zeit haben, um ihren Kindern beim Lernen zu helfen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Mütter sollten einem Beruf nachgehen, um unabhängig vom Mann zu sein.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Eine Mutter, die nur zuhause ist und sich um ihre Kinder kümmert, wird irgendwann unzufrieden.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Eine Mutter sollte, wenn möglich, überhaupt nicht erwerbstätig sein.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

6. Und was ist Ihre persönliche Meinung zu der folgenden Aussage:

Stimmen Sie persönlich...	Überhaupt nicht zu	eher nicht zu	eher zu	voll und ganz zu
Für ein Kind zwischen 1 und 3 Jahren ist es das Beste, wenn es nur von der Mutter betreut wird.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

7. Jetzt wieder zur Meinung der Allgemeinheit:

Die Allgemeinheit stimmt...	Überhaupt nicht zu	eher nicht zu	eher zu	voll und ganz zu
Für ein Kind zwischen 1 und 3 Jahren ist es das Beste, wenn es nur von der Mutter betreut wird.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

8. Wie ist Ihre persönliche Meinung zu den folgenden Aussagen?

Bitte achten Sie auf die veränderte Skala. Bewerten Sie bitte jede Aussage von „stimme überhaupt nicht zu“ bis „stimme voll und ganz zu“.

	stimme überhaupt nicht zu	stimme nicht zu	weder noch	stimme zu	stimme voll und ganz zu	Kann ich nicht sagen
Eine berufstätige Mutter kann ein genauso herzliches und vertrauensvolles Verhältnis zu ihren Kindern finden wie eine Mutter, die nicht berufstätig ist.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ein Kind, das noch nicht zur Schule geht, wird wahrscheinlich darunter leiden, wenn seine Mutter berufstätig ist.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Alles in allem: Das Familienleben leidet darunter, wenn die Frau voll berufstätig ist.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Einen Beruf zu haben ist ja ganz schön, aber das, was die meisten Frauen wirklich wollen, sind ein Heim und Kinder.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Hausfrau zu sein ist genauso erfüllend, wie gegen Bezahlung zu arbeiten.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Der Mann und die Frau sollten beide zum Haushaltseinkommen beitragen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Es ist nicht gut, wenn der Mann zuhause bleibt und sich um die Kinder kümmert und die Frau außer Haus berufstätig ist.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Das Familienleben leidet oft, weil Männer sich zu sehr auf ihre Arbeit konzentrieren.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

9. Was denkt die Allgemeinheit zu den folgenden Aussagen?

	stimmt überhaupt nicht zu	stimmt nicht zu	weder noch	stimmt zu	stimmt voll und ganz zu	Kann ich nicht sagen
Eine berufstätige Mutter kann ein genauso herzliches und vertrauensvolles Verhältnis zu ihren Kindern finden wie eine Mutter, die nicht berufstätig ist.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ein Kind, das noch nicht zur Schule geht, wird wahrscheinlich darunter leiden, wenn seine Mutter berufstätig ist.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Alles in allem: Das Familienleben leidet darunter, wenn die Frau voll berufstätig ist.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Einen Beruf zu haben ist ja ganz schön, aber das, was die meisten Frauen wirklich wollen, sind ein Heim und Kinder.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Hausfrau zu sein ist genauso erfüllend, wie gegen Bezahlung zu arbeiten.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Der Mann und die Frau sollten beide zum Haushaltseinkommen beitragen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Es ist nicht gut, wenn der Mann zuhause bleibt und sich um die Kinder kümmert und die Frau außer Haus berufstätig ist.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Das Familienleben leidet oft, weil Männer sich zu sehr auf ihre Arbeit konzentrieren.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

10. Geben Sie bitte bei den folgenden Aussagen an, inwieweit sie sich mit Ihrer persönlichen Meinung decken.

Tun Sie dies bitte, indem Sie jeweils das entsprechende Kästchen für ‚sehr falsch‘, ‚falsch‘, ‚eher falsch‘, ‚eher richtig‘, ‚richtig‘, ‚sehr richtig‘ ankreuzen. Achten Sie dabei wieder auf die veränderte Skala.

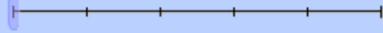
	sehr falsch	falsch	eher falsch	eher richtig	richtig	sehr richtig
Der Anteil an Zeit und Energie, den jemand seiner Karriere einerseits und der Familie andererseits zukommen lässt, sollte von den persönlichen Wünschen und Interessen und nicht vom Geschlecht bestimmt werden.	<input type="radio"/>					
Es ist für eine Frau wichtiger, eine gute Figur zu haben und gut gekleidet zu sein, als für einen Mann.	<input type="radio"/>					
Der alte Ausspruch „die Frau gehört ins Haus und zur Familie“ ist im Grund richtig, und es sollte auch so bleiben.	<input type="radio"/>					
Verheiratete Frauen, die Kinder im Schulalter haben, sollten nicht arbeiten, es sei denn, es ist für die Familie finanziell unbedingt notwendig.	<input type="radio"/>					
Die Ehe ist eine Partnerschaft, in der Frau und Mann gleichermaßen für die Finanzen verantwortlich sein sollten.	<input type="radio"/>					
Eine verheiratete Frau, die lieber im Beruf weiterkommen möchte und keine Kinder haben will, sollte deswegen kein schlechtes Gewissen haben.	<input type="radio"/>					
Verheiratete Frauen, die Kinder im Vorschulalter haben, sollten nicht arbeiten, es sei denn, dass es für die Familie finanziell notwendig ist.	<input type="radio"/>					
Auch wenn eine Frau arbeitet, sollte der Mann der „Haupt-Brotverdiener“ sein, und die Frau sollte die Verantwortung für den Haushalt tragen.	<input type="radio"/>					

11. Geben Sie bitte bei den folgenden Aussagen an, inwieweit sie sich mit der Meinung der Allgemeinheit decken.

	sehr falsch	falsch	eher falsch	eher richtig	richtig	sehr richtig
Der Anteil an Zeit und Energie, den jemand seiner Karriere einerseits und der Familie andererseits zukommen lässt, sollte von den persönlichen Wünschen und Interessen und nicht vom Geschlecht bestimmt werden.	<input type="radio"/>					
Es ist für eine Frau wichtiger, eine gute Figur zu haben und gut gekleidet zu sein, als für einen Mann.	<input type="radio"/>					
Der alte Ausspruch „die Frau gehört ins Haus und zur Familie“ ist im Grund richtig, und es sollte auch so bleiben.	<input type="radio"/>					
Verheiratete Frauen, die Kinder im Schulalter haben, sollten nicht arbeiten, es sei denn, es ist für die Familie finanziell unbedingt notwendig.	<input type="radio"/>					
Die Ehe ist eine Partnerschaft, in der Frau und Mann gleichermaßen für die Finanzen verantwortlich sein sollten.	<input type="radio"/>					
Eine verheiratete Frau, die lieber im Beruf weiterkommen möchte und keine Kinder haben will, sollte deswegen kein schlechtes Gewissen haben.	<input type="radio"/>					
Verheiratete Frauen, die Kinder im Vorschulalter haben, sollten nicht arbeiten, es sei denn, dass es für die Familie finanziell notwendig ist.	<input type="radio"/>					
Auch wenn eine Frau arbeitet, sollte der Mann der „Haupt-Brotverdiener“ sein, und die Frau sollte die Verantwortung für den Haushalt tragen.	<input type="radio"/>					

12. Geben Sie bitte bei den folgenden Aussagen an, inwieweit sie sich mit Ihrer persönlichen Meinung decken.

Verschieben Sie dazu den Regler mit der Maus auf die jeweils für Sie zutreffende Stelle auf der Skala.

	stimme überhaupt nicht zu	stimme voll und ganz zu
Fühlen Sie sich manchmal durch die von Ihnen wahrgenommenen Ansprüche und Meinungen der Allgemeinheit zum „Muttersein“ gestresst?		
Fühlen Sie sich manchmal durch Ihre persönlichen Ansprüche und Meinungen zum „Muttersein“ gestresst?		
Haben Sie in Ihrem Bekanntenkreis schonmal erlebt, dass sich jemand durch die Ansprüche und Meinungen der Allgemeinheit zum „Muttersein“ gestresst fühlte?		
Würden Sie sagen, es ist heute schwieriger als noch vor 50 Jahren den Ansprüchen und Meinungen zum „Muttersein“ gerecht zu werden?		
Würden Sie sagen, dass Sie, seit Sie selbst Kinder haben, Ihre Ansprüche und Meinungen zum „Muttersein“ verändert haben?		

13. In diesem Teil des Fragebogens wurden Sie immer wieder nach der „Meinung der Allgemeinheit“ gefragt. Können Sie sagen, an wen oder was Sie bei der „Allgemeinheit“ gedacht haben?

Bitte schreiben Sie Ihre Antworten und Gedanken hier kurz auf.

	Ja	Nein
Wenn Sie nach der „Meinung der Allgemeinheit“ gefragt wurden, hatten Sie da das Gefühl, immer sagen zu können, was die „Allgemeinheit“ denkt?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Hatten Sie bei den Fragen zur „Allgemeinheit“ immer dasselbe Bild vor Augen?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

14. Woher, denken Sie, kommt Ihr Bild von der „Allgemeinheit“?

	Ja	Nein
Davon, dass Sie im Alltag sehen, wie sich andere Menschen verhalten?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Davon, was Sie über andere Menschen gelesen haben?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Von dem, was Sie aus Ihrer Familie kennen?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Von dem, was Sie von Freund*innen, Kolleg*innen, Bekannten oder Leuten vom Stammtisch oder Verein kennen?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Von dem, was Ihre Religion dazu sagt?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Von dem, wie man Familienleben in Fernsehserien oder in der Werbung sieht?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

15. In diesem Teil des Fragebogens soll es darum gehen, wie häufig Sie sich während des letzten Monats durch Stress belastet fühlten.

Lesen Sie sich dafür die verschiedenen Aussagen aufmerksam durch und klicken sie anschließend pro Aussage eine Antwort an.

	Nie	Selten	Manchmal	Häufig	Sehr oft
Wie oft hatten Sie sich im letzten Monat darüber aufgeregt, dass etwas völlig Unerwartetes eingetreten ist?	<input type="radio"/>				
Wie oft hatten Sie im letzten Monat das Gefühl, wichtige Dinge in Ihrem Leben nicht beeinflussen zu können?	<input type="radio"/>				
Wie oft hatten Sie sich im letzten Monat nervös und „gestresst“ gefühlt?	<input type="radio"/>				
Wie oft hatten Sie sich im letzten Monat sicher im Umgang mit persönlichen Aufgaben und Problemen gefühlt?	<input type="radio"/>				
Wie oft hatten Sie im letzten Monat das Gefühl, dass sich die Dinge nach Ihren Vorstellungen entwickeln?	<input type="radio"/>				
Wie oft hatten Sie im letzten Monat das Gefühl, mit all den anstehenden Aufgaben und Problemen nicht richtig umgehen zu können?	<input type="radio"/>				
Wie oft hatten Sie im letzten Monat das Gefühl, mit Ärger in Ihrem Leben klar zu kommen?	<input type="radio"/>				
Wie oft hatten Sie im letzten Monat das Gefühl, alles im Griff zu haben?	<input type="radio"/>				
Wie oft hatten Sie sich im letzten Monat darüber geärgert, wichtige Dinge nicht beeinflussen zu können?	<input type="radio"/>				
Wie oft hatten Sie im letzten Monat das Gefühl, dass sich die Probleme so aufgestaut haben, dass Sie diese nicht mehr bewältigen können?	<input type="radio"/>				

Abschließend möchte ich Sie bitten noch kurz einige statistische Daten zu Ihrer Person auszufüllen, die der späteren Datenanalyse dienen.

16. Wie alt sind Sie?

Ich bin Jahre

17. In welchem Land sind Sie geboren?

18. Welche Staatsangehörigkeit(en) haben Sie?

Falls Sie mehrere haben, schreiben Sie bitte alle hier auf.

19. Bitte nennen Sie Ihren Familienstand:

ledig

verheiratet

verwitwet

geschieden

eingetragene Lebenspartnerschaft

eingetragene Lebenspartnerin/eingetragener Lebenspartner verstorben

eingetragene Lebenspartnerschaft aufgehoben

in einer Partnerschaft (nicht verheiratet)

sonstiges:

20. Wie viele Kinder haben Sie?

Bitte geben Sie Ihre Antwort in Zahlen ein.

21. Wie alt ist Ihr Kind/sind Ihre Kinder?

Bitte geben Sie Ihre Antwort in Jahren ein. Bei mehreren Kindern trennen Sie die verschiedenen Angaben bitte durch ein Komma.

22. Welcher Religionsgemeinschaft gehören Sie an?

- evangelisch
- katholisch
- muslimisch
- jüdisch
- buddhistisch
- keiner
- sonstiger:

23. Welchen höchsten allgemeinbildenden Schulabschluss haben Sie?

Bitte wählen Sie den höchsten Abschluss, den Sie bisher erreicht haben.

- Schule beendet ohne Abschluss
- Noch Schüler*in
- Volks-, Hauptschulabschluss, Quali
- Mittlere Reife, Realschul- oder gleichwertiger Abschluss
- Fachabitur, Fachhochschulreife
- Abitur, Hochschulreife
- Anderer Abschluss, und zwar:

24. Welchen höchsten beruflichen Bildungsabschluss haben Sie?

Bitte wählen Sie den höchsten Bildungsabschluss, den Sie bisher erreicht haben.

- Keinen beruflichen Ausbildungsabschluss
- Beruflich-betriebliche Anlernzeit mit Abschlusszeugnis, aber keine Lehre
- Teilfacharbeiterabschluss
- Abgeschlossene gewerbliche oder landwirtschaftliche Lehre
- Abgeschlossene kaufmännische Lehre
- Berufliches Praktikum, Volontariat
- Berufsfachschulabschluss
- Fachschulabschluss
- Meister-, Techniker- oder gleichwertiger Fachschulabschluss
- Fachhochschulabschluss, und zwar (z. B. Bachelor, Master, Diplom):
- Hochschulabschluss, und zwar (z. B. Bachelor, Master, Diplom):
- Anderer Abschluss, und zwar:

25. Sie sind...

Mehrfache Nennung möglich!

- Schüler*in
- In Ausbildung
- Student*in
- Vollzeitätig
- Teilzeittätig, und zwar in der Regel ___ Stunden pro Woche:
- Angestellt
- Selbständig
- Arbeitslos/Arbeit suchend
- Hausfrau
- Sonstiges:

26. Sie sind nun am Ende des Fragebogens angelangt. Möchten Sie zu dieser Befragung oder zum besseren Verständnis Ihrer Antworten noch etwas anmerken?

Für die Erstellung des Fragebogens wurden folgende Quellen verwendet:

Braun, M. (1999): Gender-role attitudes (ISSP 94).

Cohen, S.; Williamson, G. (1988): Perceived stress in a probability sample of the U.S. German version: Permission granted by Prof. Dr. Büssing.

Krampen, G. (1997): Geschlechterrollenorientierung.

Schneider, Norbert F.; Diabaté, Sabine; Bujard, Martin; Dorbritz, Jürgen; Lück, Detlev; Naderi, Robert et al. (2016): Familienleitbilder in Deutschland (FLB).

Letzte Seite

Vielen Dank, dass Sie sich die Zeit für das Ausfüllen des Fragebogens genommen haben! Ihre Antworten wurden gespeichert, Sie können das Browser-Fenster nun schließen.

B – Übersicht über die Item-Namen

Rubrik MB: Mütterbilder

[MB01] Skala (Zwischenwerte beschriftet)

Was denken Sie persönlich 1

"Was denken Sie persönlich: Welche Aufgaben sollten Ihrer Meinung nach von Männern und welche von Frauen übernommen werden, wenn sie gemeinsam in einem Haushalt mit Kindern zusammenleben?"

MB01_01 Wer sollte sich um die Kinder kümmern.

MB01_02 Wer sollte für das Einkommen sorgen.

1 = Eher die Frau

2 = Beide

3 = Eher der Mann

-9 = nicht beantwortet

[MB03] Skala (Zwischenwerte beschriftet)

Was denkt die Allgemeinheit 1

"Und wie denkt die Allgemeinheit?"

MB03_01 Wer sollte sich um die Kinder kümmern.

MB03_02 Wer sollte für das Einkommen sorgen.

1 = Eher die Frau

2 = Beide

3 = Eher der Mann

-9 = nicht beantwortet

[MB05] Skala (Zwischenwerte beschriftet)

Was denkt die Allgemeinheit 2

"Jetzt zur Allgemeinheit:"

MB05_01 Mütter sollten nachmittags Zeit haben, um ihren Kindern beim Lernen zu helfen.

MB05_02 Mütter sollten einem Beruf nachgehen, um unabhängig vom Mann zu sein.

MB05_03 Eine Mutter, die nur zuhause ist und sich um ihre Kinder kümmert, wird irgendwann unzufrieden.

MB05_04 Eine Mutter sollte, wenn möglich, überhaupt nicht erwerbstätig sein.

1 = Überhaupt nicht zu

2 = eher nicht zu

3 = eher zu

4 = voll und ganz zu

-9 = nicht beantwortet

[MB06] Skala (Zwischenwerte beschriftet)

Was denken Sie persönlich 3

"Und was ist Ihre persönliche Meinung zu der folgenden Aussage:"

MB06_01 Für ein Kind zwischen 1 und 3 Jahren ist es das Beste, wenn es nur von der Mutter betreut wird.

1 = Überhaupt nicht zu

2 = eher nicht zu

3 = eher zu

4 = voll und ganz zu

-9 = nicht beantwortet

[MB07] Skala (Zwischenwerte beschriftet)

Was denkt die Allgemeinheit 3

"Jetzt wieder zur Meinung der Allgemeinheit:"

MB07_01 Für ein Kind zwischen 1 und 3 Jahren ist es das Beste, wenn es nur von der Mutter betreut wird.

1 = Überhaupt nicht zu

2 = eher nicht zu

3 = eher zu

4 = voll und ganz zu

-9 = nicht beantwortet

[**MB04**] Skala (Zwischenwerte beschriftet)

Was denken Sie persönlich 2

"Jetzt wieder zu Ihrer persönlichen Meinung:"

MB04_01 Mütter sollten nachmittags Zeit haben, um ihren Kindern beim Lernen zu helfen.

MB04_02 Mütter sollten einem Beruf nachgehen, um unabhängig vom Mann zu sein.

MB04_03 Eine Mutter, die nur zuhause ist und sich um ihre Kinder kümmert, wird irgendwann unzufrieden.

MB04_04 Eine Mutter sollte, wenn möglich, überhaupt nicht erwerbstätig sein.

1 = Überhaupt nicht zu

2 = eher nicht zu

3 = eher zu

4 = voll und ganz zu

-9 = nicht beantwortet

[**MB08**] Skala (Zwischenwerte beschriftet)

Was denken Sie persönlich 4

"Wie ist Ihre persönliche Meinung zu den folgenden Aussagen?

Bitte achten Sie auf die veränderte Skala. Bewerten Sie bitte jede Aussage von „stimme überhaupt nicht zu“ bis „stimme voll und ganz zu“."

MB08_01 Eine berufstätige Mutter kann ein genauso herzliches und vertrauensvolles Verhältnis zu ihren Kindern finden wie eine Mutter, die nicht berufstätig ist.

MB08_02 Ein Kind, das noch nicht zur Schule geht, wird wahrscheinlich darunter leiden, wenn seine Mutter berufstätig ist.

MB08_03 Alles in allem: Das Familienleben leidet darunter, wenn die Frau voll berufstätig ist.

MB08_04 Einen Beruf zu haben ist ja ganz schön, aber das, was die meisten Frauen wirklich wollen, sind ein Heim und Kinder.

MB08_05 Hausfrau zu sein ist genauso erfüllend, wie gegen Bezahlung zu arbeiten.

MB08_06 Der Mann und die Frau sollten beide zum Haushaltseinkommen beitragen.

MB08_07 Es ist nicht gut, wenn der Mann zuhause bleibt und sich um die Kinder kümmert und die Frau außer Haus berufstätig ist.

MB08_08 Das Familienleben leidet oft, weil Männer sich zu sehr auf ihre Arbeit konzentrieren.

1 = stimme überhaupt nicht zu

2 = stimme nicht zu

3 = weder noch

4 = stimme zu

5 = stimme voll und ganz zu

-1 = Kann ich nicht sagen

-9 = nicht beantwortet

[**MB09**] Skala (Zwischenwerte beschriftet)

Was denkt die Allgemeinheit 4

"Was denkt die Allgemeinheit zu den folgenden Aussagen?"

MB09_01 Eine berufstätige Mutter kann ein genauso herzliches und vertrauensvolles Verhältnis zu ihren Kindern finden wie eine Mutter, die nicht berufstätig ist.

MB09_02 Ein Kind, das noch nicht zur Schule geht, wird wahrscheinlich darunter leiden, wenn seine Mutter berufstätig ist.

MB09_03 Alles in allem: Das Familienleben leidet darunter, wenn die Frau voll berufstätig ist.

MB09_04 Einen Beruf zu haben ist ja ganz schön, aber das, was die meisten Frauen wirklich wollen, sind ein Heim und Kinder.

MB09_05 Hausfrau zu sein ist genauso erfüllend, wie gegen Bezahlung zu arbeiten.

MB09_06 Der Mann und die Frau sollten beide zum Haushaltseinkommen beitragen.

MB09_07 Es ist nicht gut, wenn der Mann zuhause bleibt und sich um die Kinder kümmert und die Frau außer Haus berufstätig ist.

MB09_08 Das Familienleben leidet oft, weil Männer sich zu sehr auf ihre Arbeit konzentrieren.

1 = stimmt überhaupt nicht zu

2 = stimmt nicht zu

3 = weder noch

4 = stimmt zu

5 = stimmt voll und ganz zu

-1 = Kann ich nicht sagen

-9 = nicht beantwortet

[**MB10**] Skala (Zwischenwerte beschriftet)

Was denken Sie persönlich 5

"Geben Sie bitte bei den folgenden Aussagen an, inwieweit sie sich mit Ihrer persönlichen Meinung decken.

Tun Sie dies bitte, indem Sie jeweils das entsprechende Kästchen für ‚sehr falsch‘, ‚falsch‘, ‚eher falsch‘, ‚eher richtig‘, ‚richtig‘, ‚sehr richtig‘ ankreuzen. Achten Sie dabei wieder auf die veränderte Skala."

MB10_01 Der Anteil an Zeit und Energie, den jemand seiner Karriere einerseits und der Familie andererseits zukommen lässt, sollte von den persönlichen Wünschen und Interessen und nicht vom Geschlecht bestimmt werden.

MB10_02 Es ist für eine Frau wichtiger, eine gute Figur zu haben und gut gekleidet zu sein, als für einen Mann.

MB10_03 Der alte Ausspruch "die Frau gehört ins Haus und zur Familie" ist im Grund richtig, und es sollte auch so bleiben.

MB10_04 Verheiratete Frauen, die Kinder im Schulalter haben, sollten nicht arbeiten, es sei denn, es ist für die Familie finanziell unbedingt notwendig.

MB10_05 Die Ehe ist eine Partnerschaft, in der Frau und Mann gleichermaßen für die Finanzen verantwortlich sein sollten.

MB10_06 Eine verheiratete Frau, die lieber im Beruf weiterkommen möchte und keine Kinder haben will, sollte deswegen kein schlechtes Gewissen haben.

MB10_07 Verheiratete Frauen, die Kinder im Vorschulalter haben, sollten nicht arbeiten, es sei denn, dass es für die Familie finanziell notwendig ist.

MB10_08 Auch wenn eine Frau arbeitet, sollte der Mann der "Haupt-Brotverdiener" sein, und die Frau sollte die Verantwortung für den Haushalt tragen.

1 = sehr falsch

2 = falsch

3 = eher falsch

4 = eher richtig
5 = richtig
6 = sehr richtig
-9 = nicht beantwortet

[MB11] Skala (Zwischenwerte beschriftet)

Was denkt die Allgemeinheit 5

"Geben Sie bitte bei den folgenden Aussagen an, inwieweit sie sich mit der Meinung der Allgemeinheit decken."

MB11_01 Der Anteil an Zeit und Energie, den jemand seiner Karriere einerseits und der Familie andererseits zukommen lässt, sollte von den persönlichen Wünschen und Interessen und nicht vom Geschlecht bestimmt werden.

MB11_02 Es ist für eine Frau wichtiger, eine gute Figur zu haben und gut gekleidet zu sein, als für einen Mann.

MB11_03 Der alte Ausspruch "die Frau gehört ins Haus und zur Familie" ist im Grund richtig, und es sollte auch so bleiben.

MB11_04 Verheiratete Frauen, die Kinder im Schulalter haben, sollten nicht arbeiten, es sei denn, es ist für die Familie finanziell unbedingt notwendig.

MB11_05 Die Ehe ist eine Partnerschaft, in der Frau und Mann gleichermaßen für die Finanzen verantwortlich sein sollten.

MB11_06 Eine verheiratete Frau, die lieber im Beruf weiterkommen möchte und keine Kinder haben will, sollte deswegen kein schlechtes Gewissen haben.

MB11_07 Verheiratete Frauen, die Kinder im Vorschulalter haben, sollten nicht arbeiten, es sei denn, dass es für die Familie finanziell notwendig ist.

MB11_08 Auch wenn eine Frau arbeitet, sollte der Mann der "Haupt-Brotverdiener" sein, und die Frau sollte die Verantwortung für den Haushalt tragen.

1 = sehr falsch
2 = falsch
3 = eher falsch
4 = eher richtig
5 = richtig
6 = sehr richtig
-9 = nicht beantwortet

[MB12] Schieberegler

Eigene Fragen

"Geben Sie bitte bei den folgenden Aussagen an, inwieweit sie sich mit Ihrer persönlichen Meinung decken.

Verschieben Sie dazu den Regler mit der Maus auf die jeweils für Sie zutreffende Stelle auf der Skala."

MB12_01 Fühlen Sie sich manchmal durch die von Ihnen wahrgenommenen Ansprüche und Meinungen der Allgemeinheit zum „Muttersein“ gestresst?

MB12_02 Fühlen Sie sich manchmal durch Ihre persönlichen Ansprüche und Meinungen zum „Muttersein“ gestresst?

MB12_03 Haben Sie in Ihrem Bekanntenkreis schonmal erlebt, dass sich jemand durch die Ansprüche und Meinungen der Allgemeinheit zum „Muttersein" gestresst fühlte?

MB12_04 Würden Sie sagen, es ist heute schwieriger als noch vor 50 Jahren den Ansprüchen und Meinungen zum „Muttersein" gerecht zu werden?

MB12_05 Würden Sie sagen, dass Sie, seit Sie selbst Kinder haben, Ihre Ansprüche und Meinungen zum „Muttersein" verändert haben?

1 = stimme überhaupt nicht zu
101 = stimme voll und ganz zu
-9 = nicht beantwortet

[MB13] Skala (Zwischenwerte beschriftet)

Allgemeinheit?

"Woher, denken Sie, kommt Ihr Bild von der „Allgemeinheit“?"

MB13_01 Davon, dass Sie im Alltag sehen, wie sich andere Menschen verhalten?

MB13_02 Davon, was Sie über andere Menschen gelesen haben?

MB13_03 Von dem, was Sie aus Ihrer Familie kennen?

MB13_04 Von dem, was Sie von Freund*innen, Kolleg*innen, Bekannten oder Leuten vom Stammtisch oder Verein kennen?

MB13_05 Von dem, was Ihre Religion dazu sagt?

MB13_06 Von dem, wie man Familienleben in Fernsehserien oder in der Werbung sieht?

1 = Ja

2 = Nein

-9 = nicht beantwortet

[MB14] Texteingabe offen

Allgemeinheit I?

"In diesem Teil des Fragebogens wurden Sie immer wieder nach der "Meinung der Allgemeinheit" gefragt. Können Sie sagen, an wen oder was Sie bei der „Allgemeinheit“ gedacht haben?"

Bitte schreiben Sie Ihre Antworten und Gedanken hier kurz auf."

MB14_01 [01]

Offene Texteingabe

[MB15] Skala (Extrema beschriftet)

Allgemeinheit I?

MB15_01 Wenn Sie nach der „Meinung der Allgemeinheit“ gefragt wurden, hatten Sie da das Gefühl, immer sagen zu können, was die „Allgemeinheit" denkt?

MB15_02 Hatten Sie bei den Fragen zur „Allgemeinheit“ immer dasselbe Bild vor Augen?

1 = Ja

2 = Nein

-9 = nicht beantwortet

Rubrik ST: Stress

[ST01] Skala (Zwischenwerte beschriftet)

Stress

"In diesem Teil des Fragebogens soll es darum gehen, wie häufig Sie sich während des letzten Monats durch Stress belastet fühlten.

Lesen Sie sich dafür die verschiedenen Aussagen aufmerksam durch und klicken sie anschließend pro Aussage eine Antwort an."

ST01_01 Wie oft hatten Sie sich im letzten Monat darüber aufgeregt, dass etwas völlig Unwartetes eingetreten ist?

ST01_02 Wie oft hatten Sie im letzten Monat das Gefühl, wichtige Dinge in Ihrem Leben nicht beeinflussen zu können?

ST01_03 Wie oft hatten Sie sich im letzten Monat nervös und „gestresst“ gefühlt?

ST01_04 Wie oft hatten Sie sich im letzten Monat sicher im Umgang mit persönlichen Aufgaben und Problemen gefühlt?

ST01_05 Wie oft hatten Sie im letzten Monat das Gefühl, dass sich die Dinge nach Ihren Vorstellungen entwickeln?

ST01_06 Wie oft hatten Sie im letzten Monat das Gefühl, mit all den anstehenden Aufgaben und Problemen nicht richtig umgehen zu können?

ST01_07 Wie oft hatten Sie im letzten Monat das Gefühl, mit Ärger in Ihrem Leben klar zu kommen?

ST01_08 Wie oft hatten Sie im letzten Monat das Gefühl, alles im Griff zu haben?

ST01_09 Wie oft hatten Sie sich im letzten Monat darüber geärgert, wichtige Dinge nicht beeinflussen zu können?

ST01_10 Wie oft hatten Sie im letzten Monat das Gefühl, dass sich die Probleme so aufgestaut haben, dass Sie diese nicht mehr bewältigen können?

1 = Nie
 2 = Selten
 3 = Manchmal
 4 = Häufig
 5 = Sehr oft
 -9 = nicht beantwortet

Rubrik SD: Soziodemografie

[SD02] Lückentext

Alter (direkt)

"Wie alt sind Sie?"

SD02_01 Ich bin ... Jahre

Offene Eingabe (Ganze Zahl)

[SD11] Auswahl

Formale Bildung (einfach)

"Welchen höchsten allgemeinbildenden Schulabschluss haben Sie?

Bitte wählen Sie den höchsten Abschluss, den Sie bisher erreicht haben."

SD11 Formale Bildung (einfach)

1 = Schule beendet ohne Abschluss

9 = Noch Schüler*in

3 = Volks-, Hauptschulabschluss, Quali

4 = Mittlere Reife, Realschul- oder gleichwertiger Abschluss

6 = Fachabitur, Fachhochschulreife

7 = Abitur, Hochschulreife

10 = Anderer Abschluss, und zwar:

-9 = nicht beantwortet

SD11_10 Anderer Abschluss, und zwar

Offene Texteingabe

[SD12] Auswahl

Beruflicher Bildungsabschluss

"Welchen höchsten beruflichen Bildungsabschluss haben Sie?

Bitte wählen Sie den höchsten Bildungsabschluss, den Sie bisher erreicht haben."

SD12 Beruflicher Bildungsabschluss

1 = Keinen beruflichen Ausbildungsabschluss

2 = Beruflich-betriebliche Anlernzeit mit Abschlusszeugnis, aber keine Lehre

3 = Teilfacharbeiterabschluss

4 = Abgeschlossene gewerbliche oder landwirtschaftliche Lehre

5 = Abgeschlossene kaufmännische Lehre
6 = Berufliches Praktikum, Volontariat
7 = Berufsfachschulabschluss
8 = Fachschulabschluss
9 = Meister-, Techniker- oder gleichwertiger Fachschulabschluss
10 = Fachhochschulabschluss, und zwar (z. B. Bachelor, Master, Dipolm):
11 = Hochschulabschluss, und zwar (z. B. Bachelor, Master, Diplom):
12 = Anderer Abschluss, und zwar:
-9 = nicht beantwortet
SD12_10 Fachhochschulabschluss, und zwar (z. B. Bachelor, Master, Dipolm)
SD12_11 Hochschulabschluss, und zwar (z. B. Bachelor, Master, Diplom)
SD12_12 Anderer Abschluss, und zwar
Offene Texteingabe

[SD14] Mehrfachauswahl

Beschäftigung

"Sie sind..."

Mehrfache Nennung möglich!"

SD14 Beschäftigung: Ausweichoption (negativ) oder Anzahl ausgewählter Optionen

Ganze Zahl

SD14_01 Schüler*in

SD14_02 In Ausbildung

SD14_03 Student*in

SD14_04 Vollzeit tätig

SD14_05 Teilzeittätig, und zwar in der Regel ___ Stunden pro Woche

SD14_10 Angestellt

SD14_11 Selbständig

SD14_07 Arbeitslos/Arbeit suchend

SD14_08 Hausfrau

SD14_09 Sonstiges

1 = nicht gewählt

2 = ausgewählt

SD14_05a Teilzeittätig, und zwar in der Regel ___ Stunden pro Woche (offene Eingabe)

SD14_09a Sonstiges (offene Eingabe)

Offene Texteingabe

[SD18] Texteingabe offen

Anmerkungen (offen)

"Sie sind nun am Ende des Fragebogens angelangt. Möchten Sie zu dieser Befragung oder zum besseren Verständnis Ihrer Antworten noch etwas anmerken?"

SD18_01 [01]

Offene Texteingabe

[SD19] Texteingabe offen

Geburtsland

"In welchem Land sind Sie geboren?"

SD19_01 [01]

Offene Texteingabe

[SD20] Texteingabe offen

Staatsangehörigkeit

"Welche Staatsangehörigkeit(en) haben Sie?"

Falls Sie mehrere haben, schreiben Sie bitte alle hier auf."

SD20_01 [01]

Offene Texteingabe

[SD21] Mehrfachauswahl

Familienstand

"Bitte nennen Sie Ihren Familienstand:"

SD21 Familienstand: Ausweichoption (negativ) oder Anzahl ausgewählter Optionen

Ganze Zahl

SD21_01 ledig

SD21_02 verheiratet

SD21_03 verwitwet

SD21_04 geschieden

SD21_05 eingetragene Lebenspartnerschaft

SD21_06 eingetragene Lebenspartnerin/eingetragener Lebenspartner verstorben

SD21_07 eingetragene Lebenspartnerschaft aufgehoben

SD21_08 in einer Partnerschaft (nicht verheiratet)

SD21_09 sonstiges

1 = nicht gewählt

2 = ausgewählt

SD21_09a sonstiges (offene Eingabe)

Offene Texteingabe

[SD22] Texteingabe offen

Kinder

"Wie viele Kinder haben Sie?

Bitte geben Sie Ihre Antwort in Zahlen ein."

SD22_01 [01]

Offene Texteingabe

[SD23] Auswahl

Religion

"Welcher Religionsgemeinschaft gehören Sie an?"

SD23 Religion

1 = evangelisch

2 = katholisch

3 = muslimisch

4 = jüdisch

5 = buddhistisch

6 = keiner

7 = sonstiger:

-9 = nicht beantwortet

SD23_07 sonstiger

Offene Texteingabe

[SD27] Texteingabe offen

Kinder2

"Wie alt ist Ihr Kind/sind Ihre Kinder?

Bitte geben Sie Ihre Antwort in Jahren ein. Bei mehreren Kindern trennen Sie die verschiedenen Angaben bitte durch ein Komma."

SD27_01 [01]

Offene Texteingabe

Rubrik EL: Einleitung

[EL02] Auswahl

Datenschutz

"Datenschutz Die Teilnahme an dieser Umfrage ist freiwillig. Die erhobenen Daten werden vertraulich und anonym behandelt, d.h. dass keinerlei Rückschlüsse auf Ihre Person möglich sind. Mit dem Ausfüllen und Absenden des Fragebogens erklären Sie sich einverstanden, dass die im Rahmen dieser Studie erhobenen Daten elektronisch gespeichert und anonymisiert für wissenschaftliche Zwecke bzw. Publikationen verwendet werden dürfen."

EL02 Datenschutz

1 = Ich bin einverstanden

2 = ich bin nicht einverstanden

-9 = nicht beantwortet

C – Auswertung der Items MB01_01, MB03_01 und MB01_02, MB03_02

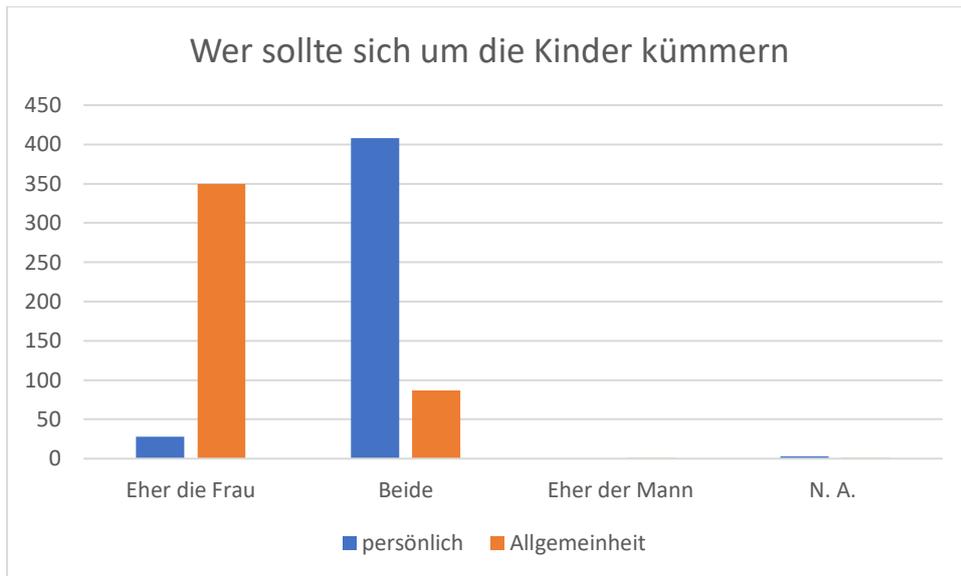


Abbildung 5 Ergebnisse zu MB01_01 und MB03_01 (eigene Darstellung)

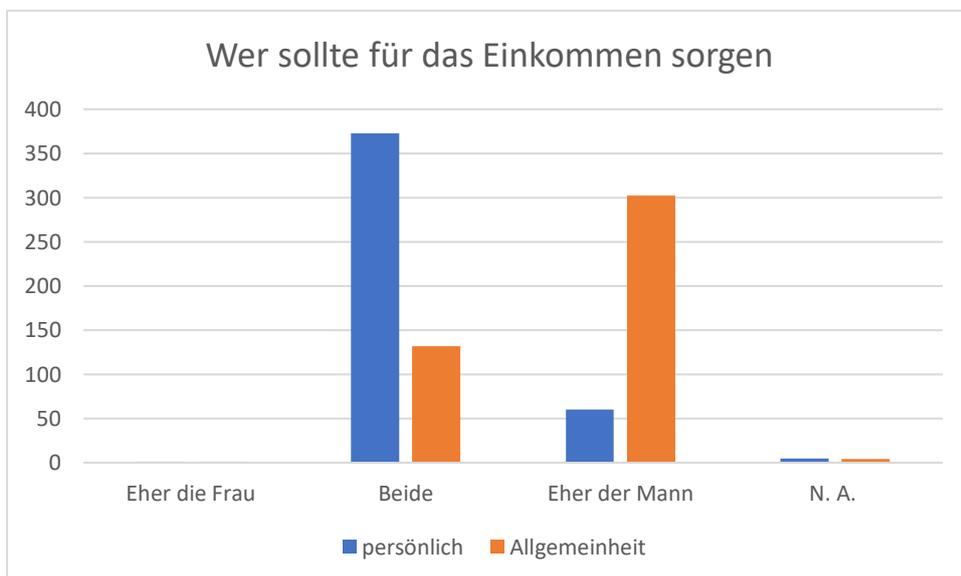


Abbildung 6 Ergebnisse zu MB01_02 und MB03_02 (eigene Darstellung)

D – Interviewleitfaden Frau Groß

Leitfaden – Mutter erwachsene Kinder

Einstieg: kurze Definition von Allgemeinheit und Mütterbild

- Allgemeinheit/Gesellschaft: vorherrschende Meinung in Deutschland, also was man im Alltag durch die Medien oder durch den Kontakt mit anderen Menschen besonders oft mitbekommt
- Mütterbild: Normalitätsvorstellungen zur Lebensführung von Müttern, Ausdruck dessen, was als „normal“, „gut“, „richtig“ und „wünschenswert“ gilt, haben einen Einfluss auf die Entscheidungen und das Verhalten von Müttern

Kurze Fragen zur Person

- Alter
- Anzahl und Alter der Kinder
- Berufstätigkeit und Stundenumfang
 - o Zur Zeit als Kinder jünger waren
- Familienstand, gelebtes Familienmodell

Mütterbilder

- **Wie ist ihr persönliches Mütterbild?/Was macht für Sie eine gute Mutter aus?**
 - o Würden Sie sagen das Bild ist heute anders, als zu der Zeit als Ihre Kinder jünger waren?
- **Was denken Sie, wie würde die deutsche Gesellschaft eine gute Mutter beschreiben?/Was ist das Mütterbild der deutschen Gesellschaft?**
 - o Würden Sie sagen, dass dieses Bild Auswirkungen auf Sie hat oder hatte?
 - o Weicht oder wick das gesellschaftliche Bild von Ihrem eigenen ab?
 - o Würden Sie sagen das Bild hat sich verändert seit Sie kleine Kinder hatten?
- Hatten Sie das Gefühl, den verschiedenen Ansprüchen gerecht werden zu können?
- Würden Sie sagen die Ansprüche an das Müttersein insgesamt haben sich im Verlauf der letzten 50 Jahre verändert?
 - o Wenn ja, welche Veränderungen nehmen Sie wahr?

Mütterbilder und Stress

- **Fühlen oder fühlten Sie sich manchmal durch die Ansprüche der Gesellschaft an Mutterschaft/an das Muttersein gestresst?**
 - o Wie macht sich das bemerkbar?
 - o Wenn ja, können Sie sich erklären, woran das liegt?
- Fühlen oder fühlten Sie sich manchmal durch Ihre eigenen Ansprüche gestresst?
 - o Wie macht sich das bemerkbar?
 - o Wenn ja, können Sie sich erklären, woran das liegt?
- Haben Sie schon von anderen Müttern mitbekommen, dass sie sich durch diese Ansprüche gestresst fühlten?
 - o Wenn ja, wissen Sie noch wodurch sich die Mütter gestresst fühlten?

Handlungsstrategien

- **Was tun Sie/ haben Sie getan, um sich weniger gestresst zu fühlen? Was hilft Ihnen/hat Ihnen geholfen?**
- Was würden Sie anderen Müttern raten, wenn Sie sie nach Tipps fragen würden, wie Sie es schaffen weniger gestresst zu sein?
- **Was müsste sich Ihrer Meinung nach verändern, damit gesellschaftliche Mütterbilder weniger Stress auslösen?**
 - Auf persönlicher Ebene
 - Auf gesellschaftlicher Ebene
- Was würden/hätten Sie sich zu Ihrer Entlastung wünschen/gewünscht?
- Wenn Sie rund um diese Thematik einen Wunsch frei hätten, was würden Sie sich wünschen?

Abschluss

- Haben Sie noch Anmerkungen zu der Thematik, die bisher noch nicht erwähnt wurden?

E – Interviewleitfaden Frau Klein

Leitfaden – Mutter kleine Kinder

Einstieg: kurze Definition von Allgemeinheit und Mütterbild

- Allgemeinheit/Gesellschaft: vorherrschende Meinung in Deutschland, also was man im Alltag durch die Medien oder durch den Kontakt mit anderen Menschen besonders oft mitbekommt
- Mütterbild: Normalitätsvorstellungen zur Lebensführung von Müttern, Ausdruck dessen, was als „normal“, „gut“, „richtig“ und „wünschenswert“ gilt, haben einen Einfluss auf die Entscheidungen und das Verhalten von Müttern

Kurze Fragen zur Person

- Alter
- Anzahl und Alter der Kinder
- Berufstätigkeit und Stundenumfang
- Familienstand, gelebtes Familienmodell

Mütterbilder

- **Wie ist ihr persönliches Mütterbild?/Was macht für Sie eine gute Mutter aus?**
- **Was denken Sie, wie würde die deutsche Gesellschaft eine gute Mutter beschreiben?/Was ist das Mütterbild der deutschen Gesellschaft?**
 - o Würden Sie sagen, dass dieses Bild Auswirkungen auf Sie hat?
 - o Weicht das gesellschaftliche Bild von Ihrem eigenen ab?
- Haben Sie das Gefühl, den verschiedenen Ansprüchen gerecht werden zu können?
- Würden Sie sagen die Ansprüche an das Müttersein insgesamt haben sich im Verlauf der letzten 50 Jahre verändert?
 - o Wenn ja, welche Veränderungen nehmen Sie wahr?

Mütterbilder und Stress

- **Fühlen Sie sich manchmal durch die Ansprüche der Gesellschaft an Mutter-schaft/an das Muttersein gestresst?**
 - o Wie macht sich das bemerkbar?
 - o Wenn ja, können Sie sich erklären, woran das liegt?
- Fühlen Sie sich manchmal durch Ihre eigenen Ansprüche gestresst?
 - o Wie macht sich das bemerkbar?
 - o Wenn ja, können Sie sich erklären, woran das liegt?
- Haben Sie schon von anderen Müttern mitbekommen, dass sie sich durch diese Ansprüche gestresst fühlten?
 - o Wenn ja, wissen Sie noch wodurch sich die Mütter gestresst fühlten?

Handlungsstrategien

- **Was tun Sie, um sich weniger gestresst zu fühlen? Was hilft Ihnen?**
- Was würden Sie anderen Müttern raten, wenn Sie sie nach Tipps fragen würden, wie Sie es schaffen weniger gestresst zu sein?

- **Was müsste sich Ihrer Meinung nach verändern, damit gesellschaftliche Mütterbilder weniger Stress auslösen?**
 - Auf persönlicher Ebene
 - Auf gesellschaftlicher Ebene
- Was würden Sie sich zu Ihrer Entlastung wünschen?
- Wenn Sie rund um diese Thematik einen Wunsch frei hätten, was würden Sie sich wünschen?

Abschluss

- Haben Sie noch Anmerkungen zu der Thematik, die bisher noch nicht erwähnt wurden?

F – Transkript Interview Frau Groß

- 1 Frau Groß: Freut mich!
- 2 Karola Ranft: Ja, super, dass das klappt!
- 3 Frau Groß: Ja, gerne!
- 4 KR: Genau, ich würde die Aufnahme jetzt starten...
- 5 Frau Groß: Jaa...
- 6 KR: Genau, dass das dann klappt!
- 7 Frau Groß: Jaa...
- 8 KR: Super! Haben Sie vorher noch irgendwie eine Frage oder irgendwas, was wichtig wäre?
- 9 Frau Groß: Nein, ich lasse mich einfach mal überraschen. Ich weiß ja nicht genau, was
10 kommt, also ja, fragen Sie mich mal, oder ist das ein Frage-Antwort-Spiel, Interview?
- 11 KR: Genau, ich frage...ich erzähle erstmal ein bisschen und dann, genau, dürfen Sie gerne
12 einfach erzählen so viel Sie mögen.
- 13 Frau Groß: Ja...
- 14 KR: Ja? Genau!
- 15 Frau Groß: In Ordnung.
- 16 KR: Genau, es wird jetzt im Interview ja auch so ein bisschen...genau, hatte ich ja schon ge-
17 schrieben, um gesellschaftliche Mütterbilder gehen...
- 18 Frau Groß: Ja...
- 19 KR: Und deshalb hatte ich gedacht, dass ich Ihnen ganz kurz nochmal einmal sage, was ich
20 so verstehe unter Gesellschaft oder Allgemeinheit und auch unter Mütterbild, damit wir da
21 so eine gleiche Basis haben.
- 22 Frau Groß: Jaa...
- 23 KR: Genau, und zwar ist so mit der Allgemeinheit oder der Gesellschaft gemeint, so die
24 vorherrschende Meinung in Deutschland, also das, was man im Alltag, durch die Medien
25 oder den Kontakt mit anderen so mitbekommt.
- 26 Frau Groß: Ja...
- 27 KR: Genau, und unter Mütterbilder fallen so Normalitätsvorstellungen zur Lebensführung
28 von Müttern, also so das, was so als, in Anführungsstrichen normal, oder gut, oder richtig,
29 oder so wahrgenommen wird, genau und die auch einen Einfluss haben darauf, wie Mütter
30 sich verhalten oder entscheiden.
- 31 Frau Groß: Ja...
- 32 KR: Genau, soweit erstmal...wenn Sie dazu nachher irgendwann nochmal eine Frage haben,
33 dann fragen Sie gerne nochmal nach.

34 Frau Groß: Ja, das mache ich.

35 KR: Genau, dann würde ich jetzt erstmal starten mit so kurzen Fragen zu Ihrer Person, dass
36 Sie einmal mir vielleicht sagen, wenn das für Sie in Ordnung wäre, wie alt Sie sind, wie
37 viele Kinder Sie haben und wie alt die sind, vielleicht fangen wir damit erstmal an.

38 Frau Groß: Ja, ok. Also ich bin 58 Jahre alt, ich habe zwei Kinder, einen Sohn, der jetzt 26
39 Jahre alt ist, der ist also 1994 geboren und dann habe ich eine Tochter, die Sie glaube ich
40 schon kennen...

41 KR: Genau...

42 Frau Groß: Die ist 24 Jahre alt, die ist im April 1996 geboren...

43 KR: Alles klar, sehr gut! Genau, mögen Sie mir erzählen, was Sie beruflich machen oder
44 was Ihre Tätigkeit ist?

45 Frau Groß: Ich mache jetzt, zur Zeit, seit etwa zwei Jahren einen kleinen Aushilfsjob in ei-
46 nem großen Pharmaziegroßhandel, ich arbeite morgens eindreiviertel Stunden, von Viertel
47 nach sieben bis neun Uhr und das als Vier-Tage-Woche, also geringfügig, ne? Unter 450
48 Euro. Ja, das mache ich jetzt!

49 KR: Genau, und als Ihre Kinder noch jünger waren, haben Sie da auch...waren Sie da auch
50 berufstätig oder was haben Sie da gemacht?

51 Frau Groß: Ja...also, ich habe wieder angefangen zu arbeiten, als meine Tochter etwa neun
52 Jahre alt war. Also da war ich selbst 44 und dann habe ich das große Glück, hier, also wo
53 wir hingezogen sind, in einer Buchhandlung zu arbeiten und da habe ich dann halbe Tage
54 gearbeitet. Oder halbe Tage ist zu viel, ich habe etwa 25-30 Stunden im Monat gearbeitet.
55 Und das habe ich 11 Jahre lang gemacht und das war so bis vor drei Jahren und da
56 musst...also das hatte viele Gründe, warum ich da aufgehört habe, aber hauptsächlich, weil
57 ich mehr Freizeit brauche, weil ich pflegebedürftige Eltern habe.

58 KR: Ja, alles klar. Und das heißt dann von der Geburt Ihres älteren Sohnes, bis Ihre Tochter
59 dann neun Jahre alt war, haben Sie...waren Sie dann mit den Kindern zu Hause?

60 Frau Groß: Ja, da habe ich nicht gearbeitet, weil eigentlich, weil wir, als mein Sohn ein Jahr
61 alt war umgezogen sind. Und da hätte ich...konnte ich bei meinem vorherigen Arbeitgeber
62 nicht mehr wieder anfangen. Also habe ich gar nicht gearbeitet, das wollte ich aber auch
63 nicht, weil meine Tochter ja schnell danach kam, nicht ganz zwei Jahre sind die auseinan-
64 der. Und ich wollte mich um die Kinder kümmern, ganz bewusst habe ich mich dafür ent-
65 schieden.

66 KR: Ja, super. Genau, mögen Sie mir noch einmal sagen, wie Ihr Familienstand ist oder was
67 für ein Familienmodell Sie leben?

68 Frau Groß: Ich bin verheiratet, mein Mann...ja...mein Mann lebt mit uns zusammen in der
69 Familie, also immer schon. Wir haben uns nie getrennt, das ist der...mein Mann...jetziger
70 Mann...ist der Vater meiner beiden Kinder.

71 KR: Super. Genau, dann wäre das...

72 Frau Groß: Wir sind 30 Jahre verheiratet.

73 KR: Ja, auch schon eine Zeit! Genau, dann wären das schon die Fragen zu Ihrer Person. Und
74 dann würde ich jetzt so ein bisschen einsteigen wollen zum Thema Mütterbilder.

75 Frau Groß: Ja...

76 KR: Genau, die Fragen werden jetzt so ein bisschen hin- und herspringen, weil, genau, weil
77 es so ein bisschen darum geht, wie haben Sie Sachen früher wahrgenommen und hat sich
78 das vielleicht auch zu heute verändert. Genau, können wir ja einfach mal schauen im Ver-
79 lauf des Gesprächs. Die erste Frage wäre, wie würden Sie so Ihr persönliches Mütterbild be-
80 schreiben oder was würden Sie sagen, was macht für Sie eine gute Mutter aus, vielleicht?

81 Frau Groß: Ich gehe jetzt mal nur von mir aus, ja?

82 KR: Ja!

83 Frau Groß: Also, das Wichtigste für mich, ist jetzt, dass meine Kinder sehr viel Vertrauen
84 zu mir haben, dass sie also mit jedem Problem, egal, welches das ist, zu mir kommen. Also,
85 das Wichtige ist für mich, dass ich es geschafft habe, dass meine Kinder dieses Vertrauen zu
86 mir haben. Das ist ja jetzt auch nicht selbstverständlich, dass muss sich ja auch erstmal ent-
87 wickeln, ne?

88 KR: Ja...

89 Frau Groß: Das ist für mich sehr wichtig, dann ist für mich auch sehr wichtig gewesen, dass
90 solange die Kinder sehr klein waren, also ich sage mal bis zur Schule vielleicht, bis zur Ein-
91 schulung ungefähr, dass ich da...dass ich immer da war für die Kinder. Ich finde nämlich
92 die, ja, auch die körperliche Bindung und...die finde ich sehr wichtig in den Jahren, wenn
93 die Kinder klein sind, also als Kleinkinder, ja, das fand ich sehr wichtig. Nun bin ich ja auch
94 keine Mutter mit 23 geworden, sondern ich war 33, 34, also ganz bewusst haben wir uns für
95 Kinder entschieden und deshalb wollte ich auch nicht arbeiten die ersten Jahre.

96 KR: Alles klar...Würden Sie sagen, dass Ihr Bild damals ein anderes war, als es jetzt heute
97 ist, oder dass sich das irgendwie verändert hat, in der Zeit, oder ist das gleich geblieben?

98 Frau Groß: Für mich persönlich? Also ich würde es genauso machen wieder, wie ich das ge-
99 macht habe, vor...ja fast 30 Jahren. Eigentlich ja...

100 KR: Ja...ok.

101 Frau Groß: Stehe ich heute noch zu...wobei ich ja sagen muss, dass ich in der glücklichen
102 Lage bin, jetzt, im Nach...also finanziell abgesichert zu sein. Meine Ehe hat gut gehalten,
103 also das ist alles gut gelaufen so...sage ich mal. Ich bin ja keine alleinerziehende Mutter, da
104 sieht das alles anders aus.

105 KR: Ja, das stimmt, da haben Sie recht.

106 Frau Groß: Aber für mich persönlich, würde ich das genauso wieder machen.

107 KR: Ja! Dann jetzt von Ihnen persönlich ein bisschen weg. Was würden Sie denken, wie
108 würde so die Allgemeinheit, über die wir gerade kurz schon gesprochen haben oder die
109 deutsche Gesellschaft...wie würde die, Ihrer Meinung nach, eine gute Mutter beschreiben,
110 oder was wäre so das Mütterbild der deutschen Gesellschaft, heutzutage?

111 Frau Groß: Jaa...ok. Also, ich glaube es ist ja zwiegespalten, die einen haben ja das sehr
112 konservative Familienbild, christlich und ja, also die Konservativen, dass also die Mutter
113 wirklich zu Hause bleibt. Man soll keine Rabenmutter sein, die Kinder nicht immer, nicht
114 sofort abgeben, auf der anderen Seite, was ich aber auch persönlich sehr wichtig finde ist,
115 dass Mütter selbständig bleiben müssen. Die dürfen sich nicht abhängig machen von einem
116 Mann...von dem Vater der Kinder, weil viele Ehen gehen ja auseinander, viele, ja Freund-
117 schaften trennen sich ja. Also, viele Eltern trennen sich ja und dann ist es wichtig, dass die
118 Mutter...ja, berufstätig war und ist, oder dass sie gut wieder in ihren...dass sie gut wieder
119 Geld verdienen kann, sich selbst versorgen kann. Also, ja ich glaube es gibt diese beiden
120 Meinungen, ne? Eine...ein Gesellschaftsteil meint, ja, das althergebrachte Familienbild ist
121 immer noch richtig und ich glaube die Mehrheit glaubt aber, dass die Mutter von heute mo-
122 dern sein muss, dass sie berufstätig sein muss, ja...

123 KR: Ehem. Würden Sie sagen, dass so diese beiden Pole, wie Sie die jetzt beschrieben ha-
124 ben, dass das zu der Zeit, wo Sie Mutter geworden sind, auch schon so war? Oder würden
125 Sie sagen da war das Mütterbild...oder haben Sie das Mütterbild anders wahrgenommen in
126 der Gesellschaft?

127 Frau Groß: Ich habe damals vielleicht nicht so einen großen Überblick gehabt, als ich jünger
128 war. Für mich war...ja...ich bin sehr behütet in einer katholischen Familie aufgewachsen.
129 Und von daher, also da bin ich auch geprägt, durch dieses Familienbild. Ja...ich bin geprägt,
130 also ich bin eigentlich auch eher so konservativ, sage ich mal.

131 KR: Ehem. Und das heißt da können Sie sich nicht mehr so dran erinnern, oder wissen nicht
132 so genau, ob das dann...wie Sie das damals wahrgenommen haben? Habe ich das richtig
133 verstanden?

134 Frau Groß: Ja, ich habe das eigentlich gar nicht so besonders...also, als meine Kinder gebo-
135 ren sind, meinen Sie?

136 KR: Mhm!

137 Frau Groß: Äh, in meinem Umfeld, waren natürlich viele Frauen erstmal berufstätig, es war
138 gemischt. Einige haben das genauso gesehen wie ich, die haben gesagt, wenn ich Kinder be-
139 komme, bleibe ich zu Hause, kümmere ich mich nur um die Kinder, einige haben aber ge-
140 sagt, ich will auf keinen Fall meinen Beruf aufgeben, dann habe ich keine Karrieremöglich-
141 keiten mehr, also es war gemischt, beides.

142 KR: Ja, ok. Würden Sie sagen, dass so die Meinungen, aus der Gesellschaft, das was Sie
143 jetzt gerade so ein bisschen beschrieben haben, dass das damals oder vielleicht auch heute,
144 Auswirkungen auf Sie und Ihr Verhalten hatte, oder hat?

145 Frau Groß: Ehm...nochmal!

146 KR: Genau, das dieses gesellschaftliche Mütterbild, von dem...das Sie jetzt gerade so be-
147 schrieben haben, einmal das heutige und Sie haben ja gesagt so ein bisschen, war das da-
148 mals auch so, wobei Sie selbst sehr geprägt waren eben durch Ihre katholische Familie auch.
149 Würden Sie sagen, trotzdem, das, was Sie so wahrgenommen haben, eben zum Beispiel,
150 dass Sie wahrgenommen haben, manche machen das so wie ich, aber andere wollten auch
151 um jeden Preis arbeiten, dass das Auswirkungen auf Sie und Ihr Verhalten hatte? Also...ge-
152 nau...

153 Frau Groß: Ne, ich habe das ja für mich selbst entschieden. Also ich habe nie gedacht, "Oh
154 Gott", eine Freundin, die also direkt wieder weiter arbeiten ging, ich habe nicht gedacht "oh,
155 das finde ich jetzt total falsch, dass sie das macht!", ich habe aber auch nicht gedacht, dass
156 es total falsch ist, was sie macht, weil meiner Meinung nach, muss jede Mutter, jede Frau
157 selbst entscheiden, wie sie ihr Leben gestaltet. Also, ich habe, ja...ich war da eigentlich rela-
158 tiv neutral. Jede Mutter muss selber wissen, wie sie ihr Leben führt. Was für sie wichtig ist,
159 oder wichtiger ist, ja.

160 KR: Ja...Und haben Sie das anders herum erlebt, also dass Sie das Gefühl hatten, Ihnen
161 wurde das irgendwie...also Ihnen...Sie haben jetzt ja gesagt, ich finde das sollte jede Mutter
162 selbst entscheiden, aber haben Sie andersrum erlebt, dass Sie das Gefühl hatten andere Müt-
163 ter oder auch Menschen in Ihrem Umfeld haben das anders gesehen? Oder eben bezogen auf
164 Sie, dass Sie gesagt haben, Sie sollten arbeiten gehen, oder so?

165 Frau Groß:...wieder arbeiten, oder so? Ehm nein...in meinem Umfeld eigentlich nicht, nein!

166 KR: Mhm..ok. Ich gucke gerade mal, wo wir hier so stehen. Ein paar Sachen haben wir jetzt
167 nämlich auch schon mitbeantwortet. Würden Sie sagen, dass sich so die Ansprüche, wie
168 eine Mutter sein sollte, also eben so aus der Gesellschaft, dass sich das verändert hat so in-
169 nerhalb, sagen wir mal ungefähr, der letzten 50 Jahre, also dass sich da was getan hat, was
170 für Ansprüche an eine Mutter gestellt werden? Gerade eben so aus der Gesellschaft...

171 Frau Groß: Eigentlich ja! Im Grunde soll eine Mutter ja, wenn man das so ganz extrem mal
172 sieht, soll die alles können. Eigentlich soll eine Mutter Kinder erziehen, dann soll die Mutter
173 den Haushalt führen, dann soll sie natürlich kochen und so weiter. Auf der anderen Seite
174 soll sie eigentlich auch noch nebenbei arbeiten und Karriere machen. Im Grunde, eigentlich
175 würde man gerne sehen, glaube ich, einige, dass die Mutter so ein Allround-Talent ist und
176 alles unter einen Hut kriegt.

177 KR: Ja!

178 Frau Groß: Joa. Also vor 50 Jahren, war das nicht, glaube ich in meinem Umfeld, musste
179 eine Frau nicht heiraten, um...eh, musste eine Frau nicht arbeiten, wenn sie verheiratet war,
180 so. So ungefähr. So bin ich aufgewachsen, wenn du heiratest hast du einen Mann, der ver-
181 sorgt dich und du kümmerst dich um die Kinder. Das war mein Bild, das ist heute natürlich
182 überhaupt nicht mehr so...überhaupt nicht mehr so...Auch die Konservativen, die die eine
183 konservative Einstellung haben, wissen auch, dass Frauen heutzutage auch arbeiten gehen
184 müssen und sich nicht total abhängig machen müssen, von einem Partner.

185 KR: Ehem. Das heißt, Sie haben das damals auch eben zur Zeit, wo Sie Mutter geworden
186 sind oder vielleicht auch schon davor, auch nicht so wahrgenommen, dass Sie diese ganzen
187 Ansprüche, die Sie jetzt gerade aufgezählt haben, dass Sie die alle erfüllen müssen?

188 Frau Groß: Nein! Die musste ich nicht erfüllen, nein!

189 KR: Das heißt, das ist was, wo Sie das Gefühl haben, das hat sich jetzt seitdem irgendwie in
190 die Richtung entwickelt?

191 Frau Groß: Ja, ich glaube schon manchmal, ja...

192 KR: Mhm. Alles klar! Ich gucke gerade nochmal weiter auf meinem Fragebogen, ich habe
193 hier so eine ausgedruckte Liste, damit Sie...das sehen Sie jetzt ja nicht...genau. Sie haben

194 gerade schon gesagt, dass Sie selbst nicht so...nicht so viel das Gefühl hatten, dass es viele
195 Ansprüche gibt, an Sie als Mutter, als Sie damals jünger waren, aus der Gesellschaft...rich-
196 tig?

197 Frau Groß: Ja, richtig. Keiner hat von mir verlangt, dass ich unbedingt arbeiten muss, keiner
198 hat verlangt, dass ich...puh...was muss ich denn für Leistungen? Ne, eigentlich, nein!

199 KR: Mhm, das heißt...Genau, die Frage wäre jetzt, ob Sie sich, aber wenn es diese Ansprü-
200 che nicht gab, wahrscheinlich eher nicht, aber wenn doch korrigieren Sie mich gerne! Ge-
201 nau, ob Sie sich gestresst gefühlt haben irgendwie durch das, was so in der Gesellschaft an
202 Sie als Mutter für Erwartungen gestellt wurden.

203 Frau Groß: Nein, überhaupt nicht, nein!

204 KR: Ehem. Wenn Sie sich jetzt...ah genau, eine Frage wäre noch: Durch Ihre, Sie hatten ja
205 vorhin kurz erzählt, was Sie selbst, was Ihnen wichtig war als Mutter oder was Sie wichtig
206 fanden, was quasi Ihre eigenen Ansprüche an sich waren oder was Sie selbst als gute Mutter
207 empfinden. Hatten Sie da manchmal das Gefühl, dass Sie sich dadurch gestresst fühlten? O-
208 der dass Sie das irgendwie beschäftigt hat?

209 Frau Groß: Ich weiß nicht, also beschäftigt sicher, klar, aber ich weiß nicht, ob gestresst für
210 mich der richtige Ausdruck ist. Das eigentlich nicht. Ich würde eher sagen, ich habe mir,
211 wenn dann Sorgen gemacht, ja...Ich habe mir Sorgen gemacht, dass meine Kinder gut auf-
212 wachsen, dass sie in der Schule nicht gemobbt werden, im Kindergarten nicht gemobbt wer-
213 den, solche Dinge. Die haben mich dann...gestresst...ja, die haben mir Sorgen gemacht.
214 Vielleicht kann man Stress dazu sagen, aber eigentlich, ne...

215 KR: Mhm. Also das war dann irgendwie...würden Sie sagen das war weniger als Stress, o-
216 der einfach was anderes, vom Gefühl?

217 Frau Groß: Was anderes.

218 KR: Einfach was anderes. Mhm. Ok, haben Sie von anderen Müttern, also entweder, die so
219 ähnlich alt sind wie Sie und eben zur gleichen Zeit Kinder bekommen haben oder auch
220 heute, von jüngeren Müttern, irgendwann mal mitbekommen, dass die das Gefühl hatten
221 durch diese Ansprüche die es in der Gesellschaft gibt, fühlen sie sich gestresst?

222 Frau Groß: Ja. Durch zwei Arbeitskolleginnen hatte ich damals in der Buchhandlung...das
223 war aber zum Beispiel eine Mutter, die naja, das war so eine Übermutter. Übermutter ist
224 nicht der richtige Ausdruck. Das war eine Mutter, die eigentlich ihren beiden, die hatte zwei
225 Söhne, ein bisschen jünger als meine Kinder, aber sehr kontrolliert hat. Die wollte immer
226 wissen, was die machen und da hat sie sich selber ein bisschen unter Druck gefühlt. Die
227 wollte immer...ja, die hat die zur Schule gebracht mit dem Auto, dass da auch ja nichts pas-
228 siert, vielleicht doch ein bisschen überbehütet dann auch, dass nichts passiert, sie wollte im-
229 mer wissen, mit wem die zusammen sind, dann hat sie sie immer zum Fußball gefahren und
230 immer gefahren und immer gefahren und gefahren, also sie hat sich selber immer geküm-
231 mert. Die hat nicht wie ich zum Beispiel mal gesagt habe, komm, da fährst du jetzt mal al-
232 leine hin, ne? So, dass sie selbständiger werden. Und dann hat sie ja nebenbei halt in der
233 Buchhandlung gearbeitet, das ist sehr zeitaufwendig, wenn man das ernst nimmt, man muss
234 dann viel lesen und so ne...und ja...sie hat das als sehr stressig empfunden. Aber das ist auch

235 typabhängig. Ich habe das gleiche gemacht wie sie, aber ich bin trotzdem ruhig geblieben,
236 ja. Das liegt an der Mutter...an dem Menschen selber.

237 KR: Ja. Und da würden Sie sagen das waren aber dann wahrscheinlich eher ihre eigenen
238 Sorgen oder Ansprüche, die sie gestresst haben oder war das auch was, was von außerhalb
239 kam? Haben Sie dazu ein Gefühl oder hat sie dazu was gesagt?

240 Frau Groß: Bei meiner Kollegin...die hat sie sich selbst gemacht, die hat sich selbst ge-
241 stresst, ja.

242 KR: Ja. Und haben Sie das von irgendwem auch schonmal anders mitbekommen, oder an-
243 anders erlebt, also das irgendwie jemand vielleicht auch gesagt hat, oh ich weiß gar nicht, wie
244 ich dem allen gerecht werden soll, dass ich hier gleichzeitig arbeiten und für die Kinder da
245 sein soll, oder sowas oder eher nicht?

246 Frau Groß: Ja, das habe ich auch erlebt. Das war eine andere Arbeitskollegin, und zwar war
247 das...das war keine alleinerziehende Mutter, aber der Vater, die waren auch nicht verheira-
248 tet, aber der Vater hat die mal für eine Zeit lang verlassen, dann ist er wieder gekommen,
249 das war also keine sehr feste Beziehung und sie wusste nie genau, kommt er wieder, kommt
250 er nicht. Die war natürlich, weil sie auch arbeiten musste, um Geld zu verdienen, die war, ja,
251 oft auch ein bisschen überfordert und die war gestresst, ja. Die kam dann manchmal völlig
252 aufgelöst morgens zur Arbeit und hat es nicht geschafft den Jungen fertig zu machen, oder
253 der Junge ist krank, jetzt habe ich keinen, der aufpassen kann, kann ich eine Stunde später
254 kommen oder kann ich den Jungen mal mit in den Laden bringen. Das war...ist aber natür-
255 lich eine ganz andere Situation als ich. Wenn ich fast alleinerziehend bin, dann...ja, das kann
256 man ja nicht vergleichen mit mir. Die ich, also, auch immer dann einen Mann hatte, oder
257 Oma und wenn was war, ich hatte immer jemanden, der betreuen konnte und es gibt natür-
258 lich auch Mütter, die das nicht haben, die sind gestresst, ja.

259 KR: Ja, ja, das stimmt. Und es ist natürlich auch eine unsicherere Situation, genau, wenn die
260 Beziehung, so...nicht so stabil ist, ne, wie Sie gerade beschrieben haben.

261 Frau Groß: Ja, richtig. Oh, das ist ein großer Faktor, ja, für Stress.

262 KR: Ehem. Ich schaue nochmal weiter. Wenn jetzt Mütter zu Ihnen kommen würden, viel-
263 leicht auch jüngere Mütter und sagen würden, zu Ihnen sagen würden, „Ich fühle mich so
264 gestresst, dadurch, dass ich, dass ich das Gefühl habe, ich kann den ganzen Ansprüchen von
265 außen, kann ich gar nicht gerecht werden, hätten Sie einen Tipp für mich, was ich machen
266 könnte, damit ich weniger gestresst bin, oder wie haben Sie das damals geschafft, als Mut-
267 ter, sich dadurch nicht so“...oder, ich meine natürlich war die Zeit auch anders, haben Sie
268 gerade schon beschrieben, aber „wie haben Sie das geschafft, in manchen Situationen weni-
269 ger gestresst zu sein?“ Könnten Sie da was sagen, oder könnten Sie was raten?

270 Frau Groß: Ja, dann muss die Mutter, glaube ich, für sich selbst ein bisschen Zeit nehmen.
271 Irgendwie muss sie es schaffen, dass sie für sich selbst Zeit hat, dass sie selbst zur Ruhe
272 kommt. Also, dass sie...sie wird ja wohl nicht in Urlaub fahren können, das nicht, aber sie
273 braucht vielleicht mal ein, zwei oder einen Tag, oder einen halben Tag oder zwei, drei
274 Abende mal ein paar Stunden für sich alleine. Das heißt, wo sie Yoga machen kann, zum
275 Beispiel, ich persönlich mache seit vielen Jahren Yoga und das ist ganz toll, das beruhigt,
276 das ist eine schöne Sache. Das macht mich glücklich. Also sie muss etwas finden, genau,

277 was sie auch glücklich machen kann und wo sie abschalten kann. Ja, jemand, der ihr eine
278 Last ein bisschen abnimmt. Und das sind dann wahrscheinlich die Kinder, vielleicht ist es
279 natürlich auch die Arbeit, die sie machen muss, vielleicht ist der Leistungsstress zu hoch,
280 der da ist...ist auch ein Problem...da kann ich natürlich nicht helfen, das weiß ich nicht. Aber
281 ja, halt die Kinder mal abnehmen, ne? Und halt Zeit für sich selbst nehmen, ja.

282 KR: Ja. Und das mit irgendwas zu füllen, was einem selbst gut tut.

283 Frau Groß: Ja, wenn es Basteln ist, oder wenn es mit einer Freundin ins Kino gehen ist, also
284 sie braucht mal eine Zeit, wo sie wirklich den Kopf frei kriegt, mal zwei, drei Stunden am
285 Tag. Das sie mal ihren Stress vergisst, ja.

286 KR: Ja. Was würden Sie sagen, oder was müsste sich Ihrer Meinung nach verändern, damit
287 diese gesellschaftlichen Mütterbilder, wie Sie die auch vorhin beschrieben haben, mit den
288 verschiedenen Ansprüchen, damit das weniger Stress auslöst?

289 Frau Groß: Hm...

290 KR: Vielleicht können wir das auch sonst erstmal aufteilen, dann ist es vielleicht ein biss-
291 chen getrennter, also vielleicht erstmal irgendwie auf einer persönlichen Ebene, bei den
292 Müttern selbst und in einem zweiten Blick irgendwie auf einer gesellschaftlichen Ebene,
293 würden Sie...was würden Sie sagen, was müsste sich vielleicht verändern, damit diese hohen
294 Ansprüche, wie Sie die ja gerade auch beschrieben haben, die irgendwie so ein Allround-
295 Talent erwarten, eigentlich, damit die weniger Stress auslösen?

296 Frau Groß: Ja, also, man kann nicht alles hundertprozentig. Man kann seine Arbeiten alle
297 nicht hundertprozentig oder mehr erfüllen. Und von diesem Anspruch muss man selber ein
298 bisschen runter gehen. Das heißt man muss seine eigenen Ansprüche wohl ein bisschen zu-
299 rückdrehen. Als ich angefangen bin wieder zu arbeiten, da war mir klar und ich wusste
300 auch, dass ich nicht mehr so viel Zeit für die Kinder habe. Aber bewusst war das auch ein
301 Zeitpunkt, die wechselten auf die weiterführende Schule, mein Sohn war schon zwei Jahre
302 drauf. Es gibt einen Zeitpunkt, da müssen die Kinder auch selbständig werden. Und ich
303 fand, das war so dieser Zeitpunkt, als sie fünfte, sechste Klasse waren, da müssen...da
304 brauchten die mich nicht mehr so sehr. Da kann ich dann auch einfach mal das Essen hin-
305 stellen, die machen es sich selber warm. Oder es gibt nicht mittags was zu essen, wenn ich
306 erst um zwei Uhr nach Hause komme, dann gibt es eben abends was zu essen. Also man
307 kann, man muss ein bisschen runterfahren mit den Ansprüchen. Ja, das muss man bei der
308 Erziehung der Kinder dann vielleicht. Also das heißt ja nicht...ich glaube, ich glaube, dass
309 die Kinder das gar nicht schlimm fanden. Im Gegenteil: eigentlich fanden sie das sogar gut,
310 weil ich selber ja dann auch wieder glücklich und zufrieden war und mir trotzdem dann
311 noch Zeit genommen habe, wenn sie dann Probleme hatten oder bei den Hausaufgaben
312 nachgeguckt, ja. Ja, also Loslassen ist das große Thema bei mir gewesen und das musste ich
313 selber auch erstmal lernen. Weil wenn man zehn Jahre zu Hause ist und eigentlich ja, rund
314 um die Uhr immer nur sich um die Kinder kümmert, im Großen und Ganzen, dann muss
315 man auch wirklich loslassen und die müssen alleine ihren Weg gehen. Man darf die Kin-
316 der...man darf nicht immer so viel Einfluss ausüben auf die Kinder. Die müssen ihre eigene
317 Identität auch entwickeln, ne, ihren eigenen Charakter, ja.

318 KR: Mhm, ja. Genau, das war jetzt ja so auf persönlicher Ebene, ne? Wo Sie sagen, da ist
319 irgendwie ein Punkt, da müssten Mütter bei sich selbst gucken, ok, zu sagen, ok, es geht

320 einfach nicht überall 100 % und die eigenen Ansprüche auch einfach runterzuschrauben.
321 Gibt es auf gesellschaftlicher Ebene auch was, wo Sie sagen würden, da müsste sich viel-
322 leicht auch was verändern, damit Mütter sich weniger eben dadurch gestresst fühlen, durch
323 diese Ansprüche?

324 Frau Groß: Also, es gibt ja heute auch schon die Übermittagsbetreuung, das entlastet Mütter
325 ja auch, glaube ich, ne, sehr. Also, dass man...also das wäre vielleicht eine Lösung, ne, dass
326 man die Kinder also wirklich länger betreuen lässt...hm...

327 KR: Also zum Beispiel, dass das auch weiter ausgebaut würde, meinen Sie damit auch, o-
328 der...?

329 Frau Groß: Ja, es ist ja eigentlich schon relativ gut ausgebaut, ja, ne, es fehlen ja viele Stel-
330 len einfach. Im Moment sind ja wieder zu wenig Plätze da überall. Hat ja mehrere Gründe,
331 also das muss auf jeden...Also die Betreuung der Kinder muss auf jeden Fall gut gewährleis-
332 tet sein, sonst habe ich ja als Mutter ein schlechtes Gewissen und das darf ich nicht haben.
333 Ich darf ja keine Schuldgefühle haben, ich darf ja keine Schuldgefühle haben, wenn ich
334 sage, ich gebe die Kinder in die Betreuung, weiß aber, dass sie nicht gut betreut sind, dann
335 kann ich ja nicht zufrieden sein, ja...das Gesellschaftsbild sich ändert...helfen Sie mir wei-
336 ter?

337 KR: Ja, das ist ja auch eine schwierige Frage. Also, dazu gibt es auch noch keine, also ich
338 glaube dazu gibt es auch noch keine gute Lösung, deswegen ist das auch sicher nicht leicht,
339 das zu beantworten, genau, es ist mehr so, was Ihnen spontan dazu einfällt. Und das ist ja
340 sicher ein Punkt, den Sie genannt haben, ne, dass sich zum Beispiel eben die Betreuungssi-
341 tuation verändert, oder dass da eine gute Betreuung gewährleistet wird, das wäre ja eine
342 Veränderung auf gesellschaftlicher Ebene, die vielleicht dazu beiträgt, dass Mütter sich
343 durch diese Ansprüche weniger gestresst fühlen, weil sie sagen, ok, ich kann besseren Ge-
344 wissens oder guten Gewissens arbeiten gehen und die Kinder in die Betreuung geben, weil
345 ich weiß, die ist gut, zum Beispiel, ne.

346 Frau Groß: Ja. Wo ich noch gar nicht dran gedacht habe, das ist ja der Vater. Mein Mann,
347 der hat immer viel und lange gearbeitet, der hat sich also eigentlich sehr wenig um die Kin-
348 der kümmern können. Aber auch das ist ja heute anders. Viele Väter kümmern...haben ja
349 Zeit, nehmen sich Zeit und kümmern sich viel mehr um die Kinder. Jetzt muss ich auch sa-
350 gen, dass mein Mann auch schon relativ alt war, der war schon an die 40 als mein Sohn ge-
351 boren ist und da hat der sich auch nicht mehr so getraut, sag ich mal so. Ja, aber heute die
352 Väter, die Väter heutzutage können doch die Mütter auch entlasten und viele machen das
353 auch, wenn ich das schon so sehe hier. Gerade wo Corona ist, ich sehe so viele Väter mit
354 dem Fahrrad und Kindern und Fahrrad fahren, spazieren gehen, auf den Spielplatz gehen,
355 das war vor 30 Jahren nicht so häufig, wie es heute ist, Da hat sich schon vieles geändert
356 auch in unserer Gesellschaft, meine ich! Das ist...da kann man...ja, genau...Väter mehr ein-
357 beziehen. Väter sollen die Mütter entlasten. Wenn das alles finanziell natürlich auch geht,
358 wenn man sich das leisten kann und der Arbeitgeber mitspielt, dann...

359 KR: Ja. Genau, das wäre dann vielleicht auch wieder eine Frage, wenn man das nochmal ein
360 bisschen, noch auf einer höheren Ebene betrachtet, ne? Also dieses Thema, dass der Arbeit-
361 geber mitspielen muss, ist ja auch wieder was, was vielleicht politisch zu regeln wäre, ne,
362 oder weiß ich nicht genau, aber...

363 Frau Groß: Richtig. Ja, ja, natürlich. Es gibt ja die Elternzeit und sowas gibt es ja schon, ich
364 kenne mich da nicht so aus, aber ich weiß, dass Väter ja auch Elternzeit nehmen können, für
365 kurze Zeit, ne? Ist vielleicht für die Mutter ja auch gut, weil so, damit sie ihren Job behält,
366 wenn sie weiterarbeiten will. Ja, aber ich finde da hat sich schon was getan eigentlich, ja.
367 Aber wie jetzt die Corona-Zeit zeigte, ja auch, es ist so, dass doch die Betreuung der Kinder
368 an den Müttern hängen bleibt. Da haben sich ja viele auch...das ist leider sehr negativ aufge-
369 fallen, ne, dass die Väter weiter arbeiten online, oft, hier Home-Office machen und so, die
370 Frauen zwar auch, die können, aber nebenbei müssen sie sich noch um die Kinder küm-
371 mern, Schule.... ja. Das ist vieles...also das alte Mütterbild, das alte Familienbild, ist eigent-
372 lich immer noch sehr präsent bei uns in der Gesellschaft. Wie sich das jetzt so gezeigt hat,
373 eigentlich.

374 KR: Ja, da ist jetzt nochmal was aufgeploppt, was man vielleicht sonst gar nicht mehr so im
375 Blick gehabt hätte, ne, oder das wurde jetzt ja oft genannt auch, ja.

376 Frau Groß: Ja, also im Grunde kann man doch sagen, wenn es mal wirklich darauf an-
377 kommt, dann muss die Frau...die Mutter doch selber sich noch kümmern, ne. Der Vater,
378 ja...also, die Mütter sind doch die Wichtigsten...ja.

379 KR: Ja, und gleichzeitig zu dem Punkt, den Sie gerade genannt haben, ne, auch zu gucken,
380 die Väter eben mehr einzubeziehen, damit es vielleicht in Zukunft weniger so ist.

381 Frau Groß: Ja, richtig. Ja, das wäre schon ideal.

382 KR: Ja, ok. Gibt es so rund um diese ganze Thematik noch irgendwas...wenn Sie sagen
383 könnten Sie hätten irgendeinen Wunsch frei, sei er jetzt realistisch oder komplett utopisch
384 oder wie auch immer, zu sagen, man könnte Müttern Entlastung schaffen. Gäbe es da ir-
385 gendwas, egal wie realistisch oder unrealistisch das jetzt wäre?

386 Frau Groß: Wie man Mütter entlasten kann...hm. Also, Entlastung schaffen ja auch oft die
387 Großeltern bei Müttern, aber wenn die Mütter dann immer älter werden, bevor sie das erste
388 Kind, also Ende 30, oder so sind, dann sind die Großeltern, dann sind die, ja...dann sind die
389 Großeltern vielleicht gar nicht mehr da oder nicht mehr in der Lage, zu helfen. Ich denke
390 zum Beispiel meine Eltern, meine Mutter ist dement, da muss ich mich jetzt quasi, wo
391 meine Kinder groß sind, nochmal wieder um meine eigenen Eltern kümmern, die wieder
392 wie Kinder werden, so ungefähr, aber das ist ja jetzt ein anderes Thema...ehm..ja. Wenn ich
393 einen Wunsch frei hätte, was wäre schön? Ja, vielleicht auch einfach mehr Arbeitgeber, Ar-
394 beitgeber, die unterstützen, dass Frauen mit Kindern arbeiten gehen können. Betriebskinder-
395 gärten gibt es ja teilweise auch schon. Vielleicht, dass man Arbeitgeber mehr mit einbezie-
396 hen kann. Ich stelle mir mal so vor, es gibt ja diese großen Google-Firmen und diese Tech-
397 Unternehmen und wenn man da so guckt, die haben ja Arbeitsbedingungen, die sind ja ei-
398 gentlich optimal. Mit Hobbyraum und Billard und auch Kindergärten für die Kinder oder
399 Schulen sogar für die Kinder. Das fände ich schön, wenn man sowas realisieren könnte.
400 Also Arbeitgeber kümmern sich gleichzeitig um die Betreuung der Kinder. Das wäre auch
401 schön, ja. Aber dann müssen das schon große Unternehmen sein, sonst ist das ja unrealis-
402 tisch...Aber Sie haben ja gesagt, es kann auch unrealistisch sein...

403 KR: Genau, egal, wie realistisch oder unrealistisch, man darf ja auch mal träumen....

404 Frau Groß: Ja...also, ich kann, wenn ich als Mutter arbeite, dann kann ich mich nicht um die
405 Kinder kümmern, ich muss aber jemanden, einen Betreuer haben, dem ich vertraue und der
406 auch meine Kinder in ihrer Entwicklung unterstützt. Also, klar, Großeltern, die gehen auch
407 und lesen mit den Kindern und unterstützen die auch, aber es soll nicht einfach nur so, sag
408 ich mal, Verwahren sein, sondern das soll auch wirklich betreuen...ja, nicht nur verwahren,
409 sondern auch...die Kinder sollen was lernen und in der Entwicklung unterstützt werden, also
410 ein bisschen anspruchsvoller, ja. Das müsste auch gegeben sein...

411 KR: Alles klar. Dann sind wir schon fast am Ende...

412 Frau Groß: Also ein Wunsch von mir, wäre eigentlich auch, weil ich bin davon überzeugt,
413 dass Kinder eine gute Entwicklung haben, wenn die Ehepartner, oder wenn Vater und Mut-
414 ter zusammenbleiben, wenn die sich nicht trennen. Also mein Wunsch wäre eigentlich, dass
415 die Eltern sich so gut verstehen, dass sie immer zusammenbleiben. Und das ist...Also, dass
416 sie als Vorbild auch gelten für die Kinder gelten, ja, dass sie Vertrauen dann auch aufbauen
417 können in beide Seiten, ja...ja, und selber dann auch eine gute Beziehung später mal einge-
418 hen können. Weil das ist schon wichtig, dass man eine gute Beziehung oder Partnerschaft
419 hat, im Leben. Ja, das würde ich mir auch wünschen, dass nicht so viele junge Verbindun-
420 gen, ja, dass die so schnell auseinander gehen. Gerade, wenn die Kinder klein sind und die
421 Mütter gestresst sind. Das ist dann immer eine schwierige Zeit. Das ist sowieso eine schwie-
422 rige Zeit, wenn Kinder klein sind. Wenn man zwei hat, oder drei, oder vier, ja. Das würde
423 ich mir wünschen, ja.

424 KR: Ja, schön. Ja, wenn man länger drüber nachdenkt, dann kommen einem doch noch
425 mehr Ideen, ne?

426 Frau Groß: Ja, ja!

427 KR: Ja, schön! Gibt es sonst noch irgendwas jetzt rund um diese Thematik, wo Sie das Ge-
428 fühl haben, ah, das würden Sie gerne noch dazu anmerken, oder das fehlt Ihnen jetzt gerade
429 noch, oder das fällt Ihnen jetzt gerade noch dazu ein, oder noch ein Wunsch, oder wie auch
430 immer...Also, genau, irgendwie was, was Sie dazu gerade noch im Kopf haben?

431 Frau Groß: Ehm, ich finde es sehr schön, Mutter zu sein. Das ist für mich sehr wichtig ge-
432 wesen und ich habe das auch immer sehr genossen. Also, ich liebe das, Mutter zu sein. Und,
433 ich finde es sehr schade, dass Frauen auf Karriere oft verzichten müssen, wegen der Kinder.
434 Wobei ich sagen...Also, es ist ja leider so, dass man beides nicht gut, nicht hundertprozentig
435 vereinbaren kann. Eine gute Mutter sein, immer da sein und gleichzeitig Karriere machen,
436 läuft nicht, geht nicht. Deshalb müssen sich viele junge Frauen entscheiden, mache ich Kar-
437 riere oder mache ich das...habe ich eine Familie später. Und das machen ja auch einige. Es
438 ist schade, dass das nicht beides geht. Der Mann kann beides haben, meistens, ne? Der hei-
439 ratet, hat Familie und macht trotzdem Karriere und die Frau leider nicht. Das ist schade. Hat
440 natürlich auch biologische Gründe, klar, ja.

441 KR: Ja, aber dann wird deutlich, wie Sie vorhin auch schon sagten, dass irgendwie diese tra-
442 ditionelle Aufteilung doch auch irgendwie noch mehr besteht, als man das manchmal so
443 denkt...

444 Frau Groß: Ich glaube ja. Ja! Vor allem die Väter machen es sich ja manchmal leicht, ne?
445 Meine ich...Also, wenn die Frage ist, wer kümmert sich um die Kinder, Mutter oder Vater

446 und der Vater sagt, ich nicht, dann muss es die Mutter ja machen. Keine Mutter würde ja
447 ihre Kinder, ja, irgendwie weggeben. Die würde doch...sie würde sich doch um die Kinder
448 kümmern, ja...im Zweifelsfall.

449 KR: Das ist zumindest häufig immer noch so, ja, genau.

450 Frau Groß: Was ich auch schlimm finde, da müsste eigentlich die...ich weiß nicht genau,
451 aber es gibt ja, wenn sich die Paare trennen, dass die Väter so wenig Verantwortungsbe-
452 wusstsein haben und den Unterhalt nicht ordentlich zahlen, das finde ich schlimm. Und das
453 gibt es sehr, sehr häufig, habe ich mal einen Bericht gesehen. Die zahlen einfach nicht und
454 das bereitet den Frauen natürlich, den Müttern natürlich auch Stress ohne Ende. Dann sind
455 sie traurig, weil sie ihren Kindern nicht so viel leisten können, geben können, wie andere
456 Kinder, ja. Also das Kind leidet darunter, dass die Mutter wenig Geld hat und sie zum Bei-
457 spiel nicht diese Markenhose kaufen können wie andere das können, die gerade angesagt
458 sind in der Schule...zum Thema Mobbing. Das sollte sich auch ändern in unserer Gesell-
459 schaft. Mehr Verantwortungsbewusstsein für Väter manchmal.

460 KR: Ok, gibt es sonst noch irgendwas, das Sie, was Ihnen gerade noch im Kopf rumgeht,
461 was Sie noch loswerden möchten?

462 Frau Groß: Nein, ich weiß nicht...

463 KR: Ok, dann wären wir von mir aus schon am Ende.

464 Frau Groß: Ja, schön. Ja, ich hoffe, ich habe Ihnen geholfen.

465 KR: Ja sehr, vielen Dank!

466 Frau Groß: Sie können da was mit anfangen...

467 KR: Ganz bestimmt!

G – Transkript Interview Frau Klein

- 468 KR: Jetzt aber!
- 469 Frau Klein: Genau...
- 470 KR: Sehr gut! Ja, vielen Dank, dass du dir die Zeit nimmst!
- 471 Frau Klein: Ja, dafür nicht!
- 472 KR: Genau, ehm...
- 473 Frau Klein: ...ist ja ganz spannend!
- 474 KR: Ja, hast du vorab schon irgendwie noch eine Frage oder irgendwas zu allem?
- 475 Frau Klein: Ja, nur was also...was hast du genau als Thema quasi deiner...deiner Arbeit?
- 476 KR: Also der Titel heißt gesellschaftliche Mütterbilder und ihr Zusammenhang mit dem
477 Stresserleben von Müttern oder mit dem subjektiven Stresserleben von Müttern, genau.
- 478 Frau Klein: Okay, und dann hast du schon irgendwie eine größere Umfrage gemacht und
479 jetzt...machst du noch Interviews quasi?
- 480 KR: Genau, ja! Also ich habe...so einen Online-Fragebogen gab es schon und den haben
481 auch richtig viele Mütter ausgefüllt. Ich war total begeistert! Irgendwie über 400...
- 482 Frau Klein: Ach, krass! Ja, das ist ja cool!
- 483 KR: Ja! Genau und jetzt soll es nochmal ein bisschen in die Tiefe gehen, weil so viel kann
484 man mit so einem Fragebogen dann ja nicht abfragen. Also beziehungsweise nur so ein biss-
485 chen oberflächlich. Genau und deshalb ja, soll es jetzt nochmal die Interviews geben. Und
486 ich habe schon eins geführt mit einer Mutter, die schon erwachsene Kinder hat, genau. Und
487 ich wollte noch eins mit einer Mutter mit jüngeren Kindern führen.
- 488 Frau Klein: Okay! Na gut!
- 489 KR: Ja? Sehr gut! Dann würde ich erstmal starten, weil, genau das sagt der Titel ja auch
490 schon ein bisschen es soll um gesellschaftliche Mütterbilder gehen und ich wollte...dachte
491 ich sage einmal kurz, so damit wir so eine gemeinsame Basis haben, was genau meine ich
492 eigentlich mit Gesellschaft und was genau meine ich eigentlich mit Mütterbild. Ja?
- 493 Frau Klein: Ja!
- 494 KR: Genau, also so mit der Gesellschaft meine ich so die vorherrschende Meinung in
495 Deutschland, also das, was man im Alltag irgendwie durch Medien oder durch Kontakt mit
496 anderen besonders oft mitbekommt. Und mit Mütterbild meine ich Normalitätsvorstellungen
497 zur Lebensführung von Müttern, also der Ausdruck von dem was so in Anführungsstrichen
498 als normal, gut oder richtig gilt und die auch Einfluss haben auf...darauf wie sich Mütter
499 verhalten oder entscheiden.
- 500 Frau Klein: Mhm.
- 501 KR: Ja? Also wenn du nachher irgendwann nochmal eine Frage dazu hast, dann kannst du
502 gerne auch nochmal Bescheid sagen.

503 Frau Klein: Alles klar!

504 KR: Genau, gut! Dann würde ich starten wollen mit so ein paar Fragen einfach zu dir, wenn
505 das in Ordnung ist?

506 Frau Klein: Ja.

507 KR: Genau, und zwar erstmal einfach wie alt du bist?

508 Frau Klein: 36.

509 KR: Mhm. Und wie viele Kinder du hast und wie alt die sind?

510 Frau Klein: Die sind, also zwei Kinder und die sind zwei und vier Jahre.

511 KR: Mhm. Dann vielleicht zu deiner Tätigkeit. Also bist du gerade berufstätig und wenn ja
512 was machst du und mit wie vielen Stunden?

513 Frau Klein: Genau, ich bin Lehrerin auch an einem Gymnasium in der Großstadt noch und
514 mache 65 %, so...oder im Moment eher fast 70 %, ja.

515 KR: Mhm. Und magst du mir dann vielleicht noch sagen wie dein Familienstand oder dein
516 gelebtes Familienmodell gerade ist.

517 Frau Klein: Wir sind verheiratet und mein Mann ist auch jetzt hier ganz viel im Home-
518 Office, aber nicht durchgehend. Und der macht auch keine ganz volle Stelle. Also, ich weiß
519 gar nicht so genau, ja kann ich nicht so ganz genau sagen wie viel das jetzt ist, aber irgend-
520 wie so dreiviertel oder so.

521 KR: Mhm, okay. Sehr gut, genau, das waren schon die Fragen zu dir und dann würde ich
522 jetzt direkt mal einsteigen erstmal so zu Fragen zum Thema Mütterbilder, genau. Und zwar
523 wäre so die erste Frage, wie würdest du so dein persönliches Mütterbild beschreiben oder
524 vielleicht auch was macht für dich eine gute Mutter aus?

525 Frau Klein: Mhm, okay. Da muss ich jetzt schon kurz drüber nachdenken.

526 KR: Ja klar!

527 Frau Klein: Ja, also ich finde schon, also finde es halt schon irgendwie wichtig, dass man
528 halt auch wirklich Zeit bewusst mit den Kindern verbringt am Tag, also so, dass es halt ir-
529 gendwie auch Zeiten gibt, wo die Kinder nicht nur so nebenher laufen, sondern dass
530 man...ja, dass man sich halt wirklich irgendwie bewusst Zeit für die Kinder nimmt, ob das
531 jetzt aber irgendwie 12 Stunden sein müssen oder ob das zwei sind, also da find ich
532 das...also das finde ich überhaupt nicht so relevant und dann, dass man sich halt irgendwie,
533 ja dass man sich bewusst Zeit für sie nimmt. Aber, genau, das ist halt bei uns halt irgendwie,
534 wenn ich von der Arbeit komme und die Kinder aus der Kita kommen. Dann versuche ich
535 das zu machen, aber da wäre glaube ich mein Mutterbild gar nicht so unterschiedlich von
536 dem, was ich von einem Vaterbild...also...mir erhoffen oder wünschen würde, so. Genau.
537 Ja, aber gleichzeitig finde ich es schon auch wichtig, also ich für mich, das will ich jetzt
538 nicht für alle sagen, das kann ja jeder so machen, wie er möchte, aber, dass ich halt auch
539 noch irgendwie was habe, was...also, dass ich nicht 24 Stunden nur Mutter bin, sondern
540 dass ich halt eben genau meinen Job noch habe und irgendwie meine Freizeitaktivitäten,
541 weil das für mein persönliches Wohlbefinden irgendwie ganz wichtig ist, dass ich halt auch

542 so bewusste Zeit, und die dann auch irgendwie möglichst positiv und möglichst entspannt
543 mit den Kindern verbringen kann, dafür brauche ich das halt auch, dass ich, ja, dass ich
544 meine Zeit auch noch habe, wo ich halt noch was anderes mache und nicht nur Mama und
545 Hausfrau bin.

546 KR: Ja, ja, okay. Noch was dazu, oder...?

547 Frau Klein: Ehm, joa, also...was kann man denn noch für...?

548 KR: Nö, also, wenn das so ist, ist ja auch gut.

549 Frau Klein: Genau, also ich weiß nicht. Ich würde das immer...versuchen wirklich so...da
550 jetzt gar nicht so einen großen...also jetzt keinen wirklichen Unterschied zwischen dem
551 Muttersein und dem Vatersein bei uns so deutlich werden zu lassen. Wie hier drum herum,
552 dass es ganz oft schon deutlich anders ist auch. Also irgendwie hier...

553 KR: In deinem Umfeld, meinst du?

554 Frau Klein: Ja... jaja, also das ist schon hier, also auch noch sehr verbreitet, dass oftmals die
555 Mütter auch wirklich erstmal mehrere Jahre gar nicht arbeiten... und ja, das versuchen wir
556 halt irgendwie so ein bisschen anders zu machen. Vor allen Dingen, weil es mir auch dabei
557 besser geht, und weil mein Mann das auch irgendwie...gerne bewusste Zeit mit den Kindern
558 verbringen möchte. Genau, aber das wäre so das...das ist auf jeden Fall so unser Modell und
559 unser Bild, was wir so hier haben.

560 KR: Ja. Ja, dass was du gerade gesagt hast, das passt ja ganz gut zu meiner nächsten Frage
561 und zwar wäre die nächste Frage nämlich, was...was denkst du wie würde so die deutsche
562 Gesellschaft eine gute Mutter beschreiben oder was ist das Mütterbild der deutschen Gesell-
563 schaft?

564 Frau Klein: Ich würde sagen, das ist total milieuspezifisch unterschiedlich, habe ich das Ge-
565 fühl, aber ich finde es trotzdem...also wir sind ja vor einem Jahr aus der Großstadt in die
566 Kleinstadt gezogen und ich finde es schon...Genau, also es ist halt nicht nur irgendwie halt
567 vielleicht milieuspezifisch, sondern halt auch.... Also, das durchzieht vielleicht auch die
568 Milieus und in so einer Großstadt...ich will jetzt gar nicht sagen ist man einen Schritt wei-
569 ter, aber da zum Beispiel war es ganz, ganz üblich und wurde auch von, ich würde sagen
570 breiten Teilen der Gesellschaft gar nicht hinterfragt, dass zum Beispiel die Kinder mit einem
571 Jahr in die Krippe gehen können. Und ich hätte halt nicht gedacht, dass jetzt die Kleinstadt,
572 die auch in diesem Dunstkreis der Großstadt ist und wo hier auch irgendwie so drumherum
573 so ein...sagen wir mal gut ausgebildetes Milieu ist, dass das hier so anders gesehen wird.
574 Aber das hat mich auf jeden Fall...mir aber gezeigt, dass das, was ich dort in der Großstadt
575 erlebt habe, nicht unbedingt das ist, was, ja, was man sagt...wovon man sagen kann, so das
576 ist jetzt irgendwie das, was in anderen Regionen oder in anderen Milieus auch gilt. Und ich
577 glaube schon, dass es noch ganz oft dieses Bild gibt, oder Teile davon, dass die Mutter doch
578 eher diejenige ist, die den größten Teil der Kinderbetreuung übernimmt und die da auch die
579 Verantwortung trägt. Also, das würde ich schon denken, ja... Und dass dann halt so ge-
580 wisse, genau, ja vielleicht halt echt so ein bisschen großstadtspezifisch und Milieus gibt, in
581 denen das halt irgendwie dann so versucht wird aufzubrechen, aber so im Gros glaube ich
582 schon, dass da viel von diesem etwas traditionelleren Mütterbild noch existent ist.

583 KR: Mhm, also so ein bisschen, dass du meinst, es gibt so beide Teile?

584 Frau Klein: Ja genau, ja. Ja, aber ich habe mich jetzt schon gewundert hier jetzt, also in un-
585 serer ganzen Nachbarschaft. Da ist es überhaupt nicht üblich, dass die Kinder mit eins in die
586 Kita gehen. Das wird sehr, sehr kritisch gesehen. Es sind immer die Mütter, die Vollzeit zu
587 Hause sind und immer die Männer, die irgendwie eher der Hauptverdiener sind und es gibt
588 da, also hier jetzt gerade nur ganz, ganz wenige Ausnahmen.

589 KR: Ja! Würdest du sagen, dass das Auswirkungen auf dich hat? Also zu erleben...dieses
590 andere Bild zu erleben?

591 Frau Klein: Ja, also, ein Stück weit schon, ja. Ja, würde ich schon sagen, weil ich...Also,
592 zum Beispiel habe ich in der Großstadt...habe ich nicht hinterfragt, dass das gut für meine
593 Kinder ist oder dass es okay ist, dass ich sie mit eins die Krippe gebe. Und wenn man hier
594 halt ungefähr die Einzige ist, die das macht, ja dann habe ich das schon hinterfragt und dann
595 plötzlich...ich meine es gibt ja immer die Stimmen hierfür und dafür und die Literatur hier-
596 für und dafür, genau, da habe ich dann halt...ja, also, bin da jetzt halt auch...ich denke mal,
597 dass es meinen Kindern jetzt nicht...dass die jetzt da keinen Schaden dran genommen ha-
598 ben, aber klar...das doch...das beeinflusst mich schon...schon ein Stück weit, ja.

599 KR: Ja. Ja, ok.

600 Frau Klein: Also eher auf dieser Ebene. Jetzt nicht auf der Ebene, dass ich mehr zu Hause
601 bleiben möchte, das nicht.

602 KR: Ja, aber so zu hinterfragen, genau...oder überhaupt sich darüber Gedanken zu machen,
603 dass man es auch hätte anders machen können und was dann anders gewesen wäre, so in die
604 Richtung?

605 Frau Klein: Ja, weil man ja immer so irgendwie, finde ich, in so einer...Also ich finde ganz
606 oft lebt man ja doch immer in irgendwie so einer Blase, wo sich oftmals doch irgendwie so
607 Gleichgesinnte irgendwie zusammentun. Auch in den Städten ist das sehr oft so, dann so
608 stadtteilspezifisch finden sich da halt gewisse Gruppierungen, oder man hat halt nur mit
609 denjenigen zu tun oder auch die Krippen, oder so...die ziehen dann wieder ein gewisses Mi-
610 lieu an, oder so und, ja, und in dem Moment, wo man halt, dann da mal so ein bisschen aus-
611 bricht, ist das halt...finde ich schon, dass man das dann auch hinterfragt.

612 KR: Mhm, ja. Würdest du sagen, dass, also die Ansprüche, die aus der Gesellschaft an Müt-
613 ter oder Mutterschaft gestellt werden, dass die, also jetzt so...so ein Gefühl wäre das ja
614 mehr, dass die sich verändert haben, innerhalb so der letzten...sagen wir mal 50 Jahre, oder
615 so?

616 Frau Klein: Ja, also schon. Ich finde schon, dass sich halt das...Ja, eben ein Stück weit die-
617 ses Mutterbild ja schon geändert hat, also ich meine, man muss ja gleichzeitig die Gleichbe-
618 rechtigungsdiskussion und mehr Frauen in Arbeit und die Quotendiskussion und...also ich
619 meine, das ist ja ein großes Thema und das sind ja schon auch breite Teile der Gesellschaft
620 oder der Frauen, die jetzt irgendwie auch mehr, einen größeren Teil des Familieneinkom-
621 mens auch dazu beitragen, die halt arbeiten gehen und dadurch verändert sich natürlich auch
622 so die Erwartung, was eine Mutter oder eine Frau auch irgendwie zu leisten hat und es gibt
623 natürlich auch irgendwie so diese, ja, also diese zwei Rollen, die da jetzt irgendwie erfüllt
624 werden sollen, und dass das... Ja, also ich würde wieder sagen: Es gibt da irgendwie nicht

625 so ein einheitliches Bild, aber dass es irgendwie komplexer und mehrschichtiger geworden
626 ist, so die Erwartungen an Mütter, das finde ich schon.

627 KR: Mhm, ja und dann eben...

628 Frau Klein: Und gleichzeitig auch, also...und das Gleiche gilt ja auch letztlich für Väter,
629 also dadurch, dass diese klaren Rollen irgendwie, ja zumindest ein Stück weit auch wenn
630 sicherlich noch vieles davon bestehen bleibt, aber ja, ein Stück weit aufgebrochen sind...

631 KR: Mhm, ja das stimmt. Das heißt, dass betrifft ja gleichzeitig dann nicht nur Mütter, wenn
632 sich da was verändert oder zumindest ist das jetzt so.

633 Frau Klein: Ja, und ich glaube das ist ja in ganz vielen Bereichen auch, dass das jetzt ökonomisch
634 gar nicht mehr möglich ist, dass da jetzt so dieses klassische Bild, nur der Mann geht
635 arbeiten, oder so, funktioniert ja auch einfach irgendwie gar nicht mehr. Dann, dass
636 da...also ich glaube das reicht in vielen Fällen ja auch überhaupt nicht für den Lebensstandard,
637 den man jetzt irgendwie so...ja, jetzt...oder so das, was man jetzt zum Leben, für die
638 Miete, für et cetera so braucht, also...da muss die Frau ja auch in vielen Fällen einfach auch
639 irgendwie dazuverdienen oder zumindest beide...genau, und dann ja, also es ist schon irgendwie
640 komplexer geworden, muss ich sagen.

641 KR: Ja. Würdest du sagen, dass du dich so durch diese komplexen Ansprüche, die in der
642 Gesellschaft vorherrschen, dass du dich dadurch manchmal gestresst fühlst? Also, die eben
643 an Mutterschaft, oder an das Müttersein gestellt werden?

644 Frau Klein: Ich frage mich gerade, ob das die gesellschaftlichen oder also gut...das bedingt
645 sich bestimmt, also oder, ob ich das eher selber bin, die sich da stresst. Weil ich halt irgendwie
646 da meinen Job gut machen will und gleichzeitig auch, das irgendwie hier zu Hause mit
647 den Kindern gut machen will. Also, ob man das so jetzt so sagen kann, dass das, ja, dass das
648 diese gesellschaftlichen Bilder sind, aber die Situation insgesamt, klar, die führt schon zu
649 Stress, weil es halt irgendwie, ja, weil es einfach doch sehr vielschichtig ist, was man da so
650 macht. Und nach der...nachdem man dann irgendwie von der Arbeit kommt, natürlich irgendwie
651 so dieser zweite Tagesteil mit den Kindern kommt, wo es keine Pausen mehr gibt,
652 so. Die man sich sonst, wenn man jetzt nur zu Hause wäre natürlich irgendwie ein Stück
653 weit nehmen könnte, ja. Und also diese Situation, also in unserem Falle finde ich das jetzt
654 irgendwie ganz gut, also wir haben uns da, dadurch, dass wir das beide reduziert haben und
655 beide Teilzeit machen, geht das echt ganz gut, in Kombination mit der Betreuungszeit, die
656 die Kinder in der Kita haben, ja, aber also na klar, ein entspannteres Leben hätte ich, wenn
657 ich die Vollzeit-Mutter wäre, die man früher war.

658 KR: Mhm. Und du sagst, es hängt aber eher so mit dem zusammen, was du persönlich für
659 Ansprüche an dich hast?

660 Frau Klein: Ja, ich glaube, dass es so beides ist. Also, ja, es bedingt sich ja wahrscheinlich,
661 also, dadurch, dass es irgendwie so dieses gesellschaftliche...ja, oder dass...ne...ok, jetzt ist
662 der Gedanke weg. Ja, kann ich so spontan irgendwie nicht so richtig wirklich sagen...

663 KR: Ja...Ja, ist ja vielleicht auch schwierig, das irgendwie so auseinander zu dröseln, weil
664 das ja was ist, genau, was wahrscheinlich sich bedingt...

665 Frau Klein:...so was war eher, also war es eher das gesellschaftliche Bild oder eher das,
666 was...also das bedingt sich ja irgendwie.

667 KR: Ja, vielleicht hängt dein persönliches Bild auch mit dem zusammen, also vielleicht ist
668 das entstanden dadurch, wie die Gesellschaft ist oder vielleicht aber auch anders herum, ne?

669 Frau Klein: Ja, und welche Strömungen es da gibt und mit der Emanzipation und so...Also,
670 das hängt ja irgendwie miteinander zusammen.

671 KR: Mhm. Hast du von anderen Müttern schonmal mitbekommen oder habt ihr euch da
672 schonmal drüber unterhalten irgendwie über das Thema, was von Müttern alles erwartet
673 wird und dass man sich, oder ob man sich dadurch gestresst fühlt?

674 Frau Klein: Also jetzt...ich würde sagen weniger, ob man sich dadurch gestresst
675 fühlt...Also ich spreche mit vielen irgendwie Bekannten und Freunden, die halt arbeiten und
676 Kinder haben, also es ist halt schon so, dass das irgendwie eine hohe Belastung ist, weil es
677 halt diese Pausen nicht mehr gibt. Das sagt schon jeder. Aber es ist jetzt weniger darauf be-
678 zogen so diesen...ok, was wird eigentlich von Müttern heutzutage erwartet, ich meine, weil
679 wir es, glaube ich, ein Stück weit auch echt selber sind, die da eine ganze Menge von uns
680 erwarten, so, weil wir halt mit dieser Nur-Mutter-Rolle, wie es die mal gab, uns einfach
681 auch nicht identifizieren können, so, ne. Ja, aber also, das ist schon eine recht hohe Belas-
682 tung diese verschiedenen Rollen, die man da ausfüllt, aber das würde ich, also ich würde
683 jetzt denken, in vielen Familien meiner Bekannten und Freunde und auch unsere, ist halt die
684 Belastung von mir und meinem Mann nicht unterschiedlich, also...sondern wir versuchen,
685 dass das...ja, er hat halt genauso diese Rollen, diese Mehrfachbelastung, die ich dann auch
686 habe und dadurch löst es sich aber auch ein Stück weit wieder auf, also...wenn die Väter
687 dann mit in die Verantwortung springen, was die Kinderbetreuung angeht, so.

688 KR: Ja! Also das heißt, dadurch, dass ihr, also das zwischen euch, ich sage jetzt mal gerech-
689 ter oder wie auch immer, irgendwie gleicher verteilt habt, habt ihr beide auch eine ähnliche
690 Belastung...

691 Frau Klein: Ja!

692 KR: Und du erlebst jetzt nicht, dass irgendwie, weiß ich nicht, aus der Nachbarschaft, oder
693 so, du komische Seitenblicke kriegst, dafür, dass du als Mutter arbeiten gehst und nicht mit
694 den Kindern zu Hause bist, oder sowas?

695 Frau Klein: Ne, gar nicht! Eher irgendwie Unterstützung würde ich sagen.

696 KR: Ja, ok. Was würdest du sagen, um jetzt mal so ein bisschen wegzukommen von
697 den...von Mutterschaft und Stress und so ein bisschen zu gucken, was kann man eigentlich
698 machen, was machst du, um dich weniger zu stressen...gestresst zu fühlen, oder was hilft
699 dir, unabhängig davon, ist das jetzt der persönliche Druck oder wie auch immer, du das
700 nennst, woher der Stress kommt, aber genau...?

701 Frau Klein: Ja, ich versuche das halt wirklich so als Gemeinschaftsprojekt mit, also als Fa-
702 milienprojekt also zu sehen, mit meinem Mann und dann teilen wir uns das halt wirklich
703 sehr gut auf, so dass das relativ gleichmäßig verteilt und dass wir halt wirklich beide immer
704 mal, ja den Nachmittag nimmt der eine die Kinder und am anderen Nachmittag nimmt der
705 andere die Kinder oder wir machen halt auch mal was zusammen, also ich finde...mir hilft

706 halt echt am meisten, dass er seine Arbeitszeit auch reduziert hat. Und dass wir das
707 dadurch...dadurch aber auch nicht der Anspruch besteht, also, wenn er jetzt voll arbeiten
708 würde und ich dann ihm nach einem Arbeitstag die Kinder in den Arm drücken würde, dann
709 würde er ja wahrscheinlich auch sagen, äh, ich habe aber jetzt voll gearbeitet und so ist halt
710 irgendwie klar, ok, wir haben beide reduziert und beide haben aber auch dann die gleiche
711 Verantwortung, die Betreuung der Kinder zu übernehmen, so. Und das ist, glaube ich, ir-
712 gendwie ganz gut. Ja, also das hilft mir auf jeden Fall und ansonsten, ja, also viel irgendwie
713 im Austausch mit anderen zu sein, auch mal irgendwie, sich auch mal ohne Kinder, mit
714 Freunden zu treffen, ja, dass ich mal Sport gemacht habe, oder so, also eben diese Zeiten,
715 die man dann auch mal wirklich wieder für sich hat, das würde ich sagen, ist mir, also für
716 mich sehr wichtig. Aber ja, am meisten ist es echt dieses...dass man versucht dieses...also,
717 dass halt wirklich gleichberechtigt aufzuteilen. Aber ich glaube, dass das auch ein bisschen
718 eine Luxussituation ist, die wir gerade haben, weil es so ökonomisch dann auch nicht ganz
719 gleichberechtigt ist, aber zumindest irgendwie so einigermaßen passt, was auch das Gehalt
720 von beiden anbelangt und dann konnten wir das irgendwie so beide reduzieren und ich
721 finde...Hier nebenan eine Freundin, die würden das auch gerne so machen, wollen das ei-
722 gentlich stärker aufteilen, aber da ist halt das Ungleichgewicht so groß und er verdient ganz
723 viel und sie die gleiche Stundenzahl dann viel weniger und, dann ist halt natürlich diese
724 Möglichkeit, da einfach mal so zu reduzieren gar nicht unbedingt so gegeben. Und dann
725 bringt das natürlich gleich wieder diese...also dann ist man natürlich gleich wieder viel stär-
726 ker in dieser Rolle und der Partner dann gegebenenfalls auch viel weniger bereit, da zu
727 übernehmen, weil er ja so viel mehr verdient und so viel mehr Stunden auch seinem Job
728 dann nachgeht, also...das ist halt auch echt oft schwer aufzulösen.

729 KR: Ja. Ja, weil das dann ja doch oft noch so ist, dass der Mann, unabhängig davon, wie viel
730 Stunden, also...aber wenn beide gleich viele Stunden arbeiten, dass der Mann meistens
731 doch noch mehr verdient, ne?

732 Frau Klein: Jaja, eben. Und das ist unserem Fall zum Beispiel genau umgedreht und ich
733 glaube, dass dadurch aber auch die...ja, dass das dann aber wirklich hilft, um das halt wirk-
734 lich aufzulösen. Also mein Mann hat mindestens genauso arg das Gefühl, Zeit mit den Kin-
735 dern verbringen zu müssen und das ist auch seine Aufgabe...und ich glaube es hängt halt
736 auch ein Stück weit eben mit diesem ökonomischen Faktor zusammen.

737 KR: Ja. Ok...

738 Frau Klein: Ja, und dadurch, dass irgendwie ganz viele Frauen, dann doch auch...ja, eben
739 oft auch in irgendwelchen Jobs tätig sind und Bereichen, die dann nicht so lukrativ sind, und
740 so...ist ja schon oft irgendwie so...ja, das ist glaube ich wirklich häufig nicht so ganz gut
741 aufzulösen.

742 KR: Ja. Wenn du jetzt...wenn jetzt irgendwie andere Mütter zu dir kommen und dich fragen
743 würden, oh...oder, „ich bin so gestresst, kannst du mir einen Tipp geben, was könnte ich
744 machen, um weniger gestresst zu sein?“ Was würdest du dann raten?

745 Frau Klein: Ja, auf jeden Fall also Auszeiten, Zeiten außerhalb von Job und Kinderbetreu-
746 ung auszuhandeln, mit dem Vater. Genau, oder halt nochmal über irgendeine externe Be-
747 treuung für zumindest mal irgendeinen Nachmittag oder so nachzudenken oder einen
748 Abend, dass man vielleicht auch mal wieder was mit dem Partner machen kann, oder so,

749 aber dass man einfach wieder bewusste Zeiten nur für sich hat, ich glaube das finde ich fast
750 irgendwie am Wichtigsten. Ja, und halt zu versuchen, dass, also, dass halt sich gut aufzutei-
751 len, soweit es geht vielleicht, da ökonomische Einschnitte hinzunehmen, um...also, von bei-
752 den Seiten jetzt, und um dann halt irgendwie das ein bisschen aufteilen zu können. Weil
753 wenn man also so eine Vollzeit plus Kinderbetreuung das ist halt wirklich sehr belastend.
754 Also, könnte ich mir jetzt gar nicht vorstellen, für keinen von uns. Oder wenn einer von uns
755 das jetzt machen würde, dann würde das dem anderen auf jeden Fall direkt mächtig auf die
756 Füße fallen, so.

757 KR: Ja. Also das heißt, so das Modell, in dem du lebst, das ist schon was, wo du das Gefühl
758 hast, das ist was, was einfach auch viel Entlastung schafft für dich und wo du dir vorstellen
759 könntest, dass wäre auch für andere...könnte das Entlastung schaffen?

760 Frau Klein: Ja. Also ich empfinde das zum Beispiel im Moment insgesamt weniger belas-
761 tend als eine Vollzeitstelle ohne Kinder. Weil es schon so...naja, es ist halt einfach was völ-
762 lig anderes mit den Kindern, ich habe zwar weniger Pausen, die ich mir sonst mal irgendwie
763 doch mal nehmen konnte, aber ich bin halt viel mehr raus gedanklich aus dem Arbeitsalltag,
764 wenn ich nach Hause komme und dann sind die Kinder da, also das ist irgendwie...und so
765 dieses...ja, und gleichzeitig habe ich aber auch nochmal dann und wann irgendwie so mal
766 eine Zeit für mich, weil mein Mann das macht, also das finde ich, ja, bin ich jetzt im Mo-
767 ment...kann ich jetzt nicht behaupten, dass ich mich jetzt hier irgendwie völlig überlastet
768 fühle, oder so.

769 KR: Ja. Was würdest du sagen, also deiner Meinung nach, was müsste sich verändern, also
770 du hast gerade gesagt, du kannst es gerade gar nicht so genau benennen woher das kommt,
771 aber angenommen Mütter fühlen sich schon auch gestresst durch die Ansprüche aus der Ge-
772 sellschaft, was würdest du sagen, was müsste sich verändern, auf einer persönlichen Ebene,
773 also vielleicht bei den Müttern selbst und vielleicht aber auch auf einer gesellschaftlichen
774 Ebene, um, genau, um die Mütter da zu entlasten?

775 Frau Klein: Jaa...so ad hoc...

776 KR: Ja, ist ja auch eine komplexe Frage, also genau, du kannst sonst auch erstmal mit einem
777 von beidem anfangen, genau...

778 Frau Klein: Ja, also ich glaube das wird ja schon ein Stück weit gemacht dieses Bewusst-
779 sein, also dass man sich bewusst darüber wird, dass das irgendwie...jetzt irgendwie seinem
780 Job nachzugehen und diese Mutterrolle mit irgendwie kleinen Kindern da zu erfüllen, das
781 sind ja quasi so zwei Jobs, die parallel laufen und dass man sich, ja, das einfach auch noch-
782 mal bewusst macht, was da eigentlich vor allen Dingen in dem Falle, wo so die Klassiker-
783 Rolle ist, der Mann arbeitet irgendwie Vollzeit und die Frau arbeitet ein bisschen dazu und
784 macht dann noch die Kinder, dass das halt irgendwie schon eine, ja, so quasi ein 24-Stun-
785 den-Job plus noch was oben drauf ist, in dem Moment, wo man halt dann arbeiten geht, und
786 dass das halt irgendwie einfach schon, ja, sehr, sehr viel ist und sehr, sehr belastend ist und
787 irgendwie ja, ich weiß nicht, weiter daran arbeiten, dass das völlig ok ist, wenn der Mann
788 auch stärker mit in der Kinderbetreuung involviert ist, dass es normaler wird, dass die...also
789 ich meine, es ist ja in weiten Bereichen, wenn man jetzt in einer Großstadt lebt oder so, ist
790 das ja völlig normal, dass die Männer auch ein Stück weit Elternzeit nehmen und zuneh-
791 mend auch irgendwie längere Zeiträume und nicht mehr nur die zwei Monate, wie sie

792 vielleicht noch vor fünf Jahren waren oder so, aber ja, dass man da halt weiter dran arbeitet,
793 dass das halt irgendwie, dass man als Familie diese Kinder gemeinsam hat und dass das halt
794 auch irgendwie einigermaßen gleichmäßig auch...also ok ist, wenn das gleichmäßig verteilt
795 wird und dass das auch ok ist, wenn die Männer da Lust drauf haben und dass dann die
796 Frauen gegebenenfalls sagen, ja, ich bin in so einer Familie der Großverdiener oder so, also
797 dass man einfach diese doch teilweise noch vorherrschenden klassischen Rollenbilder ein
798 Stück weit weiter aufbricht, sodass das halt normaler wird, dass eine Arbeitszeitreduzierung
799 von beiden auch ok ist.

800 KR: Mhm. Ist das jetzt was, wo du sagen würdest, das ist eher was, was sich auf persönli-
801 cher Ebene, bei den Eltern selbst verändern müsste oder würdest du sagen, das ist auch was,
802 was sich auf gesellschaftlicher Ebene verändern müsste?

803 Frau Klein: Ja, das ist ja...bedingt sich ja dann auch wieder. Also, wenn das für die Eltern
804 normal wird, dann trägt sich das ja auch in die Gesellschaft. Also, joa...Und gleichzeitig
805 finde ich es auch völlig ok...also, ich habe hier auch in meinem Umfeld ganz oft das Ge-
806 fühl, dass es hier auch viele Frauen gibt, die das einfach lieben, Vollzeit zu Hause zu sein
807 und dadurch dann ja auch nicht die Riesen-Mega-Belastung da empfinden, weil sie halt
808 eben nur...also, diese eine Sache dann in Gänze machen und ja, also, das ist ja auch völlig
809 ok, also...aber das ist halt...Also, dass das generell nicht nur so dieses eine vorherrschende
810 Bild vom Muttersein gibt, sondern dass man das halt...dass es da viele Modelle gibt
811 und...vom Muttersein und vom Vatersein und dann kann man glaub ich auch als Familie da
812 irgendwie einen Weg finden, der da für einen dann funktioniert, so.

813 KR: Ja! Und würdest du sagen, weil du ja gerade gesagt hattest, ne, irgendwie wenn das für
814 die Eltern normaler wird, wie das Modell aussieht, also zum Beispiel jetzt, dass beide in
815 Teilzeit arbeiten oder Väter sich eben auch mehr einbringen...Würdest du sagen, das könnte
816 auch andersrum funktionieren? Also, dass sich in der Gesellschaft was verändert und sich
817 dadurch was bei den Eltern ändert?

818 Frau Klein: Ich glaube es sind halt ja im Wesentlichen die Eltern, die sich darüber die Ge-
819 danken machen, also, die sich in der Situation...Die sind ja auch ein sehr, sehr, sehr, sehr
820 großer Teil dieser Gesellschaft, also deswegen würde ich sagen, das geht von...Also klar,
821 wenn es jetzt irgendwie größere...Also, so mentalitätsmäßig sich da irgendwie was ändert,
822 dann werden sicherlich auch, wird es auch wieder einen Einfluss haben auf gewisse Schich-
823 ten von Eltern, die das vielleicht erstmal anders gelebt hätten, oder so. Also, ich glaube
824 auch, dass sich das auch wieder sehr, sehr gegenseitig bedingt.

825 KR: Ja, und könnte es jetzt so von politischer Ebene oder so, könnte es da Sachen geben, die
826 vielleicht unterstützend wirken oder kontraproduktiv wirken oder eher nicht?

827 Frau Klein: Doch, klar. Also ich meine der politische...alleine, finde ich, der politische Dis-
828 kurs, hilft ja schon total, weil es einfach...also, ne, wenn es jetzt in einem potenziellen Ge-
829 setzesentwurf zur Quotenregelung und zur Vereinbarkeit von Familie und Beruf et cetera
830 gibt, dann kommt es ja auch schonmal viel, viel stärker in den öffentlichen Diskurs und da-
831 mit ändert sich ja dann womöglich auch schon was. Und ja, also gleichzeitig, klar, also in
832 dem Moment, wo gewisse Sachen gesetzlich vorgeschrieben sind, in dem Moment, wo ein-
833 fach geregelt ist, dass die Väter genauso lange Elternzeit nehmen können, wie die Mütter,
834 dass die die gleichen Zuschüsse für die Kinderbetreuung kriegen, was weiß ich was...keine

835 Ahnung, was da jetzt irgendwie...was da gerade...was es überhaupt schon gibt und was da
836 diskutiert wird, aber auf jeden Fall, also finde ich, kann die Politik da ganz, ganz viel bewe-
837 gen.

838 KR: Ja. Dann vielleicht auch so ein bisschen dazu oder auch nochmal, genau, wie...davon
839 weg, je nachdem wie das für dich passt, aber wenn du dir jetzt so vorstellst rund um die
840 ganze Thematik, um Mutterschaft oder sagen wir auch Elternschaft, ne, und so diese Rollen-
841 aufteilung und wie das eben auch zu Belastung führt, wenn du da irgendwie einen Wunsch
842 frei hättest, dass sich da irgendwas verändern könnte, sei das jetzt realistisch oder auch
843 komplett erstmal unrealistisch, gibt es da irgendwas, wo du sagst, das fände ich total cool,
844 wenn sich das verändern würde oder wenn das passieren würde?

845 Frau Klein: Also, das ist glaube ich schwierig, weil ich selber das ja...Also, ja gerade gar
846 nicht als so schlimm belastend empfinde, ja, also ich...Wahrscheinlich geht es schon so in
847 diese Richtung, gleicher Lohn für gleiche Arbeit, also wenn so die Grundbedingungen, also
848 wenn man es jetzt auf politischer Ebene sehen will, wenn da die Gesetze so geschaffen sind,
849 dass, ja, dass halt eben faktisch auch eine Form von Gleichberechtigung herrscht, auf vielen
850 Bereichen, also was das Einkommen anbelangt, was die Kinderbetreuung anbelangt und so,
851 dann finde ich, sind ja eigentlich die Grundbedingungen dafür geschaffen, dass man es halt
852 dann auch in den eigenen vier Wänden irgendwie gleichberechtigt umsetzen kann.

853 KR: Ja, ok, also dann auch irgendwie so ein bisschen, dass, was du vorhin beschrieben hast,
854 ne, eure Luxussituation, hast du das ja gerade genannt, dass ihr beide einfach ungefähr
855 gleich viel verdient, wenn es da irgendwie Regelungen zu gäbe, dass das für mehr Paare zu-
856 treffen würde?

857 Frau Klein: Ja...das ist natürlich auch irgendwie schwierig, weil es ja schon, also ganz oft
858 so ist, dass es halt so...also, einfach Jobs gibt, die halt irgendwie öfter von Frauen ange-
859 wählt werden, die dann aber vielleicht, ja, nicht ganz so viel Geld bringen und so, also das
860 irgendwie aufzulösen, ist ja auch gar nicht so einfach.

861 KR: Ja, das stimmt. Da reicht nicht nur eine Angleichung des Gehalts in den einzelnen Jobs,
862 sondern, genau, da hängt ja auch so ein bisschen damit zusammen, welchen Job macht ei-
863 gentlich wer?

864 Frau Klein: Ja.

865 KR: Ok, wir sind jetzt schon fast durch...Gibt es aber von deiner Seite noch irgendwas, ir-
866 gendwie Anmerkungen oder irgendwas, was dir jetzt gerade noch im Kopf rumgeht oder ir-
867 gendwas, wo du sagst, das fehlt mir jetzt gerade noch, das würde ich gerne noch hinzufü-
868 gen?

869 Frau Klein: Also, achso, ja, was ich irgendwie denke, was ich hier direkt zum Beispiel bei
870 meinen Nachbarn irgendwie hier unmittelbar gegenüber und nebenan mitkriege und eigent-
871 lich ganz spannend finde, ist dass es da sind jeweils zwei Mütter, die auch jeweils, also ein-
872 mal drei kleine Kinder und einmal zwei Kinder haben und die beide Vollzeit zu Hause sind
873 und die Männer sind auch im Home-Office und machen auch, also, machen wirklich auch
874 einen guten Teil dieser Kinderbetreuung und ich bin da mit beiden viel im Gespräch und ich
875 habe das Gefühl, dass die beide die Situation, als viel, viel, also obwohl sie ganz zu Hause
876 sind, deutlich mehr belastet als mich.

877 KR: Durch Corona, meinst du jetzt?

878 Frau Klein: Obwohl die Männer auch was machen, aber ich glaube das ist halt auch so ein
879 Stück weit dieses, ja, Frauenbild, dass es ja trotzdem, also die sind auch beide irgend-
880 wie...haben einen Akademiker-Background und ich glaube da herrscht halt schon so ein
881 Selbstbild, oder Frauenbild vor, dass die nicht nur Mutter sind, sondern noch was anderes
882 wollen und dass das halt auch zu einer ganz, ganz großen Unzufriedenheit irgendwie führt,
883 obwohl sie auf der anderen Seite das ja jetzt auch bewusst machen, weil sie glauben, dass
884 das das Beste für ihre Kinder ist, wenn sie jetzt irgendwie drei, vier Jahre zu Hause sind,
885 aber trotzdem fand ich das halt irgendwie recht, also, jetzt in dieser Corona-Zeit, dass man
886 da saß und so, man hat gemerkt, weil man ja auch einfach so viel Zeit miteinander verbringt,
887 ne, der Gedanke so, ja, also, warum empfinden die das eigentlich so, so extrem und auch
888 einfach so unfassbar anstrengend, so diese Kinder auch zu betreuen, obwohl sie da ganz,
889 ganz viel Mühe irgendwie so reinlegen. Ja, also keine Ahnung, was man damit anfangen
890 kann, aber fand ich auf jeden Fall irgendwie auffällig, also dass halt auch dieses klassische,
891 weil...vielleicht, weil gesellschaftlich doch das auch irgendwie noch eine andere Erwartung
892 gibt, dann halt auch schon als sehr, sehr anstrengend empfunden werden kann.

893 KR: Ja, also vielleicht irgendwie noch mehr, als wenn man tatsächlich berufstätig ist, das
894 man dann die ganze Zeit denkt, ich muss mich jetzt aber noch mit Sachen für mich beschäf-
895 tigen, weil ich kann ja nicht nur Mutter sein, weil das ist irgendwie nicht so anerkannt oder
896 weiß ich nicht...

897 Frau Klein: Ja, genau!

898 KR: ...gerade, wenn ich vielleicht auch studiert habe, oder so.

899 Frau Klein: ...was mache ich hier eigentlich, und ja.

900 KR: Ja, total spannend.

901 Frau Klein: Und da kommt dann wieder wahrscheinlich auch halt einfach dieses, genau, die-
902 ses Gesellschafts-...dieses Frauenbild, Mütterbild, was dann halt irgendwie doch, was man
903 selber von sich hat und was die Gesellschaft irgendwie...Was sich dann halt doch schon
904 verändert hat, also ich glaube meine Mama hätte das halt nie irgendwie hinterfragt, also hat
905 sich da keinen Stress mit gemacht, dass sie jetzt nur Mama ist, so. Aber das, ja, ist halt mitt-
906 lerweile anders.

907 KR: Ja. Ja, total interessant, ne, dass das...dass man so denken würde eigentlich haben die
908 ja total viel Zeit und eben nicht diese Doppelbelastung und trotzdem fühlen sie sich aber ir-
909 gendwie dadurch belastet oder gestresst, ne?

910 Frau Klein: Ja! Ja, also genau, also dass irgendwie dieser Stress wahrscheinlich sonst auch
911 echt einfach extrem viel das, was im eigenen Kopf passiert, also ich hatte so ein bisschen
912 gedacht, dass...also der de facto Stress im...oder physische Stress oder so ist ja da gar nicht
913 so groß, aber das, was man halt sich da...ja, was man so draus macht.

914 KR: Ja. Ja, sehr spannend.

915 Frau Klein: Genau, ja aber sonst, fällt mir jetzt glaube ich nichts mehr so spontan dazu ein.

916 KR: Ja, das ist doch gut! Alles klar, dann wären wir schon durch.

917 Frau Klein: Ja.

918 KR: Dann auf jeden Fall ganz vielen Dank, dass du dir die Zeit genommen hast.

919 Frau Klein: Ja, dafür nicht.

920 KR: Das ist sehr hilfreich.

Eidesstattliche Erklärung

Ich versichere, dass ich die vorliegende Arbeit ohne fremde Hilfe selbstständig verfasst und nur die angegebenen Quellen und Hilfsmittel benutzt habe. Wörtlich oder dem Sinn nach aus anderen Werken entnommene Stellen sind in allen Fällen unter Angabe der Quelle kenntlich gemacht.

Hamburg, den 14.12.2020

(Ort, Datum)

