



Nach der  
Familienpause

Statt Französisch zu unterrichten, tanzt sie: Lisa Kuttner, 42, deren Söhne Axel, 15, und Hannes, 11, den Job ihrer Mutter eher kritisch sehen

# Ich will einen neuen Job!

*Wenn Familienfrauen ins Arbeitsleben zurückkehren möchten, merken sie oft, daß der alte Beruf nicht mehr paßt. Drei Mütter sagen, warum sie heute etwas ganz anderes machen*

**D**er Beruf bedeutet heute vielen Frauen ebensoviel wie die Familie. Dennoch unterbrechen die meisten ihre berufliche Arbeit für die Zeit, in der die Kinder klein sind. Sie wollen miterleben, wie ihre Sprößlinge die Welt entdecken, und sie wollen dasein, wenn Trost nötig ist.

Doch früher oder später sehnen sich viele Frauen zurück ins Berufsleben. Manche schaffen mühelos den Wiedereinstieg, manche müssen schwer dafür kämpfen. Viele werden aber auch vom Leben mit Kindern, das neue Seiten in ihnen geweckt hat, auf andere Wege geführt.

Als kinderloser Single hätte Lisa Kuttner, 42, es sich niemals träumen lassen, daß sie eines

Tages über ihre Auftritte als Tänzerin und Choreographin anerkennende Kritiken in der Zeitung lesen würde. Denn damals wollte sie noch Lehrerin für Sport und Französisch werden. Doch schon während des Referendariats merkte sie, daß sie sich im Lehrerberuf nicht wohl fühlte. Über Alternativen nachzudenken, dazu blieb ihr zunächst jedoch keine Zeit: Sohn Axel, heute 15, meldete sich an.

„In den ersten zwei Jahren nach Axels Geburt hatte ich regelrecht Panik“, erinnert sich Lisa Kuttner. „Meine beruflichen Aussichten schienen gleich Null. Das Referendariat wollte ich auf keinen Fall weitermachen, aber das Hausfrauen- und Mutterda-

sein machte mich auch total unzufrieden.“ Immerhin schaffte es die junge Mutter, an der Volkshochschule an drei Abenden pro Woche Jazz-Dance zu unterrichten. So fühlte sich Lisa Kuttner nicht mehr ganz so auf dem beruflichen Abstellgleis, als Hannes, heute 11, geboren wurde.

Sie beschloß, eine Ausbildung als Tanztherapeutin zu machen, sobald Hannes nicht mehr gestillt werden wollte.

„Ich spürte rasch, daß ich nur künstlerisch arbeiten möchte. Bewegung und Tanz ist mein Medium, das war klar. Aber ich wollte mich dann wirklich frei bewegen können. Ich wollte die Lebendigkeit, die im Tanz liegt, in mein Leben holen.“ Zu Hause probierte sie vor dem Spiegel kleine Choreographien und bewarb sich dann ▶

**Wer an sich und seine Fähigkeiten glaubt, schafft den Wiedereinstieg in den Job**

# Familie allein reicht mir nicht mehr

in einer Tanzschule. Doch schon bald sah Lisa Kuttner auch hier kein Weiterkommen: Showtanz à la Fernsehballerette – das war ihr zu oberflächlich. „Tanz ist für mich etwas, was von innen kommt. Und ich wollte nicht wieder anderen gefallen müssen – als ewig lächelnde Tänzerin.“

Doch vorerst unterrichtete und tanzte sie weiter für die Tanzschule. Bis sie 1991 das Angebot erhielt, in einem Musikanzprojekt namens LUNA mitzuwirken. „Es war sehr aufregend“, beschreibt Lisa Kuttner diese Zeit. „Ich hatte ein Solo, habe auch mit anderen getanzt und war verantwortlich für die Choreographie.“ Seither hat sie immer mehr Soloauftritte gehabt, viele Choreographien gemacht und Regie geführt. Zu ihrer Arbeit gehört auch ein „Körperbewußtseins-training für Frauen“, das vor allem von jungen Müttern genutzt wird. Außerdem unterrichtet sie Kinder verschiedenen Alters. Ihre Eleven haben viel Freiheit. Durch ihre eigenen Kinder hat Lisa Kuttner gelernt, daß es nicht wichtig ist, sich für das Auge des Betrachters etwas „Schönes“ auszudenken, sondern Gefühle und Gedanken durch Bewegungen ausdrücken zu können.

**W**ie reagiert die Familie auf ihre Arbeit? „Die machen nicht viel Aufhebens davon. Nur Axel schämt sich, weil ich oft in der Öffentlichkeit stehe“, erzählt Lisa Kuttner. „Warum kannst du keinen normalen Beruf haben? So wie Sekretärin?“ habe er mal gefragt. Aber immerhin ist er bereit, auf seinem Computer für seine Mutter Stun-



Dank ihrer Kinder fand sie einen neuen Job: Christine Broll, 38, schreibt Ausflugsführer für Familien. Jede Tour wird vorher mit Eva-Maria, 6, und Dominik, 8, getestet

denpläne und Programme zu entwerfen. Wenn Lisa sich in Sommerseminaren weiterbildet, kommen „ihre drei Männer“ inzwischen bestens allein zurecht. Sich in dieser Hinsicht durchzusetzen mußte sie erst mühsam lernen. Aber auch sonst war es oft nicht leicht. Wenn eine zweifache Mutter es wagt, ihrer Begabung so viel Raum zu geben, muß sie mit Neid und Unverständnis rechnen. „Das hat oft weh getan. Aber man muß Geduld haben“, sagt sie,

**Für die eigenen  
Interessen  
zu kämpfen – das  
müssen Familien-  
frauen erst  
wieder lernen**

„und Vertrauen in die eigenen Kräfte und Fähigkeiten.“ Dieses Selbstvertrauen ist Christine Broll offenbar in die Wiege gelegt worden. Die 38jährige ist Diplom-Biologin mit einer Zusatzausbildung zur Wissenschaftsjournalistin. Sie arbeitete auch nach der Geburt ihres ersten Kindes weiter. Dominik schlief viel und war ein sehr zufriedenes Kind. Sogar zu Recherche-Reisen fuhren er und sein Vater mit. Während Christine Broll das Interview führte, schob ihr Mann den Kleinen im Kinderwagen durch die Straßen.

Dominik mußte keine Einschränkungen hinnehmen. „Ich wollte auf keinen Fall eine Kinderfrau oder eine Tagesmutter haben“, sagt seine Mutter. „Für mich war klar: Kinder gehören in den ersten Lebensjahren zu ihren Eltern.“ Für diesen Anspruch hat sie schließ-

lich doch ihren Beruf aufgeben müssen, denn „nichts ging mehr“, als Eva-Maria geboren wurde. „Ich bewegte mich im ersten Jahr nach ihrer Geburt nur noch zwischen Wickeltisch, Küche und Waschmaschine“, erzählt Christine Broll. „Manchmal war ich richtig deprimiert und habe meinem Beruf nachgetrauert.“

Christine Broll erinnert sich an einen Abend, an dem sie um halb elf noch in der Waschküche stand, um einen Berg Wäsche aufzuhängen. Mit Entsetzen stellte sie fest, daß „ich wieder mal den ganzen Tag nichts anderes gemacht hatte, als für die Kinder hin- und herzurennen“.

Ihr wurde mehr und mehr klar, daß sie als Wissenschaftsjournalistin den Anschluß verliert. Recherche-Reisen, Tagungen, Dokumentationen – all das war auf Jahre hinaus undenkbar geworden. Selbst Telefon-Recherchen waren unmöglich, wie sie bei einem verzweifelten Wiedereinstiegsversuch erfahren hatte: Ein vielbeschäftigter Professor rief ausgerechnet dann zurück, als ihr zwei hungrige Kleinkinder am Bein klebten und lautstark ihre Bedürfnisse deutlich machten.

**E**iner mißglückten Sonntagswanderung hat Christine Broll ihre berufliche Neuorientierung zu verdanken. Die ganze Familie war an einem nebligen Novembertag mit der Gondel auf den Laaber bei Oberammergau gefahren. An der Bergstation stellten sie fest, daß nicht einer der Wanderwege für Kinder geeignet war – viel zu steil. Enttäuscht fuhr die ganze Familie wieder zurück.

Am nächsten Tag ging Christine Broll in eine Buchhandlung, um sich einen Wanderführer für Familien mit kleinen Kindern zu kaufen. Doch sie fand nichts Passendes. Da entschloß sie sich kurzerhand, selbst ein Buch über dieses Thema zu schreiben. Sie rief bei verschiedenen Verlagen an und verschickte Exposés.

Gemeinsam mit der Familie unternahm sie nun jedes Wochenende Aus-

flüge im Gebiet zwischen München und den Alpen. Über alle kindgerechten Touren wurde genau Buch geführt. Die Texte entstanden am Nachmittag, wenn Dominik, heute 8, im Kindergarten war, und Eva-Maria, heute 6, ihren Mittagsschlaf hielt.

Im Dezember 1992 kam das Buch auf den Markt, die erste Auflage war binnen drei Monaten verkauft. Soeben ist das zweite Buch erschienen, und nach demselben Muster wird jetzt eine deutschlandweite Reihe aufgelegt.

**D**urch die Arbeit an den Büchern und das Leben mit den Kindern ist mein Themenspektrum wesentlich breiter geworden“, meint Christine Broll. Sie ist überzeugt, daß ihr auch in Zukunft die Ideen nicht ausgehen werden.

So viel Zuversicht braucht man, wenn man ausgetretene berufliche Pfade verlassen möchte. Claudia Wittmaack, 36, Mutter von Julian, 9, und Niko, 7, steckt noch mitten in der beruflichen Neuorientierung. Die Krankengymnastin hat sich in den letzten Jahren auf Kinesiologie und Reiki spezialisiert. Nachdem Julian geboren war, hat Claudia Wittmaack ein Jahr lang ausgesetzt. Dann bot sich ihr die Chance, an zwei Nachmittagen in einer Praxis mitzuarbeiten. „Doch das war schwieriger, als ich mir das zunächst vorgestellt hatte“, erzählt sie. „Julian hat geklammert; er konnte nachts nicht mehr schlafen. Wenn ich ihn nach meiner Arbeit abholte, sah er mich entweder gar nicht an, oder er rannte schluchzend in meine Arme.“ Daß ihr Kind sich nicht wohl fühlte, belastete Claudia Wittmaack. Und manchmal war ihr danach, alles hinzuwerfen.

Die Entscheidung wurde ihr durch die zweite Schwangerschaft abgenommen. Trotzdem blieben

zweispaltige Gefühle und Gedanken: „Ich war einerseits froh, zu Hause bei den Kindern sein zu können“, erinnert sie sich. „Andererseits geht dieses Zuhause-Sein ja auch irgendwo aufs Selbstbewußtsein. Mit der Zeit kam ich mir vor wie der Putzladen für alle.“

Erst als beide Kinder in den Kindergarten gingen, konnte Claudia Wittmaack sich wieder halbtags in einer krankengymnastischen Praxis engagieren. „Vom Organisatorischen her war es ein ziemlicher Aufwand. Morgens im Eiltempo die Kinder fertig machen; sie durften nicht trödeln, es durfte nicht die kleinste Panne passieren. Aber das war es mir wert!“

Ein Erlebnis in dieser Zeit war es, das den Anstoß zu ihrer beruflichen Veränderung gab.

Eine Kollegin hat eine Patientin behandelt“, erzählt Claudia Wittmaack, „und nur durch feine, nicht sichtbare Manipulationen mit den Händen Wirbelkörper wieder eingrenkt. Die Patientin war gebückt in die Praxis gekommen und ging aufrecht wieder raus. Da wußte ich: So etwas will ich auch lernen.“

Von einem Institut in Freiburg ließ sie sich Material über Kinesiologie und

Von ihrem neuen Beruf profitieren auch ihre Kinder Julian, 9, und Niko, 7: Claudia Wittmaack kam von der Krankengymnastik zum Reiki

**Durchhalten  
lohnt sich – denn  
eine zufriedene  
Frau ist auch eine  
bessere Mutter**

Reiki schicken und eignete sich die Therapietechniken und das dazugehörige Hintergrundwissen im Selbststudium an.

Wie wirkungsvoll diese Methoden sind, konnte sie kurz darauf an ihrem Sohn Niko erfahren. Seine Lehrerin klagte über Nikos Konzentrations-schwierigkeiten. Ob irgend etwas los wäre im elterlichen Heim? Claudia

Wittmaack war sehr betroffen, weil sie von Nikos Problemen nichts mitbekommen hatte. „Ich habe dann lang mit ihm gesprochen, und wir sind dahintergekommen, daß

er mit Klassenkameraden eine schwierige Phase hatte. Mit den Entspannungs- und Konzentrationsübungen aus der Kinesiologie konnte ich ihn auffangen und unterstützen.“

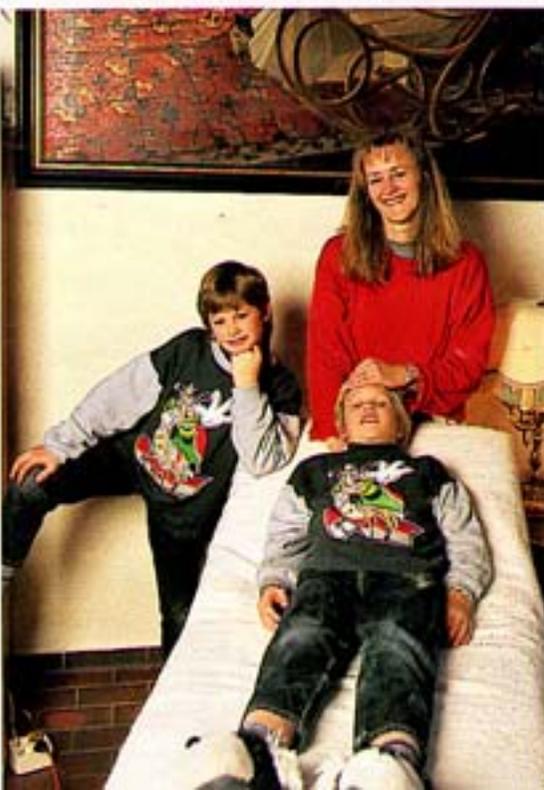
**S**chon zwei Wochen später kam von der Lehrerin die Nachricht, daß sich alles deutlich gebessert hätte. Von nun an ging Claudia Wittmaack mit Feuereifer an den Aufbau der eigenen Praxis. Allmählich finden immer mehr Patienten zu ihr in den Ort Niederpöcking am Starnberger See.

In ihrer kleinen Praxis kann sie eine gewisse Intimität bieten. Die ist bei emotionalen Behandlungen und Trauma-Ablösungen (nach Unfällen) unerlässlich. Julian und Niko wissen, daß sie nicht durchs Haus toben dürfen, wenn Mami gerade Behandlung hat.

„Am Anfang waren sie schon mal ein bißchen neugierig und wollten zugucken“, schildert Claudia Wittmaack die ersten Wochen ihrer Selbständigkeit, „doch inzwischen ist das normal. Auch daß sie während der Behandlungen ruhig sein müssen. Weil ich nach meinen Sitzungen sofort wieder für sie dasein kann, haben sie akzeptiert, daß sie Rücksicht nehmen müssen.“

Julian und Niko kommen mit ihren Problemen häufiger als früher zu ihrer Mutter und wollen – ebenso wie die Patienten – Hilfe haben. Das ist für Claudia Wittmaack ein Zeichen, „daß sie meine Arbeit ernst nehmen und sich gleichzeitig bei mir aufgehoben fühlen.“

Doro Kammerer



**Meine  
Arbeit  
macht mir  
Spaß!**