

Natascha Sagorski

Wie wir mit unseren Kindern die Demokratie verteidigen



BELTZ

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronische Systeme. Die Verlagsgruppe Beltz behält sich die Nutzung ihrer Inhalte für Text und Data Mining im Sinne von § 44b UrhG ausdrücklich vor. Die im Buch veröffentlichten Hinweise wurden mit größter Sorgfalt und nach bestem Gewissen von der Autorin erarbeitet und geprüft. Eine Garantie kann jedoch weder vom Verlag noch von der Verfasserin übernommen werden. Trotz sorgfältiger inhaltlicher Kontrolle können wir auch für den Inhalt externer Links keine Haftung übernehmen. Für den Inhalt der verlinkten Seiten sind ausschließlich deren Betreiber verantwortlich. Die Haftung der Autorin bzw. Verlages und seiner Beauftragten für Personen-, Sach- oder Vermögensschäden ist ausgeschlossen.



Dieses Buch ist erhältlich als:
ISBN 978-3-407-86899-2 Print
ISBN 978-3-407-86900-5 E-Book (EPUB)

1. Auflage 2025

© 2025 Verlagsgruppe Beltz
Werderstraße 10, 69469 Weinheim
service@beltz.de
Alle Rechte vorbehalten
© Natascha Sagorski

Dieses Werk wurde vermittelt durch die Literarische Agentur Gaeb & Eggers.
Lektorat: Dr. Katharina Theml, Büro Z, Wiesbaden/Petra Dorn
Umschlaggestaltung: www.anjagrimmgestaltung.de
Bildnachweis: © Shtonado/Shutterstock.com
Foto der Autorin: © Ben_Jenak
Herstellung und Layout: Sarah Veith
Satz: Publikations Atelier, Weiterstadt
Druck und Bindung: Beltz Grafische Betriebe, Bad Langensalza
Beltz Grafische Betriebe ist ein Unternehmen mit finanziellem Klimabeitrag
(ID 15985-2104-1001).
Printed in Germany

Weitere Informationen zu unseren Autor:innen und Titeln
finden Sie unter: www.beltz.de

Inhalt

Vorwort 11

Wie wir im Alltag die Demokratie verteidigen 18

Familienpolitik: Basis für die Demokratie? 18

Wahlen als Familienfest 22

Mit Kindern über extreme Parteien sprechen 25

Politische Veranstaltungen für uns nutzen 27

Demokratie innerhalb der Familie leben 30

Demokratie-Spiel für Kinder 37

Demokratietraining in Sportvereinen 39

Social Media: Es geht nicht ohne, aber wie geht es mit? 41

Eine Sonnencreme für Social Media 43

Wie verantwortungsvoll nutzen wir selbst Social Media? 49

Social Media als politische Chance 52

Demokratische Mittel zur Einflussnahme 56

Das wichtigste politische Sprachrohr von Familien:

Petitionen 56

Exkurs: Kampagne 68

Demonstrationen -
bitte familienfreundlich 71

Wie wir mit Großeltern und anderen Verbündeten die Demokratie verteidigen 83

Gemeinsam für die Zukunft, mit Erfahrung
aus der Vergangenheit 83

Wenn der Riss durch die Familie geht 89

Zusammenschluss der Generationen:

Pflegenotstand trifft Kita-Krise 93

Mental Load²: politisches Engagement
von Alleinerziehenden 96

Wie wir mit Verbündeten unser Klima retten 104

Mit Kita-Kindern die Demokratie verteidigen 110

Selbstwirksamkeitserfahrung in der Kita 111

Kinderrechte 114

Demokratie-Geschichte für Kita-Kinder 116

Mit Schulkindern die Demokratie verteidigen 123

Demokratie-Gap Grundschule 123

Partizipation bedeutet Inklusion 129

Haltung ist der Schlüssel 131

Wie Eltern Anregungen geben können 132

Wie SchülerInnen sich Demokratie in der Schule wünschen 135

Wie unsere Kinder Diskriminierung erleben 142

Wie wir unseren Töchtern den Weg ebnen 142

Diskriminierung: ein großes Thema für Jugendliche 146

Wie wir unsere Rechte als Familie verteidigen 149

Vereinbarkeit von Familie und Job 149

Schwangerschaften, Kinderwunsch und Co. 153

Wie wir unsere Grundrechte verteidigen 155

Wie wir selbst Politik machen können 161

Der Weg in die Kommunalpolitik für Kinder und Eltern 164

Wie wir Parteien familienfreundlicher machen 172

Sollten unsere Kinder wählen dürfen? 180

Erfolgskonzepte:

Wie Familienpolitik funktionieren kann 189

Die Stadt Hamm: auf dem Weg zur familienfreundlichsten Stadt
Deutschlands 189

Familienpolitische Oase Schweden 192

Kinder- und Jugendrathaus München 196

Familienpolitik in Unternehmen? Aber so was von! 198

Zum guten Schluss 202

Dank 203

Literatur 205

Hinweise zum Online-Material 205

Anmerkungen 206

Vorwort

Klimawandel, Krieg in Europa, ein Präsident Trump in Amerika und immer weniger Vertrauen in die Demokratie: Unsere Zukunft sieht auf den ersten Blick nicht gerade rosig aus. Aber das Gute an Zukunft ist, dass wir sie gestalten können. Wir und vor allem diejenigen, für die Zukunft noch bedeutender ist als für uns selbst: unsere Kinder.

Es ist unsere Verantwortung, unsere Kinder fit zu machen für ein Morgen, in dem sie gerne leben. Und deswegen ist es unsere Pflicht, unseren Kindern dabei zu helfen, die Welt zu retten. Denn sonst wird es niemand tun.

Viele der großen politischen Veränderungen gingen auf starke Bewegungen aus der Zivilgesellschaft zurück. Sei es die Umweltbewegung, die Frauenbewegung oder die Arbeiterbewegung. Ich finde, es ist Zeit für eine Familienbewegung.

Ich dachte immer, Deutschland wäre ein familienfreundliches Land. Bis ich Mutter wurde. Und so geht es vielen Familien. Ein Land, in dem jährlich doppelt so viel Geld für Autobahnen wie für Kitas ausgegeben wird, stellt unsere Kinder nicht wirklich vorn an, wenn es um politische Prioritäten geht. Trotzdem bleibt der große Aufschrei von Familien aus. Denn gerade Eltern und pflegende Angehörige haben meist keine Zeit und Ressourcen für politisches Engagement. Doch sind wir es unseren Kindern nicht schuldig, dafür zu sorgen, dass sie in einem Land aufwachsen dürfen, das versucht, ihnen beste Rahmenbedingungen zu gewährleisten und eine Zukunft zu ermöglichen, in der sie sicher und frei leben können?

Kindergeburtstag organisieren, die fünfte Grippewelle des Winters managen, Kita-Schließstage überbrücken, Hausaufgaben betreuen, Wäscheberge versetzen, Geld verdienen und sich nebenbei auch noch politisch engagieren? Die meisten Eltern sagen zu Recht »Nein danke!«. Mental Load schlägt demokratisches Gewissen. Und das ist total nachvollziehbar. Es führt aber eben auch dazu, dass familienpolitische Themen wie Bildung, Betreuung, Arbeitsrecht für Eltern und pflegende Angehörige zu politischen Nebensachen werden. Oder, wie es ein Ex-Kanzler mit guten Verbindungen nach Russland mal ausgedrückt hat, zu »Gedöns«.

Das darf und muss nicht sein. Denn auch ohne Vollzeit-Lobbyisten-Armee können Eltern eine Menge tun, um unser Land familien-, kinder- und damit zukunftsfreundlicher zu machen. Dieses Buch erklärt, wie wir unseren Kindern dabei helfen können, die Welt zu retten. Es zeigt Möglichkeiten auf und gibt Tipps, wie Eltern, Großeltern und alle anderen Menschen, die sich für Kinder und ihre Zukunft einsetzen wollen, mit wenig Zeitaufwand und Ressourcen Einfluss nehmen können. In unserem Alltag, quasi nebenbei oder auch mit etwas mehr zeitlichem Engagement, falls wir temporär die Chance dazu haben. Jeder Beitrag zählt.

Und darum sollen wir uns jetzt auch noch kümmern?

Wie herausfordernd politisches Engagement im Zusammenspiel mit beruflichen Deadlines und Familienleben sein kann, habe ich während der Arbeit an diesem Buch selbst eindrücklich zu spüren bekommen. Wenn sich das Recherchieren und das Schreiben eines Buches mit der Planung und Umsetzung einer deutschlandweiten Kampagne zum gestaffelten Mutterschutz, dem Führen einer NGO, der generellen Aufklärungsarbeit zum Thema Fehlgebur-

ten, dem Begleiten des politischen Prozesses der Neuregelung des Mutterschutzgesetzes und den üblichen fast wöchentlichen Herbstkrankheiten von zwei Kita-Kindern paart, dann auch noch ein Anruf kommt, dass die eingereichte Verfassungsbeschwerde nun vom Bundesverfassungsgericht bearbeitet wurde, und das Telefon nicht mehr stillsteht und kurz darauf die Regierung platzt, ist schon mal die Versuchung da, den Laptop einfach aus dem Fenster zu schmeißen. Gerne auch aus dem Zugfenster, denn ein nicht unwesentlicher Teil dieses Buchs ist auf der Strecke München – Berlin und zurück entstanden.

Dieses Gefühl, dass alles geradezu gleichzeitig passiert und wir uns überfordert fühlen, kennen Eltern und pflegende Angehörige nur zu gut. Denn wir tanzen nie nur auf einer gedanklichen Hochzeit. Unsere Mental-Load-Liste platzt prinzipiell aus allen Nähten, und an uns werden permanent Bedürfnisse herangetragen, auf die wir reagieren müssen, die sich aber in den seltensten Fällen mit unseren eigenen decken.

Wir funktionieren. Aber wir funktionieren innerhalb von Strukturen, die nicht an unsere Lebensrealitäten angepasst sind. Warten Ewigkeiten auf versprochene familienpolitische Verbesserungen und erleben, wie diese Verbesserungen doch wieder auf die lange Bank geschoben werden, weil andere Gruppen bessere Lobbystrukturen haben, einen größeren Anteil an WählerInnen ausmachen oder einfach mehr Macht haben. Und ganz nebenbei gewinnen als gesichert rechtsextrem eingestufte Parteien Landtagswahlen in Deutschland und sind auf dem besten Wege, auch bundespolitisch noch weiter an Einfluss zu gewinnen.

Und darum sollen wir uns jetzt auch noch kümmern?

Liegt es wirklich in unserer Verantwortung, dass unsere Kinder und deren Kinder noch in einer echten Demokratie aufwachsen dürfen? Es tut mir leid, das jetzt so hart zu sagen, aber die Antwort ist: Ja!

Nicht in unserer alleinigen natürlich, aber auch in unserer. Das ist die schlechte (oder vielleicht auch gute?) Nachricht. Die (noch bessere) ist, dass wir sehr viel dafür tun können, um dieser Verantwortung gerecht zu werden. Und das meiste davon kostet uns weniger Zeit als das Waschen der Wäsche. Zugegeben, je nach Anzahl der im Haushalt lebenden Menschen ist das ganz schön viel Zeit. Aber im Gegensatz zur Bewältigung unserer Wäscheberge haben wir selbst viel mehr Einfluss darauf, wie viel Zeit und Kraft wir in die Verteidigung unserer Demokratie stecken können und wollen.

Mein Antrieb, den Laptop doch nicht aus dem Fenster zu schmeißen, war es, mit diesem Buch eine einfache, übersichtliche und trotzdem hoffentlich inspirierende Lektüre zu schaffen, wie Familien politisch empowert werden können. Wie sie mit ihren Kindern die Demokratie verteidigen können, ohne dabei in den Burn-out zu rutschen.

Die Fenster der Deutschen Bahn sind also heil geblieben, meine persönliche Burn-out-Bilanz auch, und die Dringlichkeit einer besseren Familienpolitik wurde mir mit jedem Tag Recherche noch bewusster. Und diese Dringlichkeit war die beste Schreibinspiration, die es gab. Ich hoffe, das gilt ebenso fürs Lesen. Viel Spaß dabei!

Nur noch kurz die Welt retten

Die Welt retten. Wie geht das eigentlich? Dass Weltrettung auch viel mit der Rettung des Klimas zu tun hat, ist heute in den allermeisten demokratischen Gesellschaften und in der Wissenschaft weitestgehend Konsens. Das heißt aber nicht, dass Staaten und Menschen auch dementsprechend handeln. Oft ist vielmehr das Gegenteil der Fall. Denn vor dem Handeln kommt die Politik. Und dann wird's kompliziert und oft auch alles andere als logisch.

Deswegen sind für viele Menschen der Begriff Politik und ganz besonders die Berufsbezeichnung PolitikerIn negativ besetzt. Einerseits irgendwie nachvollziehbar, denn Politik, politische Entscheidungen und wie sie getroffen werden, frustrieren oft. Besonders wenn wir von vermeintlich »weichen« Politikfeldern wie Klima- oder Familienpolitik sprechen. Andererseits ist es gefährlich, wenn wir Politik als etwas Schlechtes betrachten und diese Sichtweise und Einstellung bewusst und unbewusst an die nächste Generation, an unsere Kinder, weitergeben.

Denn auch wenn es sich nicht immer danach anfühlt, sind unsere Kinder und viele von uns in ein politisches Paradies hineingeboren worden, denn wir leben in einer stabilen und freien Demokratie. Wir haben ein Grundgesetz, welches uns das Recht auf freie Entfaltung unserer Persönlichkeit, auf körperliche Unversehrtheit, auf Gleichberechtigung, auf Bildung und auf vieles mehr garantiert. Ja, die konkrete Umsetzung dieser Rechte läuft nicht immer bis in jedes Detail perfekt, aber dass wir uns aktiv für eine bessere Umsetzung dieser Rechte einsetzen dürfen, ist auch ein Privileg unserer Demokratie. Und gleichermaßen eine Pflicht. Denn unsere Demokratie lebt davon, dass wir uns für sie einsetzen.

Ich habe fast allen Menschen, mit denen ich für die Recherchen zu diesem Buch gesprochen habe, eine Frage gestellt: Welches deiner Grundrechte würdest du am meisten vermissen, wenn du morgen in einer Diktatur aufwachen würdest? Und mit großem Abstand war die unangefochtene Nummer eins bei den Antworten das Recht der freien Meinungsäußerung. Das Grundrecht, das uns garantiert, dass wir frei denken und frei sprechen dürfen. Und genau deswegen sollte uns besonders daran gelegen sein, dass unsere Kinder von Anfang an lernen, sich eine eigene Meinung zu bilden und diese auch zu vertreten. Das fängt bei uns zu Hause an, geht in Kita und Schule weiter, führt zu Entscheidungen bei Wahlen, im Job, im Ehrenamt. Demokratie lernen unsere Kinder niemals alleine durch

theoretisches Wissen. Erst wenn sie Demokratie fühlen, können sie sie auch verstehen und wertschätzen. Unsere Aufgabe ist es, ihnen die Fähigkeit mitzugeben, Demokratie zu fühlen und zu leben.

Sehr lange haben wir es in Deutschland als selbstverständlich hingegenommen, dass wir in einer solchen Demokratie leben und dass unsere Kinder in sicheren demokratischen Verhältnissen aufwachsen werden. So als hätte uns unsere eigene Geschichte zu besonders aufrechten DemokratInnen gemacht. Und ein Stück weit stimmt das vielleicht sogar. Viele von uns haben aus der Vergangenheit gelernt. Wir haben heute ein besseres politisches Grundgerüst als noch zu Zeiten der Weimarer Demokratie. Wir haben ein wehrhaftes Grundgesetz. Und trotzdem zieht der fast weltweite Rechtsruck nicht einfach an uns vorbei wie Unwetter, vor dessen Blitzen man aus der Ferne erschauert und sich dann in eine warme Decke auf der Couch kuschelt, eine Tasse Tee in der Hand und die wohlige Gewissheit im Bauch, dass einem das Gewitter nichts weiter anhaben kann. Die Unwetter rücken näher und näher, die Donnerschläge werden lauter, und wenn wir nicht aufpassen, werden unsere Kinder irgendwann im Epizentrum des Gewitters stehen und uns fragen, wieso wir das nicht verhindert haben. Denn anders als das Wetter liegt der Zustand unserer Demokratie sehr wohl in unseren Händen.

Wollen wir also unseren Kindern dabei helfen, die Welt zu retten, sollten wir damit anfangen, unsere Demokratie zu retten. Wie sagte schon Winston Churchill? »Die Demokratie ist die schlechteste Staatsform, ausgenommen alle anderen.«

Demokratie führt zu langen Entscheidungsfindungen, sie ist oft umständlich und kompliziert, und doch ist sie die beste Staatsform, die wir unseren Kindern und uns bieten können. Aber eine Demokratie lebt von den Menschen, die sie gestalten. Von Demokratinnen und Demokraten. Und die nächste Generation davon begleiten wir in ihrer Entwicklung und beim Wachsen. Damit liegt eine große Verantwortung in unseren Händen. Und ein großes Privileg.

Dass wir unsere Kinder dabei unterstützen können, aktive DemokratInnen zu werden, ist großartig, und keine Angst, es ist kein Vollzeitjob, für den wir keine Kapazitäten übrig haben. Vielmehr können wir die Wertschätzung und die Erhaltung unserer Demokratie in unseren Alltag einbauen. Wir können vorleben, wir können erklären, und wir können inspirieren. Kleine DemokratInnen backen können wir nicht. Aber wir können unser Möglichstes geben, damit unsere Kinder das Rüstzeug haben, sich eine Welt zu erhalten, in der wir frei und demokratisch leben können. Packen wir's an.

Wie wir im Alltag die Demokratie verteidigen

Der Alltag als Familie ist alles andere als leicht. Wenn man nicht gerade hauptberuflich Politik macht, ist es eine riesige Herausforderung, sich nebenbei auch noch politisch zu engagieren. Aber es muss auch gar nicht immer das klassisch politische Engagement sein. Wir als Familien können Demokratietarbeit in unseren Alltag einbauen und kleine Weichen stellen, die unseren Kindern und uns dabei helfen, unsere demokratische Freiheit zu verteidigen.

Im Folgenden werdet ihr Tipps finden, die sich ganz nebenbei umsetzen lassen, und ihr werdet auch Anregungen finden, die vielleicht mehr Zeitaufwand erfordern. Das Schöne ist, ihr könnt euch aus diesem Angebot einfach die Ideen herauspicken, die in euren Alltag und in euer Leben passen. Und das kann diesen Monat schon wieder ganz anders aussehen als im nächsten. Unsere Leben wandeln sich, unsere Demokratie auch. Zumindest solange sie lebendig bleibt. Und dafür können wir alle zusammen sorgen, jede und jeder im Rahmen ihrer und seiner individuellen Möglichkeiten.

Familienpolitik: Basis für die Demokratie?

Demokratisches Engagement von Familien startet mit einer guten Familienpolitik. Denn gute Familienpolitik gibt Familien Raum, sich demokratisch zu engagieren (und nicht nur irgendwie den Alltag zu überleben). Warum ist das wichtig? Ganz einfach: Mit der

größte Feind der Demokratie ist Politikverdrossenheit. Und zwar bei ganz normalen, Demokratie an sich befürwortenden Bürgerinnen und Bürgern. In meinem politischen Engagement erlebe ich immer wieder, dass gerade Familien mehr und mehr frustriert sind von einer Politik, die ihre Bedürfnisse zwar immer wieder benennt, aber konkret wenig tut, um diese auch zu erfüllen. Deswegen ist der Einsatz für eine bessere Familienpolitik auch ein Einsatz für eine bessere Demokratie. Denn Familien sind die gesellschaftliche Gruppe, die die Gesellschaft zusammenhält. Definieren wir Familie als eine Gemeinschaft, in der mehrere Menschen füreinander Verantwortung tragen, ist es nicht schwer zu erkennen, dass diese Menschen, die sich gegenseitig Halt und Fürsorge geben, wie eine Art Kleber für unsere Gesellschaft sind. Zusammenhalt macht stark. Doch der Umkehrschluss dessen darf nicht sein, dass diese Lebensgemeinschaften deswegen keine Unterstützung benötigen. Je schlechter die äußeren Umstände für Familien sind, desto mehr kommen Familien unter Druck. Vereinbarkeit von Familie und Beruf ist da ein riesiges Feld. Eine Kita-Betreuung, die jeden dritten Tag wegen Personalmangels schon mittags endet, macht eine regelmäßige Erwerbsarbeit fast unmöglich. Berufliche Benachteiligungen wegen »zu vieler« Kindkranktage (die nicht mal reichen, um alle Winter-Infekte abzudecken), genommener Elternzeit, Schwangerschaft – die Liste ließe sich endlos weiterführen. Politik muss gute Bedingungen schaffen, damit Familien funktionieren können, ohne dass ihre Mitglieder dauerhaft ans Limit kommen. Denn wenn er zu großen Belastungen ausgesetzt ist, wird auch der stärkste Kleber irgendwann brüchig.

Was ist eigentlich Familienpolitik?

»Als Familienpolitik bezeichnen wir politische Maßnahmen, die Einfluss auf den Lebenszusammenhang und die Lebensführung von

Familien nehmen bzw. nehmen wollen«, führt Klaus Peter Strohmeier für die Bundeszentrale für politische Bildung aus.¹ Diese Definition zeigt schon, dass wir Familienpolitik nicht auf die Zuständigkeiten des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) beschränken können. Irgendwie auch interessant, dass Senioren, Frauen und Jugend neben den Familien genannt werden, Kinder aber nicht. Wie dem auch sei, aus eigener Erfahrung kann ich berichten, dass Menschen, die sich für familienpolitische Belange einsetzen, zwar immer wieder an das BMFSFJ verwiesen werden, dort aber zu hören bekommen, dass das Ministerium zwar schon irgendwie zuständig sei, aber gar nichts ohne das Ministerium XY machen könne. Und leider stimmt dies meistens. Denn Wohnungsnot bei Familien, die teils katastrophale kindermedizinische Versorgung, strukturelle Benachteiligungen von Menschen mit Fürsorgeverantwortung im Berufsleben, ein veraltetes Ehegattensplitting statt eines fairen Familiensplittings bei der Steuer ... Klar sind das alles politische Maßnahmen, die Einfluss auf den Lebenszusammenhang und die Lebensführung von Familien nehmen. Aber da haben das Bundesministerium für Wohnen, Stadtentwicklung und Bauwesen, das Gesundheitsministerium und das Finanzministerium und andere eben ganz schön viel mitzureden. Deswegen ist es für uns Familien eine der wichtigsten und zugleich größten und schwierigsten Aufgaben, immer wieder klarzumachen, dass Familienpolitik eben kein Gedöns ist. Sondern der wichtigste Nenner, der sich durch alle Politikbereiche zieht. Der Nenner, der unsere Gesellschaft zusammenhält. Denn Familien sind das Fundament unserer Gesellschaft und damit unserer Demokratie. Fühlen sich Familien politisch schlecht vertreten, trifft das die Mitte der Gesellschaft. Und wenn dieser Mitte immer wieder suggeriert wird, dass ihre Probleme nur Gedöns sind und es auf den politischen Agenden erst mal weitaus wichtigere Belange zu bearbeiten gilt, dann löst das Frust aus. So großen politischen Frust, dass er demokratisch gefährlich werden kann.

Ich erlebe es auch immer wieder, dass Familienpolitik sogar in Konkurrenz zu den wichtigeren Politikfeldern wie Wirtschaftspolitik gestellt wird. Dabei ist das völliger Unsinn. Familienpolitik ist Wirtschaftspolitik! Familien sind absolute Leistungsträger, sei es beim Erwerbseinkommen oder bei der gesellschaftlichen Fürsorgearbeit, ohne die systemrelevante Konzepte, wie der Generationenvertrag, also das Rentensystem, überhaupt nicht möglich wären. Die meisten Eltern zum Beispiel zahlen nicht nur über ihre Lohnarbeit in die Rentenkassen ein, sie investieren auch in die Fürsorge und Bildung ihrer Kinder (durchschnittlich kostet ein Kind rund 148 000 Euro bis zum 18. Lebensjahr²), die schließlich die Basis des Rentensystems bilden, indem sie künftige Renten finanzieren. Stellt die Politik den Leistungsträgern Familien schlechte Rahmenbedingungen zur Verfügung (was durch falsche Prioritätensetzung passiert), so trocknet sie ungewollt auch den Boden unserer gesellschaftlichen Verträge aus.

Zwischen Milchstau und Mental Load: Interessenvertretung Familie

Es wäre aber fatal zu sagen, so tickt die Politik halt, da haben wir Familien einfach Pech gehabt. Stattdessen müssen wir immer wieder versuchen, gehört zu werden. Und das ist das Schöne an dieser Demokratie, die wir verteidigen wollen: Sie gibt uns zahlreiche Möglichkeiten dazu.

Dabei müssen wir uns als Familien anderer Mittel bedienen, als es die klassischen Lobbyvertretungen, große Gruppen oder Wirtschaftszweige tun. Denn den Philanthropen, der uns mit den nötigen Millionen ausstattet, um Strukturen für eine professionelle und dauerhafte politische Familienlobby zu schaffen, habe ich zumindest noch nicht finden können. Natürlich haben wir familienpolitische

Organisationen, die sich (teils auch sehr erfolgreich) für einzelne familienpolitische Themen einsetzen. Und das ist auch wichtig und richtig.

Demokratie als Wettbewerb um Wahrnehmung

Aber für das große Brett, für eine bessere Wahrnehmung familienpolitischer Interessen im Politikbetrieb und eine bessere demokratische Teilhabe von Familien kann nicht eine einzelne Organisation oder ein Verband die Verantwortung tragen. Vielmehr müssen wir eine politische Mitmachkultur bei Familien ins Leben rufen, die im Rahmen der individuellen Möglichkeiten und Ressourcen (sei es Zeit, Geld, Gesundheit, Betreuungsmöglichkeiten oder alles zusammen) kleine Räume politischer Teilhabe und vor allem Wahrnehmung schafft, die zusammen flächendeckende Wirkungen ermöglichen. Und für die Schaffung dieser stärkeren Wahrnehmung stehen uns unterschiedliche Gelegenheiten und Werkzeuge zur Verfügung. Die wichtigsten davon schauen wir uns jetzt einmal an.

Fangen wir mit einem echten Demokratie-Klassiker an, den Wahlen.

Wahlen als Familienfest

Als ich klein war, waren Wahltage immer etwas ganz Besonderes. Ich habe meine Eltern jedes Mal ins Wahllokal begleitet und fand es wahnsinnig spannend, dass sie in einer Wahlkabine geheim ihre Stimme abgeben durften. Egal ob Bundestags-, Landtags- oder eine kommunale Wahl: Wahlsonntage waren immer Erlebnisse und hatten etwas Feierliches. Ich habe heute noch konkrete Erinnerungen daran. Wie zum Beispiel, als in meiner Geburtsstadt ein neuer Ober-

bürgermeister gewählt wurde und ich laut und für alle hörbar gefragt habe, ob OBs nicht die Dinger sind, die Mama immer benutzt.

Ja, Kinder haben schon so manches sonst eher farblose Wahlbüro aufgemischt, und das ist auch gut so! Indem wir unseren Kindern beibringen, dass Wahlen etwas ganz Kostbares sind, das wir bewahren, achten, schätzen und feiern müssen, steigern wir die Chancen, kleine Demokraten und Demokratinnen großzuziehen. Schließlich sind Wahlen auch etwas ganz Großartiges! An diesen Tagen können wir mit unserer Stimme mitbestimmen, wer unsere politischen Repräsentanten sind.

Dass wir dieses Privileg der freien Wahl haben, ist alles andere als selbstverständlich. Der Großteil der Menschen auf dieser Welt hat dieses Privileg nicht. Die meisten von uns kennen die eher fragwürdige Methode, Kinder zum Essen zu bewegen, indem man ihnen sagt, dass es in anderen Ländern Kinder gibt, die Hunger haben. Abgesehen davon, dass dem Kind der Brokkoli nach dieser Argumentation nicht besser schmeckt, sollte es uns vielmehr in Fleisch und Blut übergehen, unseren Kindern zu erklären, dass wir in einer Art demokratischen Oase leben. Eine Oase, die nur weiterexistieren kann, wenn wir sie schützen und aktiv mitgestalten.

Wahlparty statt WM-Trauerspiel

Zum Beispiel, indem wir wählen gehen und unsere Kinder mitnehmen. Danach vielleicht Familie oder Freunde einladen, grillen, gemeinsam die Wahlanalysen schauen und so die Wahltag zu echten Feiertagen machen. Eigentlich sollten wir Wahltag so zelebrieren wie Fußballländerspiele der deutschen Mannschaft während großer Turniere. Ein Public Viewing für die ersten Hochrechnungen ist sicher eine spannende Angelegenheit, und das Beste: Auf das Ergebnis bei Bundestagswahlen haben wir als Wählerinnen und Wähler

deutlich mehr Einfluss als auf das Torverhältnis der deutschen Mannschaft. Aber auch ohne Public Viewing gilt: Wenn wir Wahltag zu Feiertagen der Demokratie machen und unsere Kinder aktiv teilhaben lassen, werden sie sich noch lange daran erinnern und etwas Positives damit verbinden.

Und auch schon vor dem Wahltag können wir unsere Kinder einbinden, auch wenn sie selbst nicht wählen dürfen. Hier ein paar Vorschläge:

- » Zusammen für Kinder aufbereitete Wahlberichterstattung anschauen, z. B. logo! (ZDFtivi).
- » Gemeinsam Bücher lesen, die Wahlen erklären.
- » Kinder mit an den Infostand nehmen und Fragen stellen lassen.
- » Wahl spielen: zu Hause geheime Wahlzettel ausfüllen, zum Beispiel auch bei Fragen wie: Wer darf heute das Ausflugsziel aussuchen?
- » Gemeinsam Wahlprogramme der Parteien in leichter Sprache lesen.
- » Einfach mal nachfragen: Was würdet ihr wählen, wenn ihr heute wählen dürftet? Welche Themen sind für euch am wichtigsten?
- » Hochrechnungen gemeinsam anschauen.

Sich gegenseitig Kraft geben

Natürlich ist es bei gewissen Wahlausgängen eher schwierig, Partystimmung aufkommen zu lassen. Dass eine als gesichert rechtsextremistisch eingestufte Partei eine Landtagswahl gewinnen kann, ist nicht gerade ein Stimmungsgarant, zumindest in der Mehrheit der deutschen Wohnzimmer. Aber auch bei solchen Ergebnissen tut es gut, mit Freunden und Familie darüber zu sprechen. Gemein-

sam zu überlegen, wie es dazu kommen konnte und was wir dazu beitragen können, dass die nächsten Wahlen wieder anders aussehen. Nicht alleine zu Hause im Schock erstarren, sondern gemeinsam darüber reden, analysieren und sich gegenseitig Hoffnung geben. Es tut gut, in solchen Situationen von Menschen umgeben zu sein, die dieselben Befürchtungen haben, aber auch dieselben Werte leben wie man selbst. Und ein Satz wie »Jetzt essen wir erst mal zusammen Nachtisch!« tut nach einer Hochrechnung im Zweifel auch besser als das Anschauen der Live-Außenübertragung einer Pizzeria, in der sich Rechtsextreme selbst feiern.

Mit Kindern über extreme Parteien sprechen

Bei den Landtagswahlen im Herbst 2024 schauten unsere Kinder mit uns die Hochrechnungen an, und selbst mein vierjähriger Sohn wollte natürlich wissen, warum Mama und Papa traurig darüber sind, dass der blaue Balken so hoch ist. Es ist schwierig, das einem Vierjährigen zu erklären. Viele unserer und seiner Freunde haben eine Migrationsgeschichte. Wir haben unserem Sohn erklärt, dass die Partei, die für den blauen Balken steht, möchte, dass diese Freunde Deutschland verlassen. Und dass wir dann sehr traurig wären, weil wir sie nicht mehr so oft sehen würden.

Wir haben ihm dabei keine Angst gemacht, sondern erklärt, dass wir in einem Land leben, in dem die Mehrheit der Menschen anders denkt, auch wenn einmal ein blauer Balken hoch ist. Was uns dabei sehr geholfen hat, war, dass wir kurz zuvor das Buch von Larissa Ribeiro *Im Dschungel wird gewählt* gelesen hatten und anhand dieser Geschichte kindgerecht erklären konnten, dass nicht alle Forderungen der einzelnen Parteien auch tatsächlich umgesetzt werden.

Es liegt im Ermessen der Eltern, ab welchem Alter wir konkrete Fragen zu politischen Strömungen beantworten wollen und können. Jedes Kind ist anders, jedes Elternteil auch, und in jedem Haushalt spielt Politik eine andere Rolle. Deswegen kann man hier meines Erachtens keine konkreten Handlungsempfehlungen geben.

Als ich klein war (ich bin Mitte der 1980er-Jahre in Westdeutschland geboren), funktionierte das politische System noch so, dass die Hauptfrage war, welche der (damals noch) Volksparteien CDU/CSU oder SPD die Wahl gewinnen und dann mit der FDP oder später auch mit den Grünen eine Zweier-Koalition bilden würde. Natürlich gab es auch damals Rechtsextremismus, aber er spielte in den Parlamenten keine annähernd so große Rolle, wie es heute der Fall ist.

Ich weiß noch, wie schockiert ich war, als ich das erste Mal als Sachverständige im Familienausschuss des Deutschen Bundestags gesprochen habe und die AfD-Abgeordnete Beatrix von Storch wirklich alles versucht hat, um diese wichtige Anhörung (um die ich lange gekämpft hatte) mit Geschrei, schlimmsten Beleidigungen und Gepöbel zu stören, sodass die eigentliche Sache, die Verbesserung der rechtlichen Situation von Frauen nach Fehlgeburten, zeitweise in den Hintergrund rückte. Dieses Erlebnis hat mir noch einmal eindrücklich klargemacht, wie gefährlich es ist, wenn extreme Parteien in demokratischen Institutionen sitzen und dort versuchen, das Funktionieren von demokratischer Arbeit unmöglich zu machen.

Auch deswegen ist es mir persönlich wichtig, meinen (noch kleinen) Kindern auf solche Fragen wie die nach dem blauen Balken zu antworten. Nicht in der vollen Komplexität, aber so, dass sie den Kern verstehen können. Das ist meine beziehungsweise unsere individuelle Entscheidung, die alle Eltern kleiner Kinder für sich selbst treffen müssen. Je größer die Kinder, desto weniger lässt es sich so oder so vermeiden, denn in unserer aktuellen Realität spielen extreme Parteien eine immer größere Rolle. Deswegen müssen wir

unsere Kinder für diese Realität rüsten. Viele Tipps dazu findet ihr auch im Social-Media-Kapitel.

Politische Veranstaltungen für uns nutzen

Ein großes Problem, wenn es um die Wahrnehmung von Familienpolitik als relevantes Politikfeld geht, ist die Resonanz. Ein Beispiel: Bundespolitikerinnen und -politiker nehmen neben ihrer Arbeit im Bundestag auch Termine in ihren Wahlkreisen wahr. Hier haben sie »ein Ohr direkt bei der Bürgerin und beim Bürger«, wie sie selbst nicht müde werden zu sagen. Gerade weil ihnen dieser Austausch sehr wichtig ist und sein muss, schauen sie natürlich ganz besonders darauf, welche Veranstaltungen gut besucht sind und welche nicht. Kleiner Spoiler: Die zur Familienpolitik sind es meist nicht.

Ein Beispiel aus dem letzten Landtagswahlkampf in Bayern. In unserem Wahlkreis waren die Veranstaltungen zu Themen wie »Vorsorgevollmacht leicht gemacht« und »Trickbetrug – wie kann ich mich schützen?« der Renner! Volles Haus garantiert. Klar kann man jetzt sagen, dass Rentnerinnen und Rentner einfach viel Zeit haben, um Veranstaltungen zu besuchen. Und ja, diese Abende werden oft auch besonders gut beworben, da die Gruppe der Menschen ab 70 Jahren die größte Wählergruppe und somit natürlich vor Wahlen für Parteien ganz besonders spannend ist.

Zur Wahrheit gehört aber auch, dass eine Veranstaltung derselben Partei im Wahlkreis zum Thema »Familie – Who cares?« kaum besucht war. Auch hier kann man sagen, Eltern haben einfach kaum Zeit, vielleicht keinen Babysitter und oftmals keine Energie, um abends noch mal rauszugehen, um ihre meist sehr spärliche Freizeit mit politischen Veranstaltungen zu verbringen. Das ist total nachvollziehbar, und als politisch sehr engagierter Mensch mit zwei

kleinen Kindern weiß ich, wie viel es verlangt ist, »mal eben so« einen solchen Termin wahrzunehmen. »Mal eben so« geht da gar nichts.

Und dennoch: Sind Veranstaltungen zu Familienpolitik regelmäßig schlecht besucht, macht das auf die Politikerinnen und Politiker vor Ort den Eindruck, dass es hier eben nicht so brennt. Natürlich wissen sie auch, dass Eltern weniger Zeit haben, aber der Eindruck eines fast leeren Raums bleibt trotzdem der Eindruck eines fast leeren Raums. Klar sprechen Politiktreibende lieber vor vollen Rängen und erreichen viele Menschen. Seien wir mal ehrlich: Niemand freut sich, wenn auf die eigene Geburtstagsparty kaum Gäste kommen. Nicht ganz so, aber doch so ähnlich geht es auch einer Politikerin, die über Familienpolitik sprechen will, und kaum jemand folgt der Einladung.

Denn auch wenn dieses »nah am Bürger sein«, von dem Politikerinnen und Politiker in einer Tour sprechen, irgendwie abgedroschen klingt – es ist einfach so wichtig, dass wir als Bürgerinnen und Bürger Chancen, mit unseren Volksvertreterinnen und Vertretern zu sprechen, auch wahrnehmen. Meine ganz persönliche Erfahrung ist, dass die meisten Abgeordneten, wenn man ihnen im Gespräch einen Missstand schlüssig erklären kann, auch zuhören und, wenn sie einen Handlungsbedarf erkennen, durchaus aktiv werden. Dass ich mit meiner Gesetzesinitiative für einen gestaffelten Mutterschutz nach Fehlgeburten so weit gekommen bin, liegt nicht nur an der Petition, die ich gestartet habe. Die meisten Steine ins Rollen gebracht haben persönliche Gespräche, die ich mit PolitikerInnen geführt habe. Wenn nun regelmäßig viele Menschen viele PolitikerInnen auf Veranstaltungen zu familienpolitischen Themen ansprechen, kommen viele kleine Steine ins Rollen, die gemeinsam das Potenzial haben, eine Lawine auszulösen. Und klar, nicht jede Politikerin und jeder Politiker wird nach einem Gespräch mit euch sofort aktiv werden, und ja, es gibt auch VolksvertreterInnen, die Familienpolitik nach wie vor als Gedöns sehen. Aber gerade diese PolitikerInnen sollten

so oft wie möglich mit den Anliegen von Familien konfrontiert werden. Und wenn ihr merken solltet, dass ein Politiker oder eine Politikerin nicht auf euch eingeht, kein Problem: Das Gute an unserer Demokratie ist ja, dass wir nicht nur einen Machthaber haben, sondern sehr viele VolksvertreterInnen. Kommt man bei einem nicht durch, kann man die nächste Veranstaltung der nächsten Partei nutzen, um auf familienpolitische Themen aufmerksam zu machen.

Und natürlich macht es auch Sinn, nicht nur auf die familienpolitischen Veranstaltungen der Parteien zu gehen, sondern auch auf welche zu anderen Themen und dort explizit Familienthemen anzubringen. Fast immer gibt es zum Ende der Veranstaltungen offene Fragerunden, die ihr dafür nutzen könnt. Warum nicht einmal bei einer Veranstaltung zur Energiesicherheit danach fragen, wie es denn mit der Betreuungssicherheit aussieht? Es ist wichtig, dass wir im Winter KITAS heizen können, aber das bringt uns nicht sehr viel, wenn es keine ErzieherInnen gibt, die dort Kinder betreuen können. Und damit auch weniger Fachkräfte, die Vollzeit arbeiten und Energiesicherheit sicherstellen können. Denn im Endeffekt beruht fast jedes Politikfeld auf einer funktionierenden Familienpolitik. Diesen Aspekt können wir gar nicht oft genug anbringen. Deswegen ist es so wichtig, dass wir als Familien in der Politik präsent sind, eben auch vor Ort bei lokalen Veranstaltungen. Egal, ob ihr die große Bundesfamilienpolitik anspricht oder konkrete kommunale Anliegen (Bau eines neuen Spielplatzes, LehrerInnenmangel an der örtlichen Grundschule usw.), entscheidend ist, *dass* ihr es anspricht. Egal ob auf dem Land oder in Großstädten: Dass Familien Präsenz zeigen, ist so wichtig! Ihr müsst nicht auf jede politische Veranstaltung in eurer Nähe gehen, das ist nicht nur unrealistisch, sondern auf Dauer auch ziemlich frustrierend, aber vielleicht könnt ihr euch ein Ziel setzen, das zu euren Lebensumständen passt. Einmal im Monat, einmal im Quartal, einmal zu jeder bevorstehenden Wahl usw.

Tipp: Tut euch mit anderen zusammen und wechselt euch ab

- » Nutzt bestehende Whatsapp-Gruppen mit Eltern aus Kita oder Schule oder Elternbeirat, um auf politische Veranstaltungen hinzuweisen und zu organisieren, damit immer mindestens ein Sprecher oder eine Sprecherin dort ist und eure Interessen vertritt.
- » Familien bestehen nicht nur aus Eltern und Kindern: Bittet Großeltern, Paten, Freunde etc., auf familienpolitische Veranstaltungen zu gehen und eure Interessen dort zu vertreten.
- » Bittet die Ortsvereine der ansässigen Parteien, Veranstaltungen auch hybrid anzubieten, sodass es für Eltern oder pflegende Angehörige leichter ist teilzunehmen, oder fragt nach, ob ihr eure Fragen schriftlich einreichen könnt und ebenso eine Antwort erhaltet.
- » Fragt bei den Ortsvereinen nach, ob Veranstaltungen zu familienfreundlichen Zeiten möglich sind und ob es eine Kinderbetreuung gibt. Bei vielen Parteien gibt es das nicht, aber je mehr danach gefragt wird, umso mehr wird eine Notwendigkeit erkannt.

Demokratie innerhalb der Familie leben

Demokratie innerhalb der Familie leben heißt nicht nur, Wahlen zu zelebrieren und Kinder auf friedliche Demos mitzunehmen. Wenn wir vorleben wollen, dass jede und jeder eine Stimme hat, Lösungen ausgehandelt und Kompromisse gefunden werden, sollten wir das

auch bei innerfamiliären Entscheidungen berücksichtigen. Natürlich innerhalb eines gewissen Rahmens. Demokratie heißt nicht, dass totale Mitbestimmung möglich ist. Es gibt ja auch keine Volksabstimmungen darüber, dass alle Steuern abgeschafft werden müssen.

Genauso heißt das nicht, dass Kinder Eltern in jeder Frage überstimmen dürfen sollten. Bei Minusgraden lässt es sich schlecht in Flip-Flops durch die Straßen ziehen, und es muss auch nicht jede Familie einen Kredit aufnehmen, weil die Kinder gerne dreimal im Jahr ins Disneyland fahren wollen. Trotzdem gibt es viele Entscheidungen, die das Familienleben oder die Kinderinteressen ganz individuell betreffen, die nicht hierarchisch getroffen werden müssen.

Familienrat - ein demokratisches Ritual für zu Hause

Eine Möglichkeit, Kinder an demokratische Prozesse heranzuführen und familiäre Entscheidungen bewusst demokratisch zu treffen, ist der Familienrat oder die Familienkonferenz, das Familienmeeting ... wie auch immer ihr es nennt.

Der Familienrat kann einmal die Woche tagen, einmal im Monat, alle sechs Wochen oder in einem Rhythmus, der euch passt. Auch anlassbezogen ist natürlich möglich. Es ist euer Rat, es sind eure Regeln. Allerdings ist es sinnvoll, gewisse Grundsätze zu beachten.

Tipp: So kann der Familienrat gelingen

- » **Es muss um etwas gehen:** Wichtig ist, dass im Familienrat auch wirklich etwas Relevantes entschieden wird, ansonsten werden die Familienmitglieder ihn nicht ernst nehmen.