



**Diskrepanz:** Die Gesellschaft wie auch die Frauen selbst nehmen die Leistungen von Müttern oft als selbstverständlich hin. FOTO: PIXABAY

# Ein unbezahlbarer Job

Mütterkurs findet am 9. Januar in der Familienbildungsstätte Niebüll statt

Von Wolfgang Pustal

**NIEBÜLL** Der Job, den eine Mutter leistet, ist unbezahlbar – leider auch im wahrsten Sinne des Wortes. Die Folge: Die Gesellschaft wie auch die Frauen selbst nehmen ihre Leistungen oft als selbstverständlich hin. „Mütter selbst sagen oft selbst von sich, 'Ich bin ja nur zu Hause'. Dabei wissen wir alle doch, wie viel Einsatz und Engagement so ein Mutterjob mit sich bringt“, weiß es Ilka Marten aus eigener Erfahrung.

## Unbedingt ändern

Die Hebamme – in diesem Fall aber eher die Mutter – will dies unbedingt ändern. Mit dem Abend „Stell Dein Licht auf den Scheffel“ bietet sie jeder Mutter die Möglichkeit, sich ihres Wertes wieder bewusst zu werden. „An diesem Abend geht es weniger um die Tätigkeiten, die täglich zu bewältigen sind, vielmehr geht es darum, mit wie viel Selbstliebe schau ich auf mich, anstatt kritisch auf mich zu bli-



**Kursleiterin Ilka Marten ist Hebamme.** FOTO: WOLFGANG PUSTAL

cken, wenn ich etwas nicht zu 100 Prozent erledigt habe. Nur wenn wir uns unseres Wertes bewusst sind, setzt Zufriedenheit ein“, ist sich Ilka Marten sicher.

Bei der Vorbereitung ihres ersten Abends für Mütter im Oktober dachte sie an den Spruch „Stell Dein Licht nicht unter den Scheffel“. Sie musste erst einmal googeln, was ein Scheffel ist – eigentlich ein

altes Hohlmaß für das Messen von Getreide. Es ist aber auch ein Synonym für einen Wert. Anschließend ersteigerte Ilka Marten bei einer Auktionsplattform im Internet sogar ein altes Scheffel und konnte so in ihrem Kurs das Licht auf den Scheffel stellen.

## Unbedingt weitermachen

Am Ende des Abends waren die acht Mütter so zufrieden und erfüllt, dass sie ihre Leiterinnen bitten, doch bitte weiterzumachen, einen weiteren Kurs anzubieten.

Der findet gleich im neuen Jahr am Donnerstag, 9. Januar, von 19.30 bis 21 Uhr, im Haus der Familie in Niebüll statt.

## Eigenlob ist nicht einfach

„Am Ende des Abends zündete jeder sein Teelicht an und sollte sagen, was ihn ausmacht. Das dauerte ein wenig, denn wir haben alle Probleme, uns selbst zu loben“, ist die Fortsetzung dieses Mütterabends – für sie

eine richtige Herzensangelegenheit. „So wie in dem Spruch: Deine einzige Pflicht ist es, Dich glücklich zu machen. Bist Du glücklich, kannst Du auch andere glücklich machen.“

Anmeldungen bei Ilka Marten unter der Telefonnummer 04661 7830 1356 oder in der Familienbildungsstätte, Telefon: 04661/9014110, von Montag bis Donnerstag von 9 bis 12 Uhr (oder Anrufbeantworter).

## 2,5 VOLLZEIT-JOBS

In einer amerikanischen Studie (Saftmarke Welch's) kam nun heraus, dass eine Mutter im Schnitt um 6:32 Uhr morgens aufsteht und mit ihrer Arbeit um 20:31 Uhr fertig ist. Pausen während dieser 14-Stunden-Schicht? Fehlanzeige. Bedenkt man, dass es sich beim Mama-Dasein nicht um einen „Montag bis Freitag“-Job handelt, sondern man sieben Tage die Woche im Einsatz ist, beläuft sich die Arbeitszeit am Ende auf 98 Stunden die Woche – das ganze Jahr über. Das entspricht so viel wie zweieinhalb Vollzeit-Jobs.