

Machen wir's fair –



KURZ &  
EINFACH  
ERKLÄRT

unser Leben mit  
Job und Familie

## Inhalt

Vorwort	5
1. Was sind meine eigenen Vorstellungen?	6
1.1 Möglichkeiten, die Arbeit aufzuteilen: Verzichten, Steigern, Teilen, Abwechseln	7
1.2 Wo findest du dich wieder?	11
2. Wie bringen wir unsere Vorstellungen als Paar gut zusammen?	12
2.1 Was wollen wir besprechen?	12
2.2 Ein Beispiel: Aufgabenteilung im Haushalt	13
3. Wie sprechen wir über unsere Vorstellungen?	14
3.1 Tipps für gute Gespräche mit dem Partner oder der Partnerin	14
3.2 Tipps für gute Gespräche mit dem Chef oder der Chefin	15
Wenige Worte zum Schluss	16
Im Gespräch: So kann eine faire Aufgabenteilung gelingen	17



### Den Text für diese Broschüre hat geschrieben:

Nils Seiler. Er ist Vater eines Sohnes und er gibt Seminare für Eltern zum Thema Familie und Beruf.

[www.eltern-und-beruf.de](http://www.eltern-und-beruf.de)



## Vorwort

Viele junge Paare wünschen sich beides:  
Eine Familie zu haben und arbeiten zu gehen.  
Sie wollen alle Aufgaben gerecht aufteilen:  
Im Beruf, im Haushalt und im Familienleben.

Manche Dinge sind leichter geworden.  
Zum Beispiel seit es Elterngeld, mehr Kita-Plätzen für Kleinkinder  
und flexible Arbeitszeiten gibt. Trotzdem klappt eine gerechte Auf-  
teilung oft immer noch nicht.  
Häufig liegt das daran, dass viele junge Paare nicht genau wissen,  
welche Möglichkeiten sie haben. Oder die Paare haben über ihre  
Wünsche nicht ausreichend miteinander gesprochen.

Deshalb ist es wichtig, dass sich die Paare frühzeitig darüber  
austauschen:

- Was ist uns wichtig?
- Auf was können wir verzichten und auf was nicht?
- Wie möchten wir als Familie leben?
- Wie können wir die Arbeit in Beruf, Haushalt und Familie gerecht aufteilen?

Um diese und noch mehr Fragen geht es in dieser Broschüre.  
Die Fragen, Beispiele und Tipps sollen dabei helfen, miteinander ins  
Gespräch zu kommen.

Sie sollen einen Anstoß geben, zu überlegen und auszusprechen:  
So kann ein guter Plan aussehen, mit dem alle zufrieden sind.

Viel Spaß beim Lesen und gute Ideen wünschen:

Rainer Heller  
Bürgermeister Stadt Detmold

Silke Quentmeier  
Netzwerk Wiedereinstieg Lippe

## 1. Was sind meine eigenen Vorstellungen?

Wenn ein Kind in die Beziehung kommt, dann kommt ein Vollzeitjob hinzu. Das Familien- und Arbeitsleben ändert sich oft stärker als gedacht. Deshalb müssen wir uns genau und frühzeitig überlegen, wie eine Aufgabenteilung aussehen könnte. Und welche Vorstellungen ich selbst davon habe.

### 1.2 Möglichkeiten, die Aufgaben aufzuteilen

Für die Aufgabenteilung gibt es verschiedene Möglichkeiten. Wir haben 4 Möglichkeiten unterschieden, die sich aber häufig auch mischen:

#### Möglichkeit 1: **Verzichten**

Ein Elternteil arbeitet in Vollzeit und verdient das Geld. Der andere Elternteil **verzichtet** ganz oder teilweise auf seine Arbeit und kümmert sich um Haushalt und Familie.

#### Möglichkeit 2: **Steigern**

Beide Elternteile arbeiten in Vollzeit und kümmern sich um Haushalt und Kinder „oben drauf“. Damit das klappt, versuchen beide Elternteile ihren Arbeitseinsatz zu **steigern**.

#### Möglichkeit 3: **Teilen**

Beide Elternteile arbeiten gleich viel in Teilzeit und **teilen** sich die Arbeit in Haushalt und Familie gerecht auf.

#### Möglichkeit 4: **Abwechseln**

Beide Elternteile wechseln sich in der Arbeitsteilung Beruf und Familie ab – je nach **Lebensphase** und Bedürfnissen.

Auf den nächsten Seiten gehen wir genauer auf die Möglichkeiten ein. Wir stellen Fragen dazu und geben Tipps.

## Möglichkeit 1: **Verzichten**

Ein Elternteil (meist die Frau) verzichtet ganz oder teilweise auf den Job und kümmert sich um Haushalt und Familie. Der andere Elternteil (meist der Mann) arbeitet in Vollzeit, verdient das Geld und verzichtet auf Zeit mit der Familie und Freunden.

#### **Wichtige Fragen:**

- >> Worauf kann ich verzichten – ohne dauerhaft unzufrieden zu sein?
- >> Wird meine unbezahlte Arbeit in Familie und Haushalt genug wertgeschätzt?
- >> Wie plane ich den Wiedereinstieg in den Job nach längerer Pause?
- >> Wie sichere ich mich im Alter ab?

#### **Tipps:**

- >> Sprecht über alles, was euch wichtig ist. Sagt ehrlich, auf was ihr nicht verzichten könnt.
- >> Erkennt die Arbeit im Haushalt und Kindererziehung an. Denn sie wird nicht bezahlt.
- >> Sprecht über Geld und Altersvorsorge. Vor allem über den Ausgleich für den Elternteil, der weniger verdient und deshalb später weniger Rente bekommt.



## Möglichkeit 2: Steigern

Hierbei steigern oder erhöhen beide Elternteile ihren Arbeitseinsatz. Das heißt: Beide Elternteile arbeiten gleich viel im Beruf und versorgen Kinder und Haushalt „oben drauf“. Da der Tag nur 24 Stunden hat, bedeutet das oftmals Mehrarbeit und weniger Schlaf. Weitere Hilfen können ein Babysitter oder eine Haushaltshilfe sein. Diesen hohen Arbeitseinsatz müssen auch Alleinerziehende leisten, wenn Ihnen Unterstützung fehlt.

### Wichtige Fragen:

- >> Wo kann ich Zeit sinnvoll einsparen?
- >> Wann und wo stoße ich an meine körperlichen und seelischen Grenzen?

### Tipps:

- >> Schaut, wo eure Grenzen liegen und wann ihr erschöpft seid. Ausreichend Schlaf und Pausen sind wichtig. Ansonsten leidet eure Gesundheit.
- >> Trefft gute Absprachen über eure Aufgaben. Ein gemeinsamer Familienkalender kann helfen, Termine besser im Blick zu behalten.
- >> Wer kann euch helfen, wenn der Stress zu groß wird? Zum Beispiel Eltern, Freunde, Nachbarn, Kollegen, das Jobcenter oder eine Beratung.
- >> Versuche gelassen zu bleiben: Mit dir, deinen Kindern und in der Beziehung. Es muss nicht immer perfekt laufen. Gut ist oft gut genug.

## Möglichkeit 3: Teilen

Hier geht es um eine gerechte Arbeitsteilung im Job, Haushalt und Familie. Beide Elternteile arbeiten in Teilzeit und kümmern sich gleich viel um Haushalt und die Familie.

Der Schwerpunkt liegt auf Zeit mit der Familie. Dafür werden Kompromisse bei der Karriere gemacht.

### Wichtige Fragen:

- >> Was bedeutet „gerechte“ Arbeitsteilung für uns? Ist unsere jetzige Arbeitsteilung gerecht? Falls nein: Was möchten wir ändern?
- >> Wo ist jeder von uns bereit, Kompromisse zu machen?

### Tipps:

- >> Findet einen Tag in der Woche oder im Monat, an dem ihr über eure Aufgaben redet. Bindet eure Kinder mit ein und überlegt, wo sie mithelfen können.
- >> Schaut eher auf Gemeinsamkeiten als auf Unterschiede. Gemeinsame Werte und Ziele verbinden euch.
- >> Seid bereit für andere Sichtweisen und Kompromisse. Menschen sind unterschiedlich und arbeiten verschieden.
- >> Überprüft eure Rollenbilder: Männer können sich genauso gut um Haushalt und Kinder kümmern wie Frauen.



## Möglichkeit 4: Abwechsleln

Hier geht es um die Frage: In welcher Lebensphase befindest du dich gerade?

Zum Beispiel: Du bist schwanger? Oder du hast schon ältere Kinder? Du kannst bald deinen Meister-Abschluss machen? Oder du bist gerade auf Arbeitssuche?

Deine Wünsche und Bedürfnisse unterscheiden sich je nach Alter, Familienstand, Arbeit und Gesundheit. Je nach Lebensphase wechseln sich beide Elternteile in der Arbeitsteilung ab.

### Wichtige Fragen:

- >> Was wünschst du dir jetzt? Was brauchst du, damit es dir und deiner Familie gut geht?
- >> Wie stellst du dir dein und euer Leben nach der Geburt vor? Oder nach der Elternzeit? Oder in 5 Jahren?

### Tipps:

- >> Alles hat seine Zeit. Stell dir das Leben bildlich als Wippe vor: Mal hat die Arbeit Übergewicht, mal die Familie. Mal hat der eine Elternteil bessere Chancen im Berufsleben, mal der andere.
- >> Denke auch an die nächsten Monate und Jahre: Was du heute entscheidest, hat vielleicht Auswirkungen für längere Zeit.  
Zum Beispiel die Entscheidungen:  
Wie viele Elterngeldmonate nehmen wir?  
Wann steige ich wieder in den Job ein?  
Lohnt es sich und habe ich die Kraft, um meinen Meister zu machen?
- >> Wünsche und Entscheidungen gelten nicht für immer und ewig. Wenn einer unzufrieden ist, können Vereinbarungen jederzeit neu besprochen und verhandelt werden.

## 1.2 Wo findest du dich wieder?

Welche Möglichkeit hat dich am meisten angesprochen? Kommen dir Fragen bekannt vor? Überrascht dich etwas? Bei der Wahl der Möglichkeiten gibt es kein „Richtig“ oder „Falsch“ – solange sich beide Partner einig und zufrieden sind. Oft mischen sich auch die verschiedenen Möglichkeiten zu einem eigenen Lebensplan.

Die Beispiele, Fragen und Tipps sollen dir und euch dabei helfen **herauszufinden**:

### Für dich selbst:

- Wo finde ich mich wieder?
- Was sind meine Vorstellungen?
- Möchte ich etwas ändern? Was kann ich dafür tun?
- Was wünsche ich mir von meiner Partnerin / meinem Partner?

### Für euch als Paar:

- Wo stehen wir als Paar?
- Was sind unsere gemeinsamen Vorstellungen?
- Haben wir uns ausreichend darüber ausgetauscht?

Auf den nächsten Seiten geht es darum, wie du deine Vorstellungen gut mit deiner Partnerin/deinem Partner zusammenbringen und besprechen kannst.



## 2. Wie bringen wir unsere Vorstellungen als Paar gut zusammen?

Die vorherigen Kapitel haben dir dabei geholfen zu erkennen:  
Wo stehe ich? Was sind meine Vorstellungen?

Jetzt kommt der nächste Schritt:  
Wie kann ich meine Vorstellungen gut mit meinem Partner / meiner Partnerin besprechen.  
Und wie können wir gemeinsam eine Vereinbarung treffen und einen Plan aufstellen?

Geht dabei in 2 Schritten vor und überlegt:  
**WAS** wollen wir besprechen?  
Und im nächsten Kapitel:  
**WIE** sprechen wir miteinander?

### 2.1 WAS WOLLEN WIR BESPRECHEN?

Über den **Beruf** / die **Ausbildung**:

- Wie viel wollen oder müssen wir arbeiten?  
Was wollen wir im Beruf erreichen?
- Gibt es besondere Arbeitsphasen wie zum Beispiel Abgabetermine oder Dienstreisen?

Über das **Geld**:

- Für was möchten wir Geld ausgeben?
- Haben wir beide genug Geld im Alter?
- Wollen wir ein gemeinsames Konto führen oder getrennt?

Über **uns als Paar**:

- Haben wir noch genug Zeit für uns als Paar – ohne Kinder?
- Wie können wir uns in stressigen Zeiten helfen und den Rücken freihalten?

Über die **Kinder**:

- Wie möchten wir unsere Kinder erziehen?  
Was möchten wir ihnen fürs Leben mitgeben?
- Wie möchten wir die Kinderbetreuung aufteilen?  
Gibt es Unterstützung von außen?

Über die **Freizeit**:

- Wer braucht wie viel Zeit für seine Hobbys?
- Finden wir Kompromisse, damit wir beide zum Zuge kommen?

Über den **Haushalt**:

- Wie wollen wir die Aufgaben verteilen?  
Hilft uns ein Putz- und Einkaufsplan?
- Wollen wir einen Familienkalender einführen?

## 2.2 Ein Beispiel: Aufgabenteilung im Haushalt

Hier kommt ein Beispiel für eine Vereinbarung zur Aufgabenteilung im Haushalt:

Verschafft euch zuerst eine **Übersicht**:

- Wer macht was und wie oft im Haushalt?
- Wie viel Zeit braucht ihr für eure Aufgaben?

Fragt euch dann: Wie können wir die Aufgaben (besser) aufteilen?

Zum Beispiel:

- Nach **Zeit**: Wer mehr Zeit hat, macht auch mehr.
- Nach **Bereichen**: Zum Beispiel die Bereiche Technik, Garten, Wäsche oder Küche.
- Nach **Vorlieben**: Die Arbeit fällt leichter, wenn man etwas gerne macht.
- Nach **Können**: Das ist einfacher und geht schneller.

**Tipps:**

>> **Wechselt die Aufgaben!**

Das bringt Abwechslung und man lernt die Aufgaben des anderen besser kennen.

>> **Habt alle Aufgaben im Blick!**

Oft sieht man eher die Arbeiten im Haus (z.B. Putzen oder Kochen) als draußen (z.B. Auto tanken, Keller aufräumen, Rasen mähen). Auch sehen wir weniger die Aufgaben, die wir seltener tun (z.B. Geschenke kaufen, Schrank aufbauen, Knopf annähen, Urlaub buchen).

>> **Akzeptiert andere Arbeitsweisen!**

Auch wenn es schwer fällt: Es gibt unterschiedliche Ansprüche (z.B. an Sauberkeit oder wie die Spülmaschine eingeräumt wird).

>> **Nehmt gegenseitig Rücksicht!**

Zum Beispiel auf die Tagesform und Gesundheit des anderen. Führt keine Strichlisten! Spart mit Vorwürfen und erhobenen Zeigefingern, verteilt lieber viel Lob.

>> **Bringt Spaß in den Haushalt!**

Hört laut Musik und erleichtert euch die Arbeit mit guten Haushaltsgeräten.



## 3. Wie sprechen wir über unsere Vorstellungen?

Gute Vereinbarungen zu treffen hat viel damit zu tun, wie man miteinander redet.

Hier stehen Tipps, wie man als Paar und im Job erfolgreich über die eigenen Vorstellungen sprechen kann.

### 3.1 Tipps für gute Gespräche mit dem Partner oder der Partnerin

Vor dem Gespräch:

- Schafft eine **entspannte Stimmung**:

Wann und wo passt es gut? Zum Beispiel bei einem Spaziergang oder beim Essen.

- Überlegt vorher: Wo stehe ich? Was ist mir besonders wichtig zu sagen?

Finde mögliche Antworten und Lösungen.

Im Gespräch

- Geht **offen** ins Gespräch:
    - Sucht immer nach **Gemeinsamkeiten** statt nach Unterschieden.
    - Seid offen für Kompromisse.
    - Findet Lösungen statt Probleme.
    - Sagt nicht Ja aus (falscher) Höflichkeit oder Angst vor Ablehnung.
  - Schreibt **Ergebnisse** auf. Dann vergesst ihr später nichts. Und etwas „schwarz auf weiß“ festzuhalten ist für beide Seiten sicherer!
  - Bedenkt eure Situation **heute und später**:
    - Wie geht es euch jetzt, wie in 5 Jahren oder noch später?
    - Überlegt, wie lange eine Vereinbarung gelten kann.
    - Zum Beispiel bis zum Wiedereinstieg in den Beruf oder versuchsweise einen Monat.
    - Ihr könnt die Vereinbarung jederzeit ändern.
  - Bezieht **Dritte** mit ein, zum Beispiel:
    - Kinder oder Großeltern, die zu pflegen sind
    - Freunde, Kollegen, Haushaltshilfe oder Babysitter, die euch unterstützen können
    - Beratungsstellen (zu Elterngeld, Wiedereinstieg oder bei Streit)
- Tipp: Geht immer **gemeinsam** in Beratungsgespräche!

Nach dem Gespräch:

- **Bleibt im Gespräch.**  
Wenn es Wünsche für Änderungen gibt, sprecht sie direkt an.

### 3.2 Tipps für Gespräche mit dem Chef oder der Chefin

- Plane den Termin mit genug Vorlaufzeit ein.
- Sage deinem Chef / deiner Chefin vorher, worum es geht. Dann können sich beide Parteien besser vorbereiten.
- Bereite dich gut auf das Gespräch vor. Bringe Lösungsideen zu deinen Wünschen und Problemen mit.
- Trage deine Wünsche selbstbewusst vor.
- Treffe keine wichtigen Entscheidungen unter Zeitdruck. Erbitte dir Bedenkzeit.
- Halte die Ergebnisse schriftlich fest. Dann bist du in Streitfällen abgesichert.

#### Checkliste für die Elternzeit:

- **Mit der Schwangerschaft:**  
Informiere deinen Chef oder deine Chefin.  
Stelle die nötigen Anträge, zum Beispiel auf Elternzeit.
- **Vor der Elternzeit:**  
Sprich darüber, wie und an wen du deine Arbeit übergibst.
- **In der Elternzeit:** Halte den Kontakt zur Arbeit.  
Erkläre, ob und wie du während der Elternzeit erreichbar bist.  
Vielleicht kannst du dich auch weiterbilden.  
Wenn du studierst: Kläre deine Urlaubssemester und Prüfungsleistungen.
- **Vor dem Wiedereinstieg:**  
Sprich über deine Rückkehr. Frage, welche Möglichkeiten es gibt.  
Zum Beispiel, ob du in Teilzeit zurückkehren kannst.  
Oder ob du einen oder mehrere Tage von zu Hause aus arbeiten kannst.



## Wenige Worte zum Schluss

Es gibt kein Richtig oder Falsch, um Familie, Haushalt und Beruf unter einen Hut zu bringen. Wichtig ist, dass sich beide Partner einig sind und zufrieden. Für Mütter und Väter konnte der Text hoffentlich neue Ideen bringen, um Dinge zu ändern. Werdende Eltern haben die Chance, noch vor der Geburt über ihre privaten und beruflichen Wünsche zu reden.

Am Anfang ist wichtig: Mache dir deine eigenen Wünsche bewusst. Dann besprich sie mit deiner Partnerin oder deinem Partner: Welche gemeinsamen Vorstellungen habt ihr? Wie möchtet ihr sie umsetzen? Wie könnt ihr gut darüber sprechen?

Reden ist nicht Machen! Füllt eure Ideen mit Leben. Dafür braucht es Mut. Nur wer etwas ausprobiert, kann gute Erfahrungen sammeln. Und nur wer nachfragt, kann ins Gespräch kommen. Zum Beispiel: Väter, die in Elternzeit gegangen sind, wünschen sich oft beim nächsten Kind mehr Monate zu Hause mit dem Baby. Und: Paare, die sich ihre Arbeit fair aufteilen, sind meist zufriedener.

Egal, wie ihr euch entscheidet:  
Redet immer miteinander und nehmt aufeinander Rücksicht!  
Viel Erfolg und gute Gespräche!

### Im Gespräch: So kann eine faire Aufgabenteilung gelingen

Silke Quentmeier von „FAIR – Frau und Arbeit in der Region“, Detmold hat ein Interview mit Judith und Gunnar aus Lemgo geführt.

Darin fragt Silke die Eltern Judith und Gunnar zum Beispiel:

- Wie sie ihre Aufgaben in Beruf und Familie aufgeteilt haben.
- Was für ihre Planung wichtig war.
- Und wie zufrieden sie damit sind.

Judith ist 35 Jahre alt. Sie arbeitet als Leiterin in einer Apotheke. Gunnar ist 43 Jahre alt. Er arbeitet als Computer-Fachmann in einer Firma.

Tochter Lotte ist 4 Jahre alt und beim Interview auch dabei.

Die Personen Judith, Gunnar und Lotte gibt es wirklich, nur ihre Namen sind geändert.

## Frage 1 von Silke: Wie habt ihr eure Aufgaben in Beruf und Familie aufgeteilt?

### Judith:

Nach der Geburt von Lotte habe ich **5 Monate volle Elternzeit** genommen.

Das heißt: Ich habe in den 5 Monaten gar nicht gearbeitet und Lotte zu Hause betreut.

Nach den 5 Monaten hatten wir so weitergeplant:

**Gunnar** wollte für **9 Monate volle Elternzeit** nehmen und Lotte zu Hause betreuen.

Danach – also nach 14 Monaten – wollten wir **beide in Elternteilzeit** arbeiten.

Das heißt, wir wollten beide gleich viel weniger arbeiten, damit wir uns beide gemeinsam um Lotte kümmern können. So war der Plan. Aber kurz nach der Geburt von Lotte wurde klar: So einfach ging es nicht.

**Gunnar** wurde von seiner Firma dringend in einer anderen Abteilung gebraucht. Er durfte keine volle Elternzeit nehmen. Aber seine Firma war einverstanden, dass er nur mit einer **halben Stelle** weiterarbeitete. So konnte er an 2 Tagen arbeiten und an 3 Tagen Lotte betreuen. Auch **ich** durfte **weniger arbeiten** und konnte so Lotte an 2 Tagen betreuen.

Das war wichtig, weil Lotte zu der Zeit viel krank war und von keiner anderen Person betreut werden konnte. Also haben wir **beide** nach 5 Monaten schon wieder gearbeitet:

Ich mit **30 Stunden** und Gunnar mit **20 Stunden** pro Woche.

Inzwischen ist Lotte älter und ich arbeite mit 40 Stunden wieder in Vollzeit und Gunnar fast in Vollzeit.



### Gunnar:

Ich arbeite in einem Beruf, in dem fast nur Männer arbeiten.

In der Firma ist es ungewöhnlich, Elternzeit zu nehmen.

Mein Chef wollte mir keine volle Elternzeit und keine Elternteilzeit erlauben.

Es hat erst geklappt, als es ein Gespräch mit der Personalabteilung gab. Dort erklärte man mir: Im Gesetz steht, dass ich ein Recht auf Elternzeit habe.

## Frage 2 von Silke: Was war wichtig bei der Planung?

### Judith:

Beide Partner müssen klar sagen: Was wünsche ich mir?  
Was ist mir wichtig? Auf was möchte ich nicht verzichten?

Uns war wichtig:

Wir wollten beide in unseren Berufen arbeiten.  
Mir war das Geige spielen wichtig.  
Gunnar war das Bogenschießen wichtig.

Danach haben wir genau geplant.  
Aber es kam immer wieder anders in den ersten Jahren.  
So mussten wir immer wieder neu planen.

Dabei ist wichtig:

Ich muss mich selbst und den Partner ernst nehmen. Dann ist vieles möglich.

### Gunnar:

Wir haben über vieles gesprochen:  
Wie stellen wir uns das Familienleben vor?  
Wer macht was im Haushalt?  
Bei uns macht jeder das, was er am besten und liebsten macht.  
Aber das klappt nicht immer.  
Manchmal muss es auch anders gehen, damit beide Partner zufrieden sind.  
Wichtig ist für uns, dass wir beide so bleiben können wie wir sind.

## Frage 3 von Silke:

### Was hilft euch dabei, euer Leben gut zu planen?

### Judith:

Eine gute Zeitplanung.

Außerdem haben wir eine Haushaltshilfe und für einige Stunden ein Kindermädchen.

Es ist gut, Freunde oder Kollegen zu haben, die im Notfall aushelfen können.

Natürlich nur so lange, bis wir eine Lösung gefunden haben.

Lotte ist jeden Tag sehr lange in der Kita. Wir finden, das hat für sie als Einzelkind Vorteile. So kann sie sich gut mit Gleichaltrigen auseinandersetzen. Außerdem geht sie sehr gerne dorthin.

## Frage 4 von Silke:

### Was hättet ihr euch noch gewünscht?

### Judith:

Im Alter von 2 und 3 Jahren war Lotte bei einer Tagesmutter. Lotte konnte von der Tagesmutter aber nur genauso viele Stunden betreut werden, wie Gunnar oder ich gearbeitet haben. Dazu zählt aber leider nicht die Fahrzeit, die wir zum Hinbringen oder Abholen brauchten. Oder wenn wir an manchen Tagen Überstunden machen mussten. Es hätte geholfen, wenn wir etwas längere Betreuungszeiten bekommen hätten.

Wir hätten uns auch gewünscht:

Ein Recht darauf, nach der Teilzeitarbeit wieder in Vollzeit arbeiten zu dürfen.



## Frage 5 von Silke: Was sagen eure Freunde und Familie zu eurer Aufgabenteilung?

### Judith:

Das ist ganz verschieden:

Zuerst wurde ich – und nicht Gunnar! – gefragt:

„Wo ist denn das Kind, wenn du arbeitest?“

Aber vor kurzer Zeit sagte eine Kollegin: „Ich finde es total toll, wie ihr das hinkriegt!“

Was auch wichtig ist:

Der Mann muss mutig sein. Zum Beispiel bei den Verhandlungen mit der Arbeit um die Teilzeit. Aber auch bei den Dingen, die sonst meist Mütter machen.

## Frage 6 von Silke: Was findet ihr besonders gut bei eurer Aufgabenteilung?

### Gunnar:

Ich bin ein geübter und erfahrener Vater.

Lotte fühlt sich bei mir genauso wohl wie bei Judith.

Manchmal erzählen andere Eltern „Unsere Tochter lässt sich nur von Mama ins Bett bringen“. So etwas gibt es bei uns nicht.

Lotte genießt die Abwechslung zwischen Kita und Zeit mit Mama und Papa.

Zum Beispiel Nähen mit Mama, Holzwerkeln mit Papa und gemeinsames Backen.

Außerdem verdienen wir ungefähr gleich viel Geld. Das heißt, wir versorgen unsere Familie gemeinsam. Das entspannt uns beide sehr.

### Judith:

Mir fehlt manchmal, dass Gunnar und ich nicht viel Zeit als Paar zu zweit haben.

Meist ist es so: Entweder arbeiten wir oder wir sind zu dritt.

Aber das ist der Preis für unseren Wunsch:

Dass wir beide viel arbeiten können und trotzdem ein tolles Familienleben haben!

## Netzwerkpartner/-innen:

Agentur für Arbeit Detmold, Beauftragte für Chancengleichheit

AWO Familienzentrum Lage

Deutsches Rotes Kreuz, Migrationsberatung

FABEL – Familienbetreuung Lippe

Gleichstellungsstellen der Städte Detmold, Lage, Lemgo

Gleichstellungsstelle des Kreises Lippe

Technische Hochschule OWL

Jobcenter Lippe, Beauftragte für Chancengleichheit

Kommunales Integrationszentrum des Kreises Lippe

Kompetenzzentrum Frau und Beruf Lippe und OWL

Kreis Lippe, Bildungsberatung und Weiterbildung

Netzwerk Lippe gGmbH, Detmold

Volkshochschule Detmold-Lemgo

Volkshochschule Lippe West

Kreishandwerkerschaft Paderborn Lippe /SBH West

Bezug der Broschüre

[quentmeier@fair-lippe.de](mailto:quentmeier@fair-lippe.de)

Download unter [netzwerk-w-lippe.de](http://netzwerk-w-lippe.de)

# Impressum

## Herausgeberin

Stadt Detmold · FAIR – Frau und Arbeit in der Region  
Silke Quentmeier, Koordinatorin Netzwerk W Lippe  
Bad Meinberger Str. 1 · 32760 Detmold

## Was ist das Netzwerk W Lippe?

Das Netzwerk W Lippe gehört zur Landesinitiative W(iedereinstieg) und wird vom Ministerium für Heimat, Kommunales, Bau und Gleichstellung des Landes NRW gefördert.

Die Landesinitiative unterstützt alle Aktivitäten, die den Wiedereinstieg in den Beruf erleichtern.

Dazu gehören gute Bedingungen, um Familie und Beruf zu vereinbaren.

Genauso wie gute Gespräche und ein ehrlicher Austausch zwischen Partner und Partnerin.

## Text

Nils Seiler, Elterncoach, Berlin

## Übertragung des Textes in einfache Sprache:

Annika Wallaschek, Büro für Leichte Sprache Kiel

## Redaktion

Silke Quentmeier, Detmold

## Layout

adesso-design, Ruth Stechemesser, Detmold

Die Inhalte dieser Seiten wurden mit größter Sorgfalt erstellt.

Der Leitfaden erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit,

Rechtsansprüche können daraus nicht abgeleitet werden.

Nähere Informationen unter [www.netzwerkW-expertinnen.de](http://www.netzwerkW-expertinnen.de)

und [www.netzwerk-w-lippe.de](http://www.netzwerk-w-lippe.de)



Gefördert vom  
Ministerium für Heimat, Kommunales,  
Bau und Gleichstellung  
des Landes Nordrhein-Westfalen



## Fotos

Fotolia © Monkey Business, © alfa27, © S.Kobold, © Wayhome Studio,

© Budimir Jevtic, © Halfpoint, © Goodpics, © bernardbodo, © mimagephotos



LANDESINITIATIVE  
**netzwerk**   
[www.netzwerkW-expertinnen.de](http://www.netzwerkW-expertinnen.de)

Gefördert vom  
Ministerium für Heimat, Kommunales,  
Bau und Gleichstellung  
des Landes Nordrhein-Westfalen



**NETZWERK W** UFFER  
FÜR DEN WIEDEREINSTIEG IN DEN BERUF

**DETMOLD**  
Kulturstadt  
im Teutoburger Wald