Pendeln schadet der Familie

Description

Zeichen der Zeit

Foto: www.pixabay.de

Wenn Papa pendelt, leiden die Kinder

Stressoren sind Stressursachen, die auf Körper und Seele einen negativen Einfluss haben. Nun haben Forscher des „Wissenschaftszentrum Berlin für Sozialforschung“ (WZB) einen Stressor eigener Art ausgemacht: berufliches Pendeln.

Pendeln kann Stressreaktionen auslösen. Sogar bei Menschen, die zuhause hocken. Wie das geht? Wenn ein Familienvater täglich mehr als 45 Minuten bis zu seinem Arbeitsplatz fährt, kommt er am Abend müde und genervt nach Hause. Er hat wenig Sinn, mit seinen Kindern zu spielen. Wie soll er auch? Seine geistige Spannkraft ist erlahmt. Roy Baumeister, ein US-amerikanischer Psychologe, hat herausgefunden, dass unsere Disziplin wie ein Muskel funktioniert: ist der viel engagierte Vater tagsüber sehr gefordert, erschlafft seine Willenskraft. Am Abend hat er kaum noch Kraft, mit seinen Kindern zu spielen. Wie ein Virus infiziert der Stress über Monate hinweg den Nachwuchs. Schließlich kriegen auch seine Kinder Probleme: sie erleben weniger Freude und haben weniger Freunde als andere Gleichaltrige.

Rund 17 Millionen Berufspendler gibt es in der Bundesrepublik. Darunter sind auch viele Väter. Da, wo sie mit ihren Familien wohnen, gibt es keine Arbeit. Oder die Wohnungen sind in der „Schwarmstadt“, so nennt man eine boomende Großstadt, zu teuer. Durch lange Arbeits- und Abwesenheitszeiten der Väter wird der familiäre Zusammenhalt bedroht. „Familie wird oft in den Zeitlücken der Erwerbsarbeit gelebt, Zuwendung muss gleichsam auf Kopfdruck und verdichtet stattfinden, wenn gerade Zeit da ist“, konstatiert die Familiensoziologin Karin Jurcyk.

Immer wieder höre ich von aufgeklärten Zeitgenossen das Argument, nicht die Menge der Zeit, sondern die Qualität der gemeinsam verbrachten Zeit sei wichtig. Für den Autor und Journalisten Harald Martenstein, der beruflich viel unterwegs ist und deswegen seinen kleinen Sohn nicht sehen kann, gleicht die Rede von der „Quality Time“ einem „Selbstbetrug“. Seiner Überzeugung nach hängt die Qualität der Eltern-Kind-Beziehung sehr wohl von der Zeitmenge ab, die man in der Familie in das Miteinander investiert.
Mutig mahnt Martenstein, der streitbare Kolumnist: „Wer den Leuten einredet, dass beide Eltern arbeiten müssen, egal was, alles andere sei falsch, verbreitet eine nicht sehr menschenfreundliche Ideologie.“ („Zeit Magazin“, 25. Mai 2016).

Klaus Glas