



Familiencafé digital für Studierende – 21. Mai 2021

Unterstützung sichern in der Partnerschaft



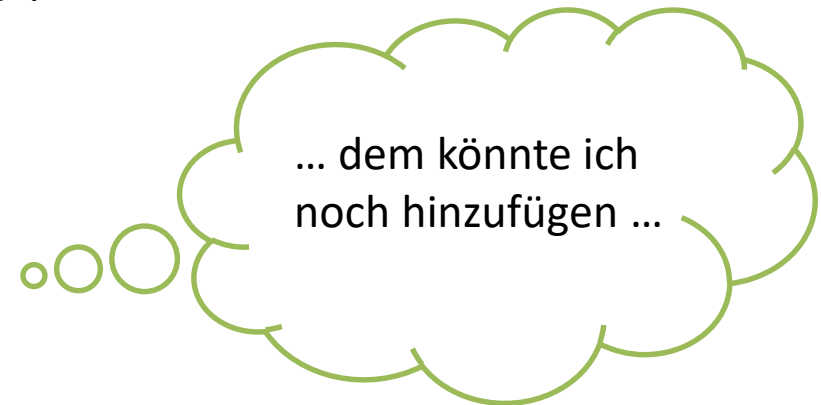
Prof. Dr. Winnie-Karen Giera | Dörte Esselborn



Warum dieses Thema wichtig ist...

Kinder sind eine Gemeinschaftsangelegenheit –
sich die Sorge für die Familie zu teilen

- ❖ gibt den Kindern mehrere zentrale Bezugspersonen,
- ❖ schont und schafft (mehr) Ressourcen,
- ❖ sichert die Familie langfristig ab,
- ❖ schafft Freiräume,
- ❖ „geteiltes Leid ist halbes Leid“
- ❖ ...
- ❖





Familie haben...

Was bedeutet
das für mich?

Was hat sich für
mich verändert
durch die
Familie?



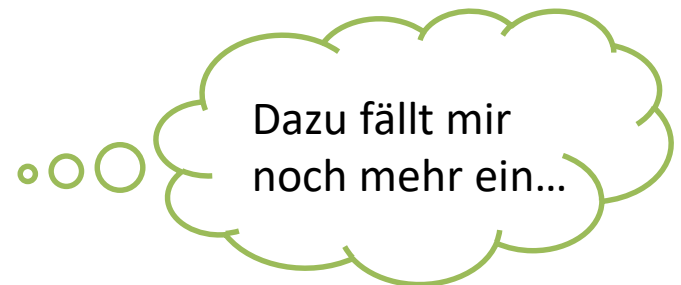
Partnerschaft(en) und Familie

Themen	Meine eigenen Vorstellungen und Wünsche	Rollenbilder: Zuschreibungen von außen
Lebensperspektiven		
Finanzielle Sicherheit		
Gesundheit		
Aufgabenteilung		
Berufliche Entwicklung		
...		



Gute Gründe für eine partnerschaftliche Aufteilung von Sorge-Arbeit (Care Work)

- Finanzielle Eigenständigkeit sichert ab – für Krisenzeiten und im Alter
- Gesundheit: Kinder und Angehörige, die Pflege benötigen, brauchen Eltern und Pflegende, denen es gut geht
- ...
- ...





Was braucht es für eine gerechte(re) Verteilung von Care-Aufgaben?

- Selbstvergewisserung: Was sind meine ganz persönlichen Ziele? Wo will ich sein / wie will ich leben, auch wenn die Kinder groß sind?
- Grundsätzliche Klärung – und wiederkehrende Verhandlungen mit dem Partner/der Partnerin
- Standfestigkeit gegenüber einem Umfeld, das evtl. andere Vorstellungen hat
- eine möglichst gerechte Bezahlung / Finanzierung des Lebensunterhalts
- Viel Kommunikation und Organisation
- ...



Lesetipps (erweiterbar)

- 📖 Jochen König: Fritzi und ich. Von der Angst eines Vaters, keine gute Mutter zu sein (2013)
- 📖 Stefanie Lohaus / Tobias Scholz: Papa kann auch stillen (2014).
- 📖 Sascha Verlan / Almut Schnerring: Equal Care – Über Fürsorge und Gesellschaft (2020)
- 📖 Jutta Allmendinger: Es geht nur gemeinsam! (2021)

Blogs:

- Jochen König: <https://jochenkoenig.net/>
- Alu und Konsti aus Berlin: <https://www.grossekoepe.de/>
- ...

... es gibt unzählige, sehr
Unterschiedliche Familienblogs –
Einfach mal googeln!



Unterstützung durch Beratung

- 👤 Familienberatungsstellen
- 👤 Coaching
- 👤 (Berufs-)Orientierungskurse
- 👤 (Selbsthilfe-)Gruppen
- 👤 Gleichstellungsbeauftragte
- 👤 ...
- 👤 ...

Hier habe ich eher schlechte Erfahrungen...

Das war toll!

Dazu fällt mir noch mehr ein!



Gleichstellungsbeauftragte an der UP

Zentrale Gleichstellungsbeauftragte: Christina Wolff

Campus Am Neuen Palais – Haus 6

Tel.: 0331 / 977-1211

E-Mail: gba-team@uni-potsdam.de

Im Internet: www.uni-potsdam.de/gleichstellung



Dezentrale Gleichstellungsbeauftragte in den Fakultäten und Einrichtungen: <https://www.uni-potsdam.de/de/gleichstellung/gleichstellung-entdecken/dezentrale-gleichstellungsbeauftragte>



Partnerschaftlich sorgen –

Waren die Infos
hilfreich für
mich?

Was nehme ich
daraus mit?



Nächster Termin

25. Juni 2021

Mit eigenem Perfektionismus
und Ansprüchen aus dem Umfeld umgehen

mit Steffi Bahro,
Kordinatorin des Feel-Good-Campus (Studentisches
Gesundheitsmanagement)



Kontakt

Service für Familien

Campus Am Neuen Palais
Haus 22, Raum 0.05

Tel.: 0331 / 977-4289

E-Mail: service-familien@uni-potsdam.de

Im Internet: www.uni-potsdam.de/service-fuer-familien/