

**CLINT
LUKAS**



VOM
AUTOR DER
KOLUMNE BEI
MIT
VERGNÜGEN
BERLIN

cool trotz kind

HART FEIERN UND LIEBEVOLL ERZIEHEN
EINE ANLEITUNG AUS ERSTER HAND

**GRÄFE
UND
UNZER**

INHALT

vorwort	5
kinderwunsch, dies, das	10
essen, schlafen, pflegen.....	21
spielen, spielplatz, heiterkeit	45
arbeit und kind.....	59
erziehung oder so ähnlich	69
richtig hart feiern	83
reisen	101
andere eltern	111
die hölle des kleinen mannes	121
die liebe und das kind	137
mit kind im rampenlicht	152
sei, was immer du willst.....	159
glossar.....	164

vorwort



**Dieses Buch erzählt von meiner
Entwicklung als Vater. Und versucht,
Antworten zu finden. Es erzählt von
meinem nervenaufreibenden Alltag mit
Kind, und wie sich dieser verändert hat,
seit ich für die Hälfte der Woche
alleinerziehend bin.
Denn selbstverständlich ändern
sich ein paar Sachen.**

»Mit einem Kind ändert sich alles«, haben sie mir gesagt. »Dein Leben wird nie wieder so sein, wie es war. Du wirst andere Freunde haben, neue Freunde, mit Kindern. Du wirst nur noch auf Spielplätzen rumhängen und abends um sieben todmüde ins Bett fallen.«

Die erste Frage, die sich mir dahingehend stellte, war: Wenn das alles so schlimm und anstrengend ist, warum sollte man dann überhaupt ein Kind kriegen? Man will doch Freude am Leben haben. Zumindest möchte ich das. Und käme jemand daher und würde sagen: »Ich hänge dir ab heute 24/7 an der Backe und nerve dich von früh bis spät!«, sähe ich keinen Grund, mich auf einen derart lausigen Deal einzulassen.

Allerdings reden die Leute ja immer viel, wenn der Tag lang ist. Deshalb wollte ich diesen Worten vor der Geburt meiner Tochter Wanda keinen Glauben schenken. Ich dachte mir: Ich habe eine tolle Frau an meiner Seite, die genauso gierig aufs Leben ist wie ich selbst. Es müsste doch zu schaffen sein, das Schicksal auszuwickeln.

Mir war natürlich nicht entgangen, dass junge Eltern oft irgendwie seltsam sind. Dass sie mit ihrem Nachwuchs ganz anders reden, dabei ihre Stimme verstellen, als hätten sie Helium geschluckt, und von sich selbst in der dritten Person sprechen. »Soll die Mama dem Lasse einen Schluck Urmöhrensaft einschenken?«

Nein, Mama, lass mal stecken.

Schon damals fragte ich mich: Muss das sein? Steht irgendwo geschrieben, dass man mit seinem Kind so affektiert umgehen muss? Und warum wischen diese Eltern ununterbrochen mit Feuchttüchern an ihrer Brut herum? Ist es doch so, wie es in all den Ratgebern steht? Dass sich mit einem Kind alles ändert? Komplett? Oder waren die vorher schon so bescheuert?

Nora, die Mutter meiner Tochter, und ich waren so kühn, uns zu wünschen, dass nicht alles anders wird. Wir wünschten uns, dass wir auch mit Kind unsere alten Freunde behalten. Dass wir reisen können und auf Konzerte gehen. Dass wir uns trotz Kind verwirklichen können, oder noch besser: mit dem Kind.

Kleiner Spoiler-Alert: Anfangs lief alles ganz gut. Als Wanda drei war, haben Nora und ich uns getrennt. Seit fünf Jahren praktizieren wir ein Wechselmodell. Was jedoch nichts daran geändert hat, dass wir ein wildes, aufregendes Leben führen wollen. Ist das naiv? Egoistisch? Hat vielleicht genau diese Hybris zur Trennung geführt? Oder ist alles genauso, wie es sein soll?

Dieses Buch erzählt von meiner Entwicklung als Vater. Und versucht dabei, Antworten auf diese Fragen zu finden. Es erzählt von meinem nervenaufreibenden Alltag mit Kind, und wie sich dieser verändert hat, seit ich für die Hälfte der Woche alleinerziehend bin. Denn selbstverständlich ändern sich ein paar Sachen. Auch wenn man es nur zähneknirschend zugeben möchte. Man ist ausgeliefert und wird Tag für Tag mit den absurdesten Situationen konfrontiert. Ab einem gewissen Kindesalter ist zum Beispiel der tägliche Gang auf den Spielplatz unvermeidlich. Allerdings muss man sich nicht mitten rein stürzen in das Getümmel der Helikoptereltern. Und wenn die Kleinteile sich um das Buddelzeug streiten, muss niemand einen Stellvertreterkrieg führen.

»Kiiiira ... Hast du das Mädchen gefragt, ob du seine Schaufel nehmen darfst?«

»Annegret ... Darf die Kira eine von deinen Schaufeln haben? Du spielst doch gar nicht damit. Nein, Annegret, nicht mit Sand werfen. ANNEGRET!«

Stattdessen kann man sich vornehm im Hintergrund halten. Ein finsterer Blick und ein aufgeschlagener Nietzsche-Band wirken Wunder. Oder man bringt gleich ein paar Freunde und ein Sixpack Bier mit.

Es ist nicht leicht, einen klaren Kopf zu behalten, wenn übereifrige Väter nicht aufhören Zwischenfragen zu stellen, und der Elternabend niemals zu enden droht. Man kann nur schwer seinen Gedanken nachhängen, wenn man in der U-Bahn laut hörbar gefragt wird: »Papa, warum ist der Mann schwarz? Ist der böse?« Man muss die Arschbacken zusammenkneifen, wenn man den schlimmsten

kein nobler Verzicht von mir, ich hatte in dieser Zeit einfach andere Interessen. Rotwein trinken, zum Beispiel. Dabei leistete Nora mir gern Gesellschaft, nachdem sie abgestillt hatte. Fand ein Konzert meiner Band statt, kam sie mit Wanda und unseren gemeinsamen Freunden dorthin. Wollte ich mal allein ausgehen, blieb sie mit Wanda zu Hause, wollte sie ausgehen, machte ich Kinderdienst. Eigentlich kein großes Zauberding.

Nachdem wir uns getrennt hatten, hörte diese Gemeinsamkeit nicht auf. Ich meine, durch das Wechselmodell hatten wir nun sowieso jeweils die Hälfte der Woche kinderfrei, um zu tun, was immer wir wollten. Doch es blieb auch weiterhin so, dass wir gegenseitig einsprangen, wenn der andere mal einen zusätzlichen Abend frei brauchte. Ganz einfach deshalb, weil wir es uns selbst und dem anderen gönnten.

Tja, und das soll nun mein Ratschlag sein? Sucht euch den passenden Partner? Wirklich ein toller Ratschlag. Ist mir schon klar, dass das einfacher gesagt ist als getan. Aber es geht hier nun mal darum, wie man trotz Kind ein wildes Leben führen kann. Und da sollte man durchaus beim Partner schon einmal vorfühlen, wie der das so sieht. Was anscheinend viele nicht tun, wenn man sich ihre verkniffenen Gesichter so anschaut. Ich weiß nicht, wie man auf die Idee kommt, durch ein Kind würde etwas besser werden, das bereits im Argen liegt. Wird es nicht, das braucht man gar nicht erst ausprobieren.



EIN TAG AUF DER RENNBahn

Bevor ich jetzt noch weiter ins Schwadronieren komme, gebe ich einfach mal ein Beispiel, wie eine gelungene Fusion zwischen Kinderbetreuung und eigener Freizeit aussehen kann. Zumindest in meinen Augen. Den theoretischen Überbau liefere ich dann vielleicht nach.

In Berlin-Hoppegarten gibt es eine sehr schöne Galopprennbahn. Die Begeisterung für Pferderennen verdanke ich meinem Lieblingsautor Charles Bukowski, der gut vierzig Jahre lang fast

täglich die Rennbahnen von Los Angeles und Umgebung besuchte und darüber schrieb. In Hoppegarten finden nur etwa zehn Renntage pro Jahr statt und ich versuche hinzugehen, wann immer ich kann. Nicht dass ich irgendeine Ahnung vom Pferderennsport hätte, es ist für mich reines Glücksspiel. Und es gibt nichts Schöneres, als an einem sonnigen Tag dort hinauszufahren, bei Bier oder Sekt die Wetten auszuknobeln und das Spektakel von der Tribüne aus zu betrachten.

Wanda war ungefähr sechs, als ich ihr davon erzählte. Sie war augenblicklich Feuer und Flamme.

»Ich will nächstes Mal mitkommen!«, rief sie.

»Na gut. Meinst du nicht, dass dir dabei langweilig wird? Zwischen den Rennen muss man immer eine halbe Stunde warten.«

»Da können wir doch einfach rumlaufen und uns alles anschauen oder ein Würstchen essen.«

»Und willst du auch wetten?«, fragte ich.

»Was ist das?«

»Ich gebe dir ein bisschen Geld und das setzt du auf irgendein Pferd. Also ich setze es für dich, weil Kinder das erst ab achtzehn selbst machen dürfen. Und wenn dein Pferd dann gewinnt, kriegst du ganz viel Geld zurück.«

»Und wenn es verliert?«

»Dann kriegst du gar nix.«

»Oh, ich will so gerne da hin!«

An einem schönen Oktobersonntag, dem Tag der Deutschen Einheit, fuhren wir also zusammen nach Hoppegarten. Ich hatte mir bereits im Vorfeld ein paar Favoriten ausgesucht, um nicht abgelenkt zu sein und mich Wanda besser widmen zu können. Genau wie Bukowski schloss ich dann ausschließlich Siegwetten ab, jeweils zehn Euro. Wanda setzte zwei, meistens auf mein Pferd, weil sie sich damit sicherer fühlte.

Dann ging es los und fing auch richtig gut an: Wir gewannen das erste Rennen, zwar nur mit einer Quote von 2:1, trotzdem leuchteten Wandas Augen, als wir direkt Gewinntickets einlösen konn-



Gerade erst ist es wieder passiert. Ich treffe einen Kumpel auf der Straße, der ebenfalls eine Tochter hat. Er sieht übermüdet aus, dunkle Augenringe umschatten seinen Blick.

»Oh, Mann. Ich bin urlaubsreif!«, beklagt er sich.

»Wieso?«, will ich wissen. »Ihr wart doch gerade erst zwei Wochen weg, oder?«

»Ja, im Center Parcs! Glaubst du, da konnte ich mich auch nur für eine Sekunde entspannen? Das ist keine Erholung, das ist Sterben auf ganz kleiner Flamme!«

Ich ahne in dem Moment, dass ich meinen Finger besser nicht in die Wunde legen sollte. Doch mein Mundwerk ist schneller:

»Wenn es da so schrecklich ist, warum macht ihr dann nicht woanders Ferien?«, frage ich.

»Meine Tochter hat es sich halt gewünscht!«

Ich sehe es förmlich vor mir. Man sitzt wochenlang für zigtausend Euro in schäbigen Bungalows, schaut dem würdelosen Treiben überdrehter Animatoure zu und versucht sich am sauren All-inclusive-Wein schadlos zu halten, um nicht vollständig den Verstand zu verlieren. Es ist mir schleierhaft, warum man sich freiwillig in ein solches Szenario begibt. Urlaub macht man doch nicht für das Kind, sondern zuerst und vor allem für sich selbst. Oder bin ich da schief gewickelt? Es sind schließlich die Eltern, die sich von ihrer Maloche erholen müssen. Warum sollten sie sich dann auch noch in ihrer wohlverdienten Freizeit quälen? Aber eins nach dem anderen, ich fange schon wieder am Ende an.

Reisen sind Ausnahmesituationen, auch ohne Kind. Wer hätte nicht schon die Erfahrung gemacht, dass man mit Freunden in Urlaub fährt, mit denen man sich sonst glänzend versteht, und plötzlich klappt gar nichts mehr? Man geht sich gegenseitig auf die Nerven, jeder hat andere Vorstellungen davon, wie der Tagesablauf auszusehen hat, und am Ende gibt's Streit.

Wenn schon der Pärchenurlaub Strapazen bedeutet, der Urlaub im Freundeskreis, ja sogar der Urlaub allein, wie soll man ihn dann mit dem Kind gestalten? Ist das überhaupt möglich, ohne danach

wie mein Kumpel völlig gestresst nach Hause zu kommen? Eins kann ich aus Erfahrung schon sagen: Reisen mit Kind will gelernt sein. Das geht nicht von heute auf morgen. Und auf jeden Fall sollte man als Eltern die Eier in der Hose haben, sich für ein Reiseziel zu entscheiden, von dem alle was haben, nicht nur das Kind.

IT'S A LONG WAY TO THE TOP (IF YOU WANNA ROCK 'N' ROLL)

Ich sage oft, und das mit einem gewissen Stolz, dass Wanda ein Reisekind ist. Das kommt einerseits daher, dass sie gern und viel reist. Seit der Trennung machen wir das überwiegend zu zweit – Vater und Tochter. Wir setzen uns in den Zug oder ins Flugzeug und schauen uns für zwei, drei Tage irgendwelche Städte an, vorzugsweise am Meer. Malaga, Venedig, Neapel ...

Andererseits bezeichne ich Wanda auch deshalb als Reisekind, weil Reisen mit ihr so unkompliziert ist. Warterei am Flughafen, lange Zug- oder Autofahrten sind kein Problem, solange sie weiß, was auf sie zukommt (für eine gewisse Unterhaltung muss ich natürlich sorgen und packe ihr Malzeug oder einen Discman ein). Dass Wanda dieses Kreuz so geduldig trägt, ist derweil kein Glücksfall, sondern rührt daher, dass wir sie früh ans Reisen herangeführt haben.

Die erste, wirklich sehr frühe Reise unternahmen wir, als Wanda gerade mal zwei Monate alt war. Es war kein reiner Vergnügungstrip, im Gegenteil. Der Lebensgefährte eines unserer liebsten Freunde war gestorben und wir wollten ihn nicht allein lassen in seiner Trauer. Dazu war es erforderlich, dass wir zu ihm nach Wien fuhren, mit dem Auto von Berlin aus eine Fahrt von acht bis neun Stunden. Uns war klar, dass wir das unmöglich in einem Rutsch schaffen konnten. Den Stress wollten wir keinem von uns zumuten.

Wir teilten die Reise deshalb in zwei Etappen auf und blieben auf dem Hin- und Rückweg jeweils eine Nacht in Prag, was immer noch anstrengend genug war. Ich saß während der gesamten Fahrt

Einschlafbegleitung, Beikost, Buddelzeug –

welche Eltern könnten kein Lied davon singen, wie anstrengend die Sache mit den lieben Kleinen werden kann? Clint Lukas ist da keine Ausnahme.

Doch ein klassisches Vorbild ist er noch weniger:

Fette Burger zum seichten Filmabend? Gern. Verkaterter dem berechtigten Wunsch nach Topfschlagen nachgeben? Muss eben sein.

Mit dem Kind zum Pferderennen, gar in die Bar?

Auf das Wie kommt es an. Es gibt viele Wege, ein guter Vater zu sein.

Der Kolumnist und Lebemann von **Mit Vergnügen Berlin** erzählt mit einem guten Schuss schwarzen Humors aus seinem Alltag zwischen Kneipe und Spielplatz, und es wird klar: Man kann sein Kind auch liebevoll großziehen, ohne sich verrückt zu machen.

»So gut wie alles an meinem ... na ja,
wollen wir es mal augenzwinkernd ›Erziehungsstil‹ nennen,
beruht auf Bequemlichkeit. Ich will, dass mein Kind glücklich ist.
Ich will aber auch, dass ich glücklich bin.«

Clint Lukas



WG 484 Familie
ISBN 978-3-8338-8839-7

