

Auch Papas brauchen Pausen



Quelle: Hince

«Im hektischen Alltag ist es eine grosse Kunst, für kleine sonntägliche Inseln zu sorgen»

CHRISTOPH WALSER

CHRISTOPH WALSER

christoph.walser@reformiert-zuerich.ch

Väter sind heute im Spannungsfeld zwischen Arbeit, Familie und Eigenwelt voll gefordert. Sie sind gut beraten, wenn sie auch für Zeiten ohne irgendeine Arbeit sorgen und sich mit anderen Vätern vernetzen.

Seit 2007 ist am ersten Sonntag im Juni schweizerischer Vätertag (www.vaetertag.ch). Mit diesem Tag soll die Wertschätzung und Ermutigung für alltagsnahes väterliches Engagement zum Ausdruck gebracht werden. Der Vätertag thematisiert die Vereinbarkeit von Berufs- und Familienleben speziell für Männer und motiviert, die Rahmenbedingungen für aktives Vatersein zu verbessern.

Als Vater nicht allein

Väter fühlen sich in den Spannungsfeldern des Alltags oft allein. Vielen fehlt ein Kraft spendender Austausch mit Vätern in ähnlichen Lebenssituationen. Der Erwartungsdruck an Väter ist gestiegen, neben der Ernährerrolle auch in der Familie aktiv und präsent zu sein. Mit Pandemie und Dichtestress im Homeoffice ist es noch anspruchsvoller, auch für die eigene Erholung zu sorgen. In

unserem Kirchenkreis haben aktive Väter schon vor ein paar Jahren das Vater-Kind-Netzwerk ins Leben gerufen. Mit verschiedenen Anlässen im Jahr bietet es Vätern Raum, um mit anderen Vätern und Kindern freie Zeiten zu geniessen und über ihr Vatersein auszutauschen. Es tut gut, zu realisieren, dass man als Vater nicht allein ist. Denn Vaterschaft ist nicht nur Privatsache für die eigene Familie, sondern ein wichtiger Beitrag ans Wohl der gesamten Gesellschaft.

Arbeitsfreie Zeiten im Alltag

Der Sonntag war mal die grosse Erlaubnis, auszuruhen und zu geniessen, was uns in Gottes Schöpfung schon alles geschenkt ist, bevor wir tätig werden. Die Realität sieht für Väter heute oft ganz anders aus. Auch Familie und Freizeit werden zum Terrain einer ungesunden Arbeitsmentalität: planen, organisieren, Pendenzenlisten abbauen, tausend Dinge erledigen. Was dabei immer mehr verschwindet sind die unproduktiven, unverplanten und unverzweckten Zeiten, mit den Kindern, als Paar, mit Freunden und allein. Im hektischen Alltag ist es eine grosse Kunst, für kleine sonntägliche Inseln zu sorgen: zum Spielen, Feiern, Lachen, Entspannen und

Geniessen. Gerade solche Zeiten sind besonders erholsam und geben uns Kraft, um den Alltag mit seinen vielen Aufgaben zu meistern. Der Vätertag möge uns ermutigen, in Familie und Freizeit nicht einfach nur weiterzuarbeiten, sondern auch die Lebenshaltung einzuüben, die im folgenden Sprichwort so schön beschrieben ist: «Die Arbeit läuft dir nicht davon, wenn du deinem Kind einen Regenbogen zeigst. Aber der Regenbogen wartet nicht, bis Du mit der Arbeit fertig bist».

Das Jahresprogramm «Vater-Kind-Netzwerk» ist erhältlich bei christoph.walser@reformiert-zuerich.ch

KIRCHE FRIESENBERG

Gottesdienst am Vätertag: 6. Juni, 10 Uhr mit Unti-Kindern 2. Klasse und Sängerin Yumi Ito, Anmeldemöglichkeit: siehe Agenda Seite 11