ZEICHEN DER ZEIT

AUSGABE IV 2019

SCHWERPUNKT LEBENSWERT MEINE FAMILIE

Väterzeiten

Wissenswert

HOPE-TV: THEMENWOCHE „LEBENSWERT – MEINE FAMILIE“ IM OKTOBER

„Lebenswert – Meine Familie“ ist das Thema der diesjährigen Themenwoche auf HopeTV. Vom 20. bis 26. Oktober strahlt der christliche Fernsehsender verschiedene Sendungen zu diesem Schwerpunktthema aus:

- „Fathers“ – eine neue Dokumentation über das Vatersein als Serie und Film.
- „Beziehungskiste“ – neuer TV-Talk, in dem es um Partnerschaft, Familie und Beziehung geht.
- In der Kindersendung „Fribos Dachboden“ geht es um die Themen Geschwister, Scheidung, Patchwork und Familienzeit.
- Beim Talkformat „Nachgefragt“ geht es um das Leben als Single, um Kinderreichtum und darum, keine Kinder zu haben, um Familienfeste, den Spagat zwischen Arbeit und Familie und das Thema „Mama-Sein in Gottes Augen“.
- Bei der Bibel-Talkrunde „Die BIBEL. das LEBEN.“ dreht sich ebenfalls alles um das Thema Familie.
- Im Talk „2 weiter“ geht es um Väter und Kinder, engagierte Beziehungen und wie es ist, wenn alle unter einem Dach wohnen.
- Die Dokumentation „Schwesternbande“ wird am Samstag, 26.10. um 19:00 Uhr erstausgestrahlt. *Nina hat über das Leben mit ihrer autistischen Schwester einen Film gedreht – einfühlsam, authentisch und ehrlich reflektiert sie darin über das Leben mit ihr.*

SCHWERPUNKT LEBENS WERT MEINE FAMILIE

Die Themenwoche ist eine gemeinsame Aktion von HopeTV und den Verlagen der Freikirche der Siebenten-Tags-Adventisten in Deutschland, Österreich und der Schweiz.

SDH/tl

WELTWEITE EVANGELISCHE ALLIANZ RUFT 2020 ZUM GLOBALEN JAHR DER BIBEL AUS

Die Weltweite Evangelische Allianz (WEA) hat das Jahr 2020 zum Jahr der Bibel erklärt, das im September 2019 beginnen soll. Laut Livenet.ch, Webportal von Schweizer Christen, wünscht sich WEA-Generalsekretär Bischof Efraim Tendero, dass weltweit evangelische Christen häufiger in der Bibel lesen und mehr in deren Übersetzung und Veröffentlichung investieren.

In seiner Ansprache an die Tausenden, die beim „Jesus Global Youth Day“ vom 8. bis 10. August in der philippinischen Hauptstadt Manila versammelt waren, hob Bischof Efraim Tendero, die beispiellose Rolle der Bibel in über tausend Jahren Weltgeschichte hervor. „Weist auf die Bibel und den Schöpfer hin, dessen Wort wahr, rechtschaffen und für immer gültig ist“, appellierte Tendero an die jungen Christen.

APD

BITTE KEINE WERBUNG!

Wir freuen uns über jeden, der dieses Heft seinen Bekannten überreicht oder in der Nachbarschaft verteilt. Doch Sie helfen uns, wenn Sie dabei die Wünsche der Hausbewohner respektieren und nichts in die Briefkästen werfen, auf denen „Bitte keine Werbung!“ steht. In diesem Fall können Sie ja das Heft persönlich abgeben. Sicherlich wird es dann eher gelesen – und wir erhalten keine bösen Briefe.

JESSICA SCHULTKA
Chefredakteurin von Zeichen der Zeit.

Von *Zeichen der Zeit* zum *Hope Magazin*

LIEBE LESERIN, LIEBER LESER,

In dieser Ausgabe geht es um ein Thema, das jeden von uns in irgendeiner Weise beschäftigt: Väter. Wir alle haben oder hatten einen Vater. Bei manchen war er sehr präsent, andere haben ihn kaum erlebt, einige haben überwiegend positive Erfahrungen und Erinnerungen, andere wiederum negative. Unser Vaterbild ist wichtig für viele unserer Beziehungen – nicht zuletzt ist es auch prägend für unser Gottesbild.

In diesem Heft kommen zwei Väter zu Wort: Sie schreiben, wie sie ihre Rolle gefunden haben, welchen Herausforderungen sie gegenüberstehen, was ihnen wichtig geworden ist. Ihre Einsichten inspirieren alle, die sich für Eltern-Kind-Beziehungen interessieren.

Gleichzeitig ist diese Ausgabe von *Zeichen der Zeit* die letzte ihrer Art. Aber die Inhalte, für die *Zeichen der Zeit* stand, gehen nicht verloren. Ab Februar 2020 wird es von einer neuen Zeitschrift abgelöst, dem *Hope Magazin*, das dann zweimonatlich erscheint. Die bewährten Themen von *Zeichen der Zeit* werden durch weitere angereichert, z. B. Gesundheit oder Fragen zur Bibel. Möglich wurde diese neue Zeitschrift durch die Partnerschaft des Advent-Verlags, Lüneburg, mit dem Wegweiser-Verlag, Wien und dem Hope Channel. Ab Seite 15 geben wir einen kleinen Einblick in das neue *Hope Magazin*. Wenn Ihnen *Zeichen der Zeit* gefallen hat, wird Sie das *Hope Magazin* begeistern!

Wenn Sie Fragen dazu haben, zögern Sie nicht, uns anzurufen (04131 9835-02) oder eine kurze E-Mail zu schreiben: info@advent-verlag.de.

In diesem Sinne hoffe ich, dass wir in Verbindung bleiben.
Ihre Jessica Schultka

© privat

Familie Varnholt nach ihrer Norwegen-Tour: Ammely, Jörg, Jannis, Noah und Anja (v. li.).

Meine beste Investition

Elternzeit ist auch Vaterzeit

Als ich mit meinem weinenden Kind auf dem Arm während eines Gottesdienstes den Gemeindesaal verließ, hatte ich die Wahl: Treppenhaus oder „Mutter-Kind-Raum". Ich entschied mich für letzteren, da ich einen „Vater-Kind-Raum" vergeblich gesucht hätte. So drang ich in eine von Frauen dominierte Welt ein und konnte Jannis, unser erstes Kind, zwischen stillenden Müttern beruhigen. Seitdem bin ich in der Vaterrolle.

Jannis ist jetzt 24 Jahre, Ammely 22 Jahre alt, beide wohnen nicht mehr zu Hause. Jolene wäre jetzt 13, wenn sie nicht vor zehn Jahren gestorben wäre und Noah ist sieben. Um die oben aufgestellte Behauptung zu bekräftigen: Väter haben natürlich genauso viel Elternzeit wie Mütter – sowohl im rechtlichen als auch im gesellschaftlichen Sinn. Beide Elternteile haben den Anspruch auf drei Jahre Elternzeit für jedes Kind, in der sie nicht oder nur teilweise arbeiten. Auch die Monate, in denen Elterngeld vom Staat bezahlt wird, können sich beide Eltern frei aufteilen. Gesellschaftlich gesehen beginnt die Elternzeit mit der Geburt des Kindes und endet eigentlich nie bzw. mit dem eigenen Tod. Väter sollten meines Erachtens die gleiche Verantwortung für ihre Kinder übernehmen, wie die Mütter.

SCHWERPUNKT LEBENSWERT MEINE FAMILIE

DAMALS NOCH NICHT ÜBLICH

Die Frage, wie ich meine Rolle als Vater sehe, stellte ich mir schon vor unserer Hochzeit. Uns war klar, dass wir gern Kinder haben wollen und so wählten wir den Leitspruch des Reformpädagogen Friedrich Fröbel „Kommt, lasst uns unsern Kindern leben." zu unserem Lebens- und Familienmotto. Damit meinte er, weniger „für unsere Kinder" als „mit unseren Kindern" zu leben. Jung verheiratet und noch während unserer Studienzeit stellten wir fest, dass es immer Gründe gegen Kinder geben würde. Dennoch entschieden wir uns bewusst vor dem Ende des Studiums für das erste Kind. Es war uns wichtig, von Anfang an als Mutter *und* Vater gleichermaßen präsent zu sein. Ich schrieb meine Diplomarbeit und war halbtags für Jannis zuständig, genauso wie Anja als Mutter im Prüfungssemester. An vielen Reaktionen aus unserem Umfeld merkte ich, dass diese Rollenverteilung damals noch nicht üblich war. Ältere Damen meinten in ihrer Hilfsbereitschaft oft besser zu wissen als ich, ob mein Kind Hunger oder Bauchweh hatte. Von jungen Müttern bekam ich eher Zustimmung.

Trotz möglicher beruflicher Nachteile habe ich mich dafür entschieden, der Familie den Vorrang vor der Arbeit zu geben. Meine Kinder werden mich später nicht fragen, wie viele Überstunden ich gemacht habe, sich aber daran erinnern, dass ich sie oft ins Bett gebracht habe. Gemeinsame Zeit mit den Kindern ist in meinen Augen besser investiert, als mehr zu verdienen. Aber diese Entscheidung kann nur jeder für sich selbst treffen.

MIT EINEM BESONDEREN KIND LEBEN

Als Jolene, unser drittes Kind, aufgrund von Komplikationen bei der Geburt mit schweren Beeinträchtigungen auf die Welt kam, war mir klar, dass sie mich besonders stark brauchen würde. In ihrer kurzen Lebenszeit von drei Jahren, habe ich zweieinhalb Jahre Elternzeit genommen und nur in 50-Prozent-Teilzeit gearbeitet. Vormittags konnte ich mich somit um Therapien, Frühförderung, Arztbesuche und den Haushalt kümmern. Und warum ich als Vater und nicht die Mutter? Warum nicht?! Es war in unserer damaligen familiären Situation das beste Modell, dadurch konnten wir beide Beruf und Familie am leichtesten miteinander vereinbaren, ohne uns als fünfköpfige Familie aus den Augen zu verlieren. Seit dieser Zeit wundert es mich nicht, wenn Ehen scheitern, weil ein Partner den Alltag mit einem Kind mit

Behinderungen allein organisieren muss. Weil auch ich nachts aufgestanden bin, um ein Kind zu beruhigen oder Nachtwache am Krankenbett zu halten und trotzdem am nächsten Tag den Haushalt erledigen und für die anderen Kinder da sein musste, merkte ich, wie es meiner Frau in solchen Situationen ging.

Gemeinsam erlebte und durchlittene Zeiten prägen die Beziehung zu meinen Kindern stark und anhaltend. Dazu gehörten sowohl Vater-Kind-Abenteuer als auch die Kontrolle der Hausaufgaben, Zimmer aufräumen, ein krankes Kind trösten und mit ihm Stunden im Wartezimmer des Kinderarztes zu verbringen. Ich glaube, unsere Aufteilung der Elternaufgaben kommt gleichermaßen der Vater-Kind- und der Paarbeziehung zu Gute. Dagegen war es meinem christlichen Arbeitgeber anfangs nicht immer begreiflich zu machen, warum ich manchmal zu Hause beim kranken Kind blieb. Ich musste mich wiederholt dafür rechtfertigen und klarstellen, dass meine Frau bei ihrer Arbeit ebenso fehlen und vermisst werden würde, wie ich bei meiner. Hier hat sich in den letzten Jahren zum Glück etwas getan.

SCHWERPUNKT LEBENSWERT MEINE FAMILIE

EINE PRÄGENDE FAMILIENREISE

Es war mir wichtig, nicht nur Kinder auf diese Welt zu bringen, sondern mir auch die Zeit zu nehmen, sie ihnen zu erklären. Ich glaube, dass meine Präsenz im Alltag in den ersten Jahren wichtig war, da Kinder in dieser Zeit ansonsten vorwiegend eine weiblich dominierte Welt erleben. Die Bezugspersonen in Kindergarten, Grundschule oder auch im Kindergottesdienst sind ja meist weiblich. Das ändert sich oft erst in der weiterführenden Schule. Wie sollen unsere Söhne ihre Rolle in Gesellschaft und Kirche finden, wenn sie dort keine Vorbilder erleben?

Bei unserem jüngsten Sohn Noah haben wir lange überlegt, was wir ihm vor dem Schuleintritt mit auf den Weg geben können. Letztlich haben wir uns entschieden, eine gemeinsame Familienzeit mit Reisen und in der Natur zu verbringen. Dafür haben wir aufgesparte Elternzeit eingesetzt. So sind wir im vergangenen Jahr für drei Monate in Skandinavien unterwegs gewesen, teilweise mit unserem Kleinbus, teilweise mit Fahrrad und Zelt. Die gemeinsame Zeit am Lagerfeuer, beim Angeln oder auf der Suche nach geeigneten Lagerplätzen war uns wichtiger, als ihm vorab Lesen oder Schreiben beizubringen. In dieser Zeit konnte ich selbst viel von meinem Sohn lernen. Sein kindlicher – nicht naiver –, aber tiefer Glaube an Gott und viele seiner Gebete haben mich beeindruckt und geprägt. Diese Elternzeit, für die wir mühsam gespart haben, um sie uns leisten zu können, war auf jeden Fall eine Investition in die Zukunft. Danach habe ich meine Arbeitszeit um eine Stunde pro Tag verringert, um weiterhin mehr Zeit für Noah zu haben.

Ich merke auch, dass die offene, respektvolle und ehrliche Beziehung zu meinen erwachsenen Kindern Jannis und Ammely eine Folge der investierten Vaterzeit ist. Das wünsche ich noch vielen Familien!

Jörg Varnholt,
verheiratet, Vater von vier Kindern. Operativer Leiter und Redakteur bei HopeTV. Sein Buch über die im Artikel erwähnte Familienauszeit in Norwegen mit dem Titel Eigentlich nordwärts *erschien August 2019 im adeo-Verlag.*

Helikopter-Eltern meinen es zwar gut, aber wer möchte schon das Kind einer Drohne sein?!

Der Tag, an dem ich auf dem Teppich blieb

SCHWERPUNKT LEBENSWERT MEINE FAMILIE

Bekenntnisse eines besorgten Vaters

Als ich mich entschloss, über das Thema „überfürsorgliche Väter" zu schreiben, hatte ich schon eine Vorahnung. Ich fragte meine Frau, ob sie mich für einen Helikopter-Vater hielt. Sie antwortete unverblümt: „Oh ja, du bist einer!" Ich war geschmeichelt und schockiert zugleich: geschmeichelt, weil ich das richtige Thema für meinen Artikel gewählt hatte. Aber auch schockiert, denn wer will schon ein Helikopter-Vater sein?

Die Herausforderung bestand nun darin, es selbst herauszufinden. *Bin ich ein Helikopter-Vater?* Dazu musste ich einige Recherchen anstellen. Ich wollte wissen, was den *Parens Helicopterus* definiert. Wie kann ich wissen, ob ich ein solcher bin und was könnte ich dagegen tun? Hier meine Entdeckungen.

EIN HOFFNUNGSLOSER FALL?

Der Begriff „Helikopter-Eltern“ entstand in den 1990er-Jahren und gewann an Bedeutung, als die ältesten Kinder der Millennial-Generation (geboren zwischen 1980 und 2000) Anfang der 2000er-Jahre zu studieren begannen. Die ersten Nachweise reichen bis in die späten 1960er Jahre zurück, als Dr. Ginott in seinem Buch *Eltern und Kinder – Elternratgeber für verständnisvolle Erziehung* erstmals die Metapher prägte („Mama schwebt wie ein Hubschrauber über mir …“). Die eindeutig abwertende Diagnose beschreibt ein eher ungesundes Extrem: eine ängstliche und kontrollierende Erziehungspraxis, die Julie Lythcott-Haims, ehemalige Dekanin an der Stanford University und Autorin von *How to Raise an Adult*, als „overhelping“ bezeichnete.[1] Für Lenore Skenazy, Moderatorin der amerikanischen Fernsehserie *World's Worst Moms* („Die schlimmsten Mütter der Welt“), die extrem überbehütende Eltern und ihre Familien portraitiert, besteht kein Zweifel daran, dass dieses Verhalten „in Paranoia verwurzelt“ ist. Laut Judith Warner sind Hubschrauber-Eltern „physisch hyperpräsent, aber psychologisch abwesend“. Katie Roiphe kommentiert Madeline Levines Buch *Teach Your Children Well* (2012) und dramatisiert: „Es geht um zu viel Präsenz, aber es geht auch um die falsche Art von Präsenz. Tatsächlich kann es von Kindern als Abwesenheit gedeutet werden, da man sich nicht darum kümmert, was wirklich mit ihnen los ist.[2]

VIER FORMEN DYSFUNKTIONALER ELTERNSCHAFT

Als ob das Stigma der überfürsorglichen Eltern nicht schon schlimm genug wäre, gibt es Unterarten, die sich zusammen wie die vier apokalyptischen Reiter der dysfunktionalen Erziehung lesen: Das Gegenstück der Helikopter-Eltern sind die Freiland-Eltern, die „typischerweise viel Zeit zum Spielen und Erkunden einräumen, ohne elterliche oder erwachsene Aufsicht oder Mikromanagement“.[3] Dann gibt es Rasenmäher-Eltern, eine weiterentwickelte Form von Hubschrauber-Eltern, die im Wesentlichen „den Weg für ihr Kind planieren, bevor diese überhaupt einen Schritt tun“.[4] Schließlich gibt es noch die aggressiven Tiger-Eltern, die vom Erfolg ihrer Kinder besessen sind und diesen gnadenlos einfordern.

DIE NEGATIVEN AUSWIRKUNGEN DER HELIKOPTERERZIEHUNG

Die Liste der negativen Auswirkungen überwiegen die scheinbaren Vorteile bei Weitem. Amy Morin stellt die folgende Hitliste negativer Folgen von Helikopter-Elternschaft auf[5]:

- Fehlende Problemlösungsfähigkeiten der Kinder;
- Helikoptererziehung führt zu Abhängigkeit;
- Kinder lernen nicht, sich für sich selbst einzusetzen;
- Helikoptererziehung vermeidet, dass die Kinder die natürlichen Folgen ihres Verhaltens erfahren;
- die Elternzeit des „Helikopters“ stört die Eltern-Kind-Beziehung.

Die Angst und das mangelnde Vertrauen der Helikopter-Eltern in die Fähigkeiten ihres Kindes können buchstäblich lähmend sein. Kate Bayless fasst die negativen Auswirkungen so zusammen:

- vermindertes Selbstvertrauen und Selbstwertgefühl,
- unentwickelte Bewältigungsfähigkeiten,
- erhöhte Angst,
- hohe Anspruchshaltung,
- unentwickelte Lebensfertigkeiten.[6]

Die existenzielle Aufgabe, die eigenen Kinder rund um die Uhr zu schützen, kann letztlich auf tausend verschiedene Arten nach hinten losgehen und ihnen auf ihrem Weg zum Erwachsenwerden verschiedene emotionale und mentale Probleme bereiten.

WAS HELIKOPTER-ELTERN ANTREIBT

Das *Parents Magazine* geht von folgenden möglichen Motivationen für Helikopter-Elternschaft aus: (1) Angst vor schlimmen Folgen, wie z. B. schlechte Noten oder mangelnde Teamfähigkeit, (2) Angst vor der wirtschaftlichen Lage, dem Arbeitsmarkt und der Welt im Allgemeinen, (3) Überkompensation oder (4) Gruppenzwang durch andere Eltern.[7]

Sein Kind zu unterstützen ist in Ordnung, aber im Sinne von „helfen, es selbst zu tun". (Maria Montessori)

Nach dieser erschlagenden Recherche frage ich mich, welcher dieser Faktoren mich antreibt. Die ersten beiden versuchen folgenden Entwicklungen vorzubeugen: „Unglück, Kampf, hart arbeiten und dabei keine Ergebnisse zu erzielen", so Deborah Gilboa von AskDoctorG.com.[8]

Könnte es sein, dass ich versuche, etwas auszugleichen, was ich mir von meinen Eltern gewünscht hätte, aber nicht bekam? Kate Bayless erklärte: „Erwachsene, die sich als Kinder ungeliebt, vernachlässigt oder ignoriert fühlten, können mit ihren eigenen Kindern überkompensieren. Übertriebene Aufmerksamkeit und Überwachung sind Versuche, einen Mangel zu beheben, den die Helikopter-Eltern in ihrer eigenen Erziehung empfanden."[9] Der Umstand, dass ich „frei" aufgewachsen bin, – im Rückblick vielleicht manchmal sogar zu frei? – hat mich später in unterschiedliche Schwierigkeiten gebracht, aus denen ich auf mich allein gestellt glücklicherweise meinen Weg heraus fand.

Es steht mir nicht zu, über den Erziehungsstil meiner Eltern zu urteilen: Angesichts dessen, dass sie im Alter von 20 Jahren Eltern geworden sind und ihnen nur begrenzte Ressourcen zur Verfügung standen, haben sie sich in der Erziehung ihrer drei Kinder erstaunlich gut geschlagen.

Jetzt liegt es an mir, mein Kind zu erziehen. Ich habe es schon oft gehört, und ich weiß aus erster Hand, dass es keine perfekten Eltern gibt. Das ist für mich eine durchaus beunruhigende Vorstellung: Ich werde meine Tochter enttäuschen. Und ich könnte sie bereits jetzt schon im Stich lassen, indem ich mir zu viele Sorgen um sie mache und in meinen Helikopter steige. Ich könnte mir sogar Sorgen machen, dass ich mir zu viel Sorgen mache! Aber lassen wir das. Edward Decis und Richard Ryans fanden in ihrer „Self-Determination Theory" (2009) heraus, dass es „drei angeborene Bedürfnisse gibt, die alle Menschen für eine gesunde Entwicklung brauchen":

1. das Grundbedürfnis nach Autonomie,
2. das Grundbedürfnis, sich auf die eigenen Fähigkeiten und Leistungen zu verlassen,
3. das Grundbedürfnis, sich geliebt und umsorgt zu fühlen.[10]

Die Autoren sind überzeugt, „je stärker diese drei grundlegenden Bedürfnisse er-

füllt sind, desto zufriedener sind wir mit unserem Leben." Diese Einsicht hat mir die Augen geöffnet. Nicht nur in Bezug auf meine eigene Erziehung, sondern auch in Bezug auf das, was ich meiner Tochter auf lange Sicht signalisieren möchte.

WENIGER HELIKOPTERN – ABER WIE?

Es gibt viele gute, allgemeine Ratschläge sich das „Helikoptern" abzugewöhnen, wie beispielsweise dieser von Amy Morin: „Wenn Sie dazu neigen, ein Helikopter-Elternteil zu sein, ist es wichtig, sich ein wenig zurückzunehmen, um Ihrem Kind Raum zum Wachsen zu geben, zum Erlernen neuer Fähigkeiten und sich vom Scheitern zu erholen."[11] Oder diese zusammenfassende Liste aus Trudi Griffins umfangreichem Artikel „Wie man aufhört, ein(e) Hubschraubermama oder -vater zu sein".[12]

Räumen Sie Ihrem Kind mehr Freiheit ein:

1. Vermeiden Sie es, sich ständig um Ihre Kinder zu kümmern.
2. Geben Sie Kindern die Gelegenheit, kleine Risiken einzugehen.
3. Beobachten Sie aus der Ferne.
4. Schränken Sie den Telefonkontakt ein.

Lassen Sie Ihre Kinder ihre eigenen Entscheidungen treffen:

5. Beginnen Sie damit, dass Ihre Kinder kleine Entscheidungen treffen.
6. Vermeiden Sie es, Ihre Kinder in Schubladen zu stecken.
7. Lassen Sie Ihre Kinder ihre eigenen Interessen wählen.
8. Ermutigen Sie Ihre Kinder, sich ihre eigenen Meinungen zu bilden.

Geben Sie Ihren Kindern Gelegenheiten, selbstständig Probleme zu lösen:

9. Erlauben Sie Ihren Kindern, Dinge selbstständig zu tun.
10. Beantworten Sie nicht jeden Hilferuf.
11. Überprüfen Sie zuerst, ob Ihr Kind seine eigenen Probleme bereits in der Schule lösen kann.
12. Konzentrieren Sie sich auf das Zuhören.
13. Hören Sie auf, Ihre Kinder vor Folgen zu schützen.

Malinda Carlson hat einen zusätzlichen Ratschlag: „Schreiben Sie Tagebuch! Tagebuch! Tagebuch! Elternschaft ist ein komplexes und chaotisches Geschäft. Ihre Gedanken, Gefühle, Ängste und Hoffnungen auf Papier zu bringen, kann Ihnen helfen, das Durcheinander zu sortieren und etwas Ruhe und Frieden in Ihr Leben zu bringen."[13]

Ich weiß, dass das Schreiben dieses Artikels mir geholfen hat, klarer zu sehen und wichtige erste Schritte zu unternehmen, um meinen Helikopter stehen zu lassen und auf dem Teppich zu bleiben. Es wird ein Prozess sein, in dem ich scheitern und mich wieder erholen werde – genau wie meine Tochter.

Daniel Wildemann, Vater und Buchlektor im Advent-Verlag, Lüneburg

1 Emma Brown, „Ehemalige Stanford-Dekanin erklärt, warum Hubschrauber-Eltern eine Generation von Kindern ruinieren", *Washington Post*, 16. Oktober 2016.
2 Katie Roiphe, „The Seven Myths of Helicopter Parenting", Slate, 31. Juli 2012, https://slate.com/human-interest/2012/07/madeline-levines-teach-your-chil- dren-well-we-are-all-helicopter-parents.html (abgerufen am 31. Dezember 2018).
3 Jennifer O'Donnell, „How to Tell You're a Helicopter Parent", *Verywell Family*, 18. September 2018.
4 Alap Naik Desai, „Here Come the Lawnmower Parents, A Breed That Is More Aggressive Than Helicopter Parents," 12. Oktober 2014.
5 Amy Morin, „Do Helicopter Parents Help or Hurt Children?," *Verywell Family,* 23. Oktober, 2018.
6 Kate Bayless, „What does Helicopter Parenting mean?," *Parents Magazine,* www.parents.com/parenting/better-parenting/what-is-helicopter-parenting (Zugriff am 31 Dezember, 2018).
7 Ebenda
8 Zitiert unter parents.com.
9 Ebenda
10 Vgl. Malinda Carlson, „10 Warning Signs That You Might Be a Helicopter Parent (And How to Stop)," *A Fine Parent,* https://afmeparent.com/be-positive/helicop- ter-parent.html (Zugriff am 30. Dezember 2018).
11 Morin, ebenda
12 Trudi Griffin (Co-Autorin), „How to Stop being a Helicopter Mom or Dad", Wiki- How, www.wikihow.com/Stop-Being-a-Helicopter-Mom-or-Dad (Zugriff am 31. Dezember 2018).
13 Carlson, ebenda

Leidenschaft wirkt inspirierend.

Zauberwort Leidenschaft?

Was sie alles bewirken kann

Wildpferde rennen mit wehenden Mähnen durchs Bild. Ein schnittiger Wagen braust vor malerischer Kulisse auf einer kurvenreichen Straße davon. Eine hübsche Frau, eingehüllt in einem Hauch aus Nichts, räkelt sich auf einem weißen Laken. Ihr roter Kussmund haucht „Passion" in die Kamera. Das ist Leidenschaft, wie sie uns verkauft wird: sinnlich, emotionalisiert und fernab jeglicher Realität. Egal, ob Parfums, Autos, Süßigkeiten oder Pizza: Alles wird mit Leidenschaft zubereitet, entwickelt, getestet – und natürlich auch verkauft.

Gerade für Dienstleistungen und Produkte, die man mit Leidenschaft eher weniger in Verbindung gebracht hätte, wird dieser beliebte Marketingkniff benutzt, um Emotionen und Assoziationen zu wecken, die die spätere Kaufentscheidung beeinflussen sollen. So wirbt beispielsweise die Deutsche Bank mit „Leistung aus Leidenschaft", Allgäu Zoo mit „Tiere sind unsere Leidenschaft" und die Biermarke Veltins mit „Leidenschaft ist, was uns verbindet". Doch eigentlich wissen wir: In den wenigsten Fällen sind diese Slogans gelebte Wirklichkeit.

LEIDENSCHAFT IN DER BUCHHALTUNG

Im Büro unserer Buchhaltung hängt ein weißer Schriftzug: „Do more of what makes you happy".
Dieser Spruch fordert mich heraus und macht mich nachdenklich. Denn zum einen zeigt er Mangel – da man offenbar

Nimm Jesus

Du wartest auf eine gute Nachricht für dein Leben?

Nimm Jesus! Du findest alles über ihn in dem einzigartigen Buch – der Bibel! Jesus zu kennen ist unser größtes Glück! Die Studienbriefe **Start ins Leben** führen in die Welt der Bibel. Sie helfen dir, Jesus zu finden. Direkt bestellen – dein Leben wird sich positiv verändern.

Versuch's einfach!

BIBELFERNKURS
mit 28 Bibelstudienbriefen ***kostenlos*** *und ohne Verpflichtung*

HOPE BIBELSTUDIEN-INSTITUT
D-64665 Alsbach-Hähnlein
Sandwiesenstr. 35
CH-8046 Zürich, Postfach 7
A-1210 Wien, Prager Straße 287

www.bibelstudien-institut.de

Dinge tut, die im Moment nicht wahnsinnig glücklich machen (was natürlich öfter nötig ist, als uns lieb ist) und sich mit einem Schild daran erinnern muss, auch mal Dinge zu tun, die glücklich machen. Andererseits erinnert mich der Spruch daran, dass es noch mehr gibt, als nur Arbeit. Für unsere Buchhalterin bedeutet das: zweimal die Woche einen Line Dance-Tanzkurs zu besuchen. Das wünsche ich mir auch manchmal: Öfter mal das Tandem schnappen und bis nach Frankreich fahren und dort in der besten Bäckerei der Stadt Schoko-Eclaires essen. Öfter mal einen Tag am See verbringen; öfter mal eine Stunde früher Feierabend machen, um mit dem Herzensmenschen ein Eis zu essen. Ich werde außerdem herausgefordert, herauszufinden, was mich eigentlich glücklich macht. Nur so kann ich im Abgleich mit der Realität feststellen, was ich in meinem Alltag einen höheren Stellenwert einräumen müsste. Ein kleines Büchlein von Annette Penno war mir dabei eine große Hilfe: In „Meine Happy-Listen" ging ich mir beim Beantworten der Listen selbst auf den Grund: Ich überlegte, was mich als Kind glücklich gemacht hat, wobei ich die Zeit vergessen kann und wodurch mir warm ums Herz wird. Aber sind witzige Videos von müden Erdmännchen oder süßen Hunden meine wahre Leidenschaft? Und was sagt es über mich und meine Leidenschaft aus, wenn ich als Kind lieber drinnen in einer selbstgebauten Höhle meine Nase in ein Buch gesteckt habe, als Gefahr zu laufen, sie mir draußen beim Klettern auf Bäume zu brechen?

DER HÖHERE SINN VON LEIDENSCHAFT

Die Gesellschaft verlangt von uns, ständig unseren Leidenschaften nachzugehen: Selbstoptimierung mit dem einzigen Ziel, glücklich zu werden (und ganz nebenbei durch übersteigertes Konsumverhalten die Wirtschaft anzukurbeln). So lässt uns die Leidenschaft fürs Reisen die exotischsten Ecken der Erde entdecken. Die Leidenschaft für gesunden Lifestyle lässt uns zum hippen und nachhaltigen Öko-Veganer werden. Und dank der Leidenschaft für schönes Interieur-Design werden wir zum

Wohnblogger, in dessen Wohnzimmer bald die gleichen Designstücke stehen werden, wie bei allen anderen.

Hat Leidenschaft also nur den alleinigen Zweck, uns selbst glücklich zu machen? Sollte Leidenschaft, richtig eingesetzt, nicht vielmehr etwas sein, von dem alle profitieren können? Etwas, das höher ist als das eigene Leben und das eigene Ego? Gott hat uns nicht ohne Grund mit Leidenschaften ausgestattet, die, in Kombination mit unseren Talenten, ein Hinweis darauf sind, welche Vision er für unser Leben hat. Auch die „Happy-Listen" helfen an diesem Punkt weiter: „Missstände, bei denen sich eine heilige Rebellion in dir regt" können so ein Hinweis sein. Für Tabea Oppliger beispielsweise sind Prostitution, moderne Sklaverei und Menschenhandel so ein Missstand. Aus der Leidenschaft, diesen zu bekämpfen, entstand „kite.pride": ein Social Business aus Tel Aviv, das gebrauchte Windsurf-Kites wiederverwertet und daraus trendige Taschen und Rucksäcke herstellt – genäht von Menschen, die aus der Sexindustrie ausgestiegen sind und nun eine neue Chance und einen neuen Job bekommen.

Es ist wichtig, die eigenen Leidenschaften zu erforschen und zu erkennen. Aber nicht, um nur allein davon zu profitieren, sondern um etwas zu tun, was über unser eigenes Leben hinausgeht. Damit Leidenschaft zu einem Vermächtnis wird.

LEIDENSCHAFTLICH LEBEN

Menschen, die leidenschaftlich leben, inspirieren uns. Sie erinnern uns daran, was wir selbst erreichen könnten, wenn wir etwas wirklich wollen, anpacken und loslegen. Sie zeigen uns, dass es nicht um den eigenen Komfort geht, sondern dass es auch Disziplin und Durchhaltevermögen braucht, um außerhalb der eigenen Komfortzone etwas Großartiges entstehen zu lassen. Nelson Mandela war so jemand. Er hat den Kampf gegen die Apartheid aufgenommen, insgesamt 27 Jahre im Gefängnis gesessen und sich mit Leidenschaft dafür eingesetzt, dass Unterdrückung und soziale Ungerechtigkeit heute in Südafrika der Vergangenheit angehören. Mutter Theresa setzte sich mit Leidenschaft für die Leprakranken und Bedürftigen in Indien ein. Doch der leidenschaftlichste Mensch, den die Welt je gesehen hat, war Jesus. Er stellte die geltenden Ordnungen auf den Kopf, erzählte seinen Jüngern und Zuhörern leidenschaftlich von Gott, seinem Vater. Denn Jesus ging es um den Menschen statt um Gesetze oder sein eigenes Ansehen.

LEIDENSCHAFTLICH GLÜCKLICH

Statt mehr von dem zu machen, was uns glücklich macht, sollten wir das, was wir bereits tun, vielleicht mit mehr Leidenschaft tun. Leidenschaftlich zu sein, könnte bedeuten, leidenschaftlich Liebe zu geben – auch Menschen, die es in unseren Augen nicht „verdient" haben: Der Obdachlose, dem du morgens auf dem Weg zur Arbeit begegnest oder die Kollegin, die dich mit einem Kommentar verletzt hat. Vielleicht schenkst du jemandem in deinem Umfeld leidenschaftlich Zeit: Beim Babysitten der Kinder eines befreundeten Paares, die du mit deiner ganzen Aufmerksamkeit überschüttest. Oder vielleicht gründest du einen Verein, deine eigene Firma oder engagierst dich ehrenamtlich. Hauptsache, du tust es mit Leidenschaft. Für dich und andere.

Elisabeth Schoft hat schon immer leidenschaftlich gern gelesen. Heute arbeitet sie in einem Verlag und leitet dort den Bereich Marketing und Presse.

Lesenswert

Julian Melgosa, Michelson Borges:
Kraft der Hoffnung

Mit Depression, Angst, Schuld und Stress umgehen
128 Seiten,
11 x 18 cm; 3,00 Euro
Art.-Nr. 7725
Zu bestellen unter
www.advent-verlag.de
telefonisch unter 0800 2383680
E-Mail: bestellen@advent-verlag.de

Die meisten Menschen haben eine Vorstellung davon, was sie tun können, um ihre körperliche Gesundheit zu verbessern. Doch aktuell leiden Millionen von Menschen unter den Folgen von Angst, Stress und Depressionen. Es gibt Wege, aus diesen und ähnlichen seelischen Belastungen herauszufinden.

Dieses Buch gibt Anregungen und Hilfen für ein sinnvolles und erfolgreiches Leben. Es ist eine hilfreiche Lektüre für alle, die nach innerem Frieden und Heilung suchen.

ZEICHENDERZEIT

Herausgeber
Freikirche der Siebenten-Tags-Adventisten

Redaktion & Verlag
Jessica Schultka (js), Thomas Lobitz (tl),
Advent-Verlag GmbH
Pulverweg 6
21337 Lüneburg
Telefon 04131 9835-02
Fax 04131 9835-502
www.advent-verlag.de
E-Mail: info@advent-verlag.de

Gestaltung
Ingo Engel, München,
Redesign 2019: Designstudio Monoflosse

Produktion & Druck
Strube Druck & Medien OHG,
Stimmerswiesen 3, D-34587 Felsberg
Gedruckt auf chlorfrei gebleichtem Papier
Titelbild: © vagengeim – shutterstock.com

ZEICHENDERZEIT erscheint vierteljährlich und wird von aktiven Christen der örtlichen Adventgemeinden finanziert und kostenlos verteilt.

Auch Sie können die Verbreitung dieses Heftes durch Spenden auf folgende Konten unterstützen:
Freikirche der Siebenten-Tags-Adventisten,
Stichwort: ZEICHEN DER ZEIT,
KD-Bank, IBAN: DE69 3506 0190 1013 3980 18,
BIC: GENODED1DKD

Wir über uns

Die Freikirche der Siebenten-Tags-Adventisten ist aus der Erweckungsbewegung des 19. Jahrhunderts hervorgegangen. Einzige Glaubensgrundlage ist für sie die Bibel. Mitte ihres Glaubens und Lebens ist nicht ein Buch oder ein System von Lehren, sondern Jesus Christus, der lebendige und wiederkommende Sohn Gottes.

Gegenwärtig zählen die Siebenten-Tags-Adventisten 20 Millionen erwachsene Mitglieder in fast allen Ländern der Erde. In Deutschland sind es 35.000 Mitglieder, in der Schweiz 4.700, in Österreich 4.100.

Freikirche der Siebenten-Tags-Adventisten
Körperschaft des öffentlichen Rechts

- D-73760 Ostfildern, Senefelderstraße 15, Tel. 0711 448190,
  D-30519 Hannover, Hildesheimer Straße 426, Tel. 0511 97177-100
- CH-8046 Zürich, Wolfswinkel 36, Tel. 044 3156500
- A-1210 Wien, Prager Straße 287, Tel. 01 3199301

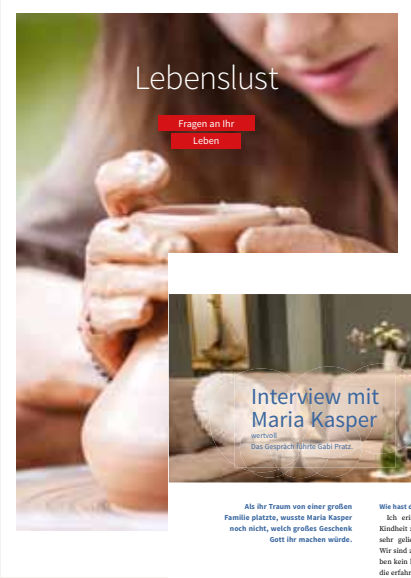
Einblicke in das bisherige Hope Magazin *aus Österreich. So ähnlich wird das neue* Hope Magazin *für den gesamten deutschsprachigen Raum aussehen.*

Hoffnung als Leitmotiv

Das *Hope Magazin* löst *Zeichen der Zeit* ab

„Hoffnung ist wie Zucker im Tee: Auch wenn sie klein ist, sie versüßt alles." (aus China) Hoffnung ist sogar mehr als das: Energiequelle, Angstbesieger, Mutspender, Glaubensentzünder. Und sie ist der rote Faden, der ein neues Magazin durchzieht: das Hope Magazin*!*

Im Editorial wurde es bereits angesprochen: Dies ist die letzte Ausgabe von *Zeichen der Zeit*. Doch dessen Inhalte und Botschaften werden bleiben – erweitert um neue Themen und Rubriken und in ein neues Gewand gekleidet. Im Februar 2020 erscheint das *Hope Magazin*. Es ist eine Kooperation des Advent-Verlags, Lüneburg, mit dem Top Life-Wegweiser Verlag in Wien und dem Medienzentrum STIMME DER HOFFNUNG in Alsbach-Hähnlein (bei Darmstadt), das u. a. den Hope Channel betreibt. Dieser strahlt über Satellit, Internet und Kabel (in einigen Bundesländern) rund um die Uhr ein christliches TV-Programm aus.



MEHRWERT

Das *Hope Magazin* wird umfangreicher und vielfältiger als *Zeichen der Zeit* sein. Gleichwohl werden *Zeichen der Zeit*-Leserinnen und -Leser nicht auf ihre gewohnten Themen verzichten müssen: Zeitdeutung im Licht der Bibel, dazu Beiträge, die Lebenshilfe, Zuversicht und Inspiration vermitteln. Hinzu kommen feste Rubriken zu den Themen Bibel, Jesus, Gesundheit, Menschen. In Zeiten der Unsicherheit und der Zukunftssorgen will das neue Magazin ermutigende Perspektiven zeigen.

„Begegne dem, was auf dich zukommt, nicht mit Angst, sondern mit Hoffnung." Diesen Sinnspruch mit Leben zu füllen hat sich das Redaktionsteam des *Hope Magazins* vorgenommen.

Thomas Lobitz

ÜBERREICHT VON:

Oder wenden Sie sich an eine der auf Seite 14 genannten Adressen, wenn Sie Informationen wünschen.