



# Mit Baby i

Probleme mit der Betreuung? Das ist für Maria-Christina Nimmerfroh kein Thema. Die IT-Trainerin nimmt den kleinen Konstantin schon mal mit in den Unterricht

# in den Job – na und?

Manche lassen sich einiges einfallen, um als Mutter professionell zu arbeiten. Anderen ist es eher peinlich, dass ihre Kinder Zeit und Nerven kosten. Aber warum bloß, fragt BRIGITTE-Mitarbeiterin Gudrun Sonnenberg

„Erwähnen Sie Ihre Kinder besser nicht so oft, wenn Sie Karriere machen wollen. Sie haben doch noch so viel vor sich!“ Diesen Rat bekam Angela Mühlpfordt von einer Kollegin. „Gehen Sie jetzt mal lieber nach Hause – zu Ihren Kindern“, sagte der Kunde beim abendlichen Geschäftsessen, nachdem Karin Jörges ihm erzählt hatte, dass sie dreifache Mutter ist. „Sie machen jetzt sicher eine lange Pause“, hörte Maria-Christina Nimmerfroh immer öfter, je größer ihr Bauch wurde. Fast könnte man meinen, berufstätige Mütter würden überall nur auf Verständnis stoßen. Vorgesetzte scheinen dauernd bemüht, sie bloß nicht zu überfordern. Verantwortung für ein ganzes Projekt? Wie rücksichtslos! Eine Bewerberin, die zu Hause zwei kleine Kinder hat? Die Arme übernimmt sich doch, wenn wir sie einstellen!

Dumm ist nur, dass Mütter so viel Entlastung oft gar nicht wollen. Sie möchten ernst genommen werden. Was wiederum manchen Männern schwer fällt. Vielleicht haben sie Frauen in bunt gemusterten Anoraks und ausgebeulten Hosen vor Augen, die juchzend auf dem Spielplatz die Rutschbahn hinuntersausen – nur, um ihre Knirpse abzulenken, die gerade das Lieblingsspielzeugauto in der Sandkiste auf Nimmerwiedersehen verbuddelt haben. Vielleicht denken diese Kollegen, dass eigentlich alle Mütter so sind. Und dass ihre Kollegin bestimmt zu denen gehört, die sich verkleidet in die Büros einschleichen, um dort so zu tun, als würden sie arbeiten.

Solchermaßen verdächtige und trotzdem arbeitswillige Frauen haben zwei Optionen: Sie können ihre Kinder verheimlichen und behaupten, sie hätten einen Nebenjob als Babysitter, wenn sie doch mal auf dem



Den Beruf wegen der Kinder vernachlässigen? Karin Jörges, im Außendienst viel unterwegs, und Abteilungsleiterin Angela Mühlpfordt beweisen: Auch gute Mütter machen einen guten Job

Spielplatz erwischt werden. Oder sie stehen, mehr oder weniger offensiv, zu ihren Kindern. Karin Jörges, Angela Mühlpfordt und Maria-Christina Nimmerfroh haben sich für Möglichkeit zwei entschieden – und damit zugleich für eine Reihe neuer Herausforderungen.

Karin Jörges zum Beispiel baute einen Kühlschrank in ihr Auto ein, um ihre Leistungsfähigkeit unter Beweis zu stellen. So konnte sie abgepumpte Muttermilch für ihr Baby aufbewahren, wenn sie auf Dienstreisen ging. Karin Jörges ist 42 Jahre alt und seit 20 Jahren berufstätig. Sie akquiriert Kunden für eine Firma, die Hausmeisterdienste und technische Wartung für Bürogebäude anbietet. Aber war die ganze Aktion mit dem Kühlschrank wirklich nötig? Hätte sie nicht einfach mal eine Dienstreise absagen können? „Nein!“, sagt Karin

Jörges. Nichts findet sie unprofessioneller, als den Eindruck zu erwecken, sie müsse den Beruf wegen ihrer Kinder vernachlässigen.

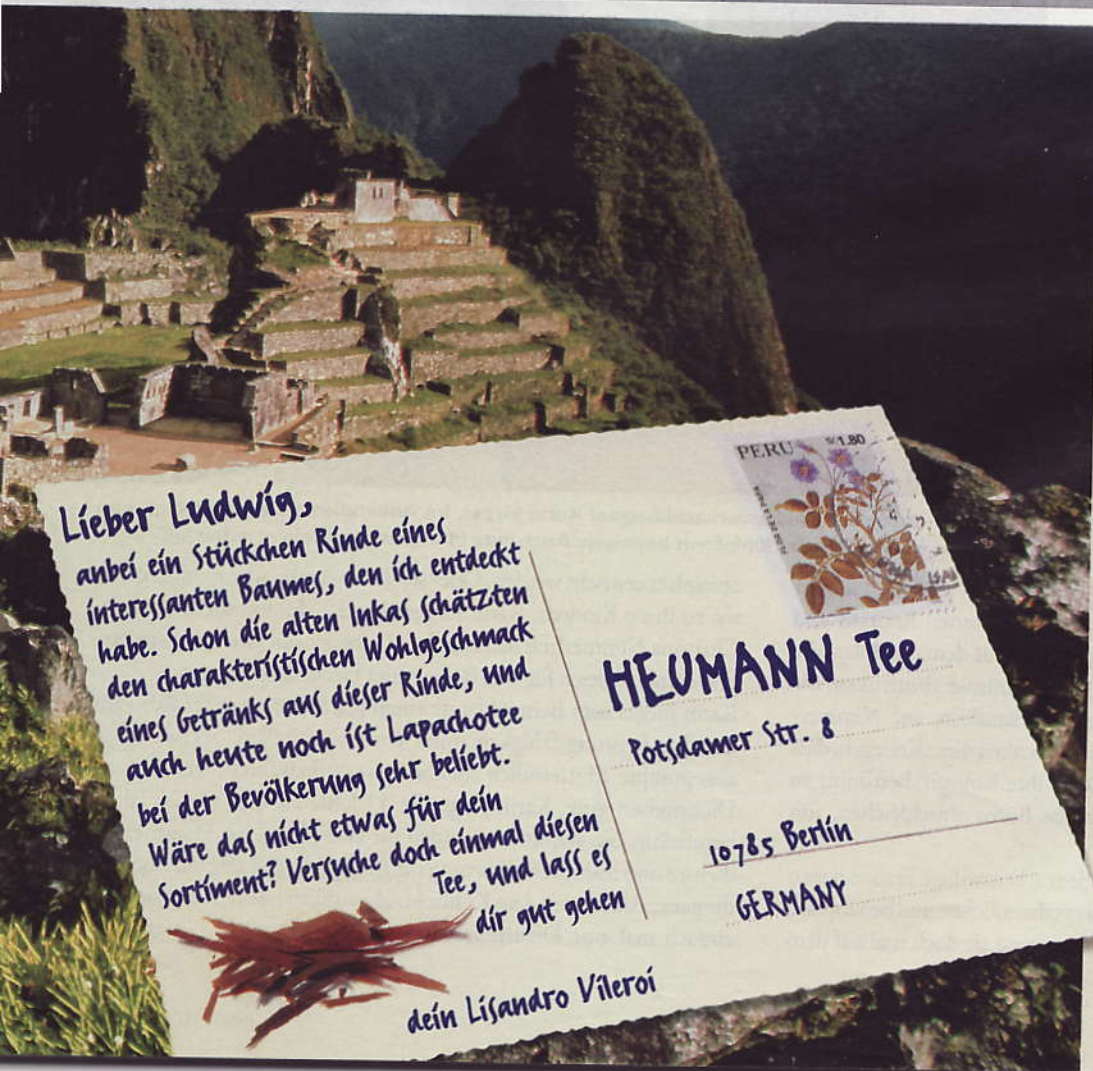
Angela Mühlpfordt, eine promovierte Informatikerin, meinte lange Zeit, als Abteilungsleiterin hätte sie keine Zweifel an ihrer Professionalität zu befürchten. Folglich sagte sie immer frank und frei, dass sie zu ihren Kindern müsse, wenn sie nicht enden wollende Sitzungen vorzeitig verließ oder wenn sie sich weigerte, nach 18 Uhr an irgendwelchen Meetings teilzunehmen. Erst als ihre durchaus wohlmeinende Kollegin vor einer möglichen Karrierebremse warnte, verlor Angela Mühlpfordt ihre Unbefangenheit. Zwar notiert sie unverdrossen das Musikschul-Vorspielen ihrer halbwüchsigen Kinder im elektronischen Terminkalender, den alle Kollegen einsehen können. Doch in Sachen Eigen-PR geht die 36-Jährige jetzt geschickter vor. So sendet sie E-Mails gern schon frühmorgens vor acht an die kinderlosen Kollegen. Die sollen nämlich mitbekommen, dass Angela Mühlpfordt nicht nur vor ihnen nach Hause geht, sondern dass sie auch vor ihnen wieder im Büro sitzt. Schließlich ist sie

## Job-Coaching

*Kind? Beruf? Oder beides? Die eigenen Ziele erkennen und Prioritäten setzen, damit bringt Doris Hartmann Frauen auf den richtigen Weg. Zum Beispiel in den Seminaren „Selbstmanagement – sich beruflich und persönlich weiterentwickeln“, die die Management-Trainerin und langjährige BRIGITTE-Referentin regelmäßig in Hamburg veranstaltet. Die nächsten Termine: 22./23. Februar, 15./16. März und 26./27. April. Kosten: 750 Euro (1450 DM), individuelle Nachbetreuung inklusive. Infos und Anmeldung unter [www.dorishartmann.de](http://www.dorishartmann.de), telefonisch: 040/41 70 51, per Fax: 040/44 42 96 oder per E-Mail: [doris\\_hartmann@iworld.de](mailto:doris_hartmann@iworld.de)*

die Chefin und will ihre Leute motivieren. Keinesfalls sollen ihre Mitarbeiter denken, sie Sorge sich mehr um ihre Kinder als um sie. Aber hängt die Akzeptanz berufstätiger Mütter wirklich von der Anzahl ihrer Arbeitsstunden und maximaler Verfügbarkeit ab? „Nein“, sagt die Hamburger Management-Trainerin Doris Hartmann, „aber der Aufmerksamkeitswert muss stimmen.“ Was heißt: Mütter sollen ihre Kinder nicht verleugnen, können auch ruhig mal die Arbeitszeit reduzieren. Wichtig ist, dass sie Beruf und Privatleben streng auseinander halten. „Manche Frauen tragen ihr Herz auf der Zunge und reden ständig von den Kindern“, weiß Doris Hartmann. „Da haben Kollegen oder Geschäftspartner schnell den Eindruck, dass diese Mütter ihnen keine

hundertprozentige Aufmerksamkeit schenken.“ Zugegeben: Mit etwas Willenskraft lässt sich durchaus der Drang unterdrücken, in einer Geschäftsverhandlung mit Tränen der Rührung erst mal die niedliche Hoppe-Reiter-Version des Jüngsten vorzusingen, bevor der potenzielle Auftraggeber zu Wort kommt. Trotzdem



Lieber Ludwig,  
 anbei ein Stückchen Rinde eines  
 interessanten Baumes, den ich entdeckt  
 habe. Schon die alten Inkas schätzten  
 den charakteristischen Wohlgeschmack  
 eines Getränks aus dieser Rinde, und  
 auch heute noch ist Lapachotee  
 bei der Bevölkerung sehr beliebt.  
 Wäre das nicht etwas für dein  
 Sortiment? Versuche doch einmal diesen  
 Tee, und lass es  
 dir gut gehen  
 dein Lisandro Vileroy

**HEUMANN Tee**

Rotsdamer Str. 8

10785 Berlin

GERMANY

## HEUMANN

### Fühl Dich stark

Seit dem 19. Jahrhundert steht der Name Ludwig Heumann für Gesundheit durch die Kraft der Natur. Ganz in seinem Geiste werden noch heute weltweit Teemischungen passend zu jeder Lebenssituation gesammelt.

HEUMANN Fühl Dich stark enthält eine ausgewogene Kombination an Inhaltsstoffen. Mit Lapacho, Holunderblüten und dem Vitamin-Komplex A-C-E ist er eine wohlschmeckende Vitalkur für Ihren Körper. Probieren Sie die HEUMANN Vitaltees, und fühlen Sie sich mit HEUMANN Tees – exklusiv in Ihrer Apotheke.



**Tee für Tee empfehlenswert.**

will die Sache mit der strikten Trennung manchmal einfach nicht funktionieren. Abends etwa, wenn Mama noch ein berufliches Telefonat führt und im Hintergrund das Kleinkind schreiend mit dem Wäscheständer zusammenbricht. Oder wenn mitten im größten Stress das Schulkind im Büro anruft, weil es komische kleine Tiere auf seinem Kopf entdeckt hat und alles fürchterlich juckt. Käme dieser Anruf von einem Kunden, vom Zahnarzt oder vom Reisebüro, dann hätte eine Mutter kein Problem. Denn normalerweise ist nicht viel dabei, wenn man mal bei der Arbeit unterbrochen wird oder eher geht. Aber Kinder sind nicht normal. Wenn sie stören, droht Kontrollverlust, die meistgefürchtete Katastrophe im Berufsalltag. Doris Hartmann rät deswegen: „Bauen Sie zur Sicherheit möglichst viele Puffer ein. Und organisieren Sie das alles rechtzeitig. Nachbarn, Freunde, Babysitter – Hilfe gibt's genug, wenn eine Mutter dazu steht, dass sie immer wieder Prioritäten setzen muss.“

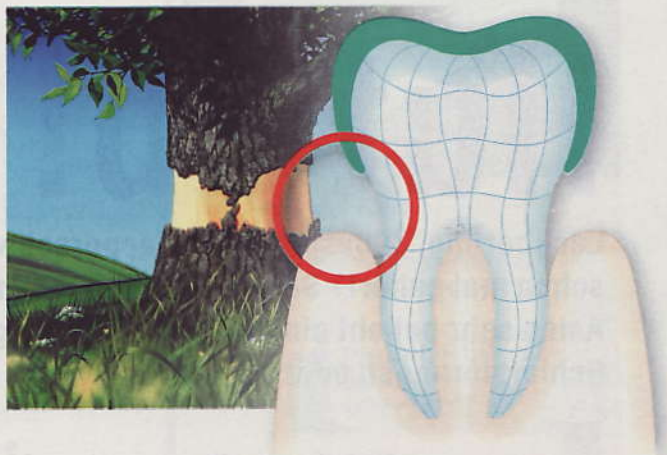
Was für ein Aufwand! Schließen sich denn mütterliche Fürsorge und Engagement im Job zwangsläufig aus? Maria-Christina Nimmerfroh wollte das nicht glauben. Statt sich über alle möglichen Betreuungsmodalitäten den Kopf zu zerbrechen oder monatelang zu pausieren, nahm die freiberufliche IT-Trainerin ihren Sohn Konstantin schon wenige Wochen nach der Geburt einfach mit ins Seminar. „Das ist mein Assistent“, verkündete die 28-Jährige und stellte die Babywippe neben dem Overheadprojektor ab. Dort schlummerte Konstantin friedlich vor sich hin, während seine Mutter ihre Zuhörer in die Geheimnisse von HTML oder E-Commerce einweihte. Kommentierte er ihre Ausführungen einmal allzu lautstark, unterbrach sie ganz selbstverständlich ihren Vortrag, kramte ihr Tragetuch aus der Tasche und band sich ihren kleinen Assistenten vor den Bauch, wo er sich wieder beruhigte. Bei den Teilnehmern erntete sie Bewunderung. Vor allem Mütter kamen in den Pausen auf die IT-Trainerin zu. „Das hätte ich so nicht geschafft“, sagten sie. Väter sprachen eher wehmütig davon, welche Gelegenheiten ihre Frauen im Job womöglich verpasst haben. Und die Auftraggeber, die anfangs reichlich skeptisch waren, warteten vergeblich auf Klagen. „Bringen Sie den kleinen Konstantin ruhig wieder mit!“, stand kürzlich sogar als PS unter dem Auftragschreiben eines Seminaranbieters. Aber das macht Maria-Christina Nimmerfroh jetzt immer seltener. Wie alle anderen Kinder auch wird Konstantin mit zunehmendem Alter unabhängiger und babysitterfähiger. Und wie alle anderen ist auch seine Mutter eigentlich ganz froh, wenn sie ohne Kind arbeiten kann.

Denn eines wird niemand bestreiten: Kinder sind was Wunderbares, aber bei der Arbeit können sie manchmal nerven. Mütter wollen ihren Job nämlich nicht bloß nebenbei erledigen, sondern sich wirklich hineinknien und darüber die Welt und die Kinder eine Weile vergessen. Peinlich wird's dann nur für diejenigen, die ihnen das immer noch nicht glauben wollen... □

Im nächsten Heft:  
Was Mütter wollen, was Mütter brauchen  
Dossier und große Fragebogen-Aktion

## Freiliegende Zahnhäse, sensible Zähne?

... sie brauchen ganz besonderen Schutz.



Wenn ein Baum keine Rinde mehr hat, ist er schutzlos der Witterung ausgesetzt. Genauso ist es bei Zähnen, wenn die Zahnhäse freiliegt.  
**Das ist der wunde Punkt.**

Mit zunehmendem Alter bildet sich das Zahnfleisch zurück, die Zähne werden immer länger. Der freiliegende Zahnhals – ohne den Schutz von Zahnfleisch und Schmelzoberfläche – ist weicher und daher besonders anfällig.

Die elmex Forschung hat in Zusammenarbeit mit zahnmedizinischen Wissenschaftlern ein Schutz- und Putzsystem entwickelt, das bei regelmäßiger Anwendung nachhaltig vor Zahnhalskaries und schmerzhaften Reizen schützt.

### elmex SENSITIVE Zahnpulung

mit dualem Wirkprinzip bildet einen doppelten Schutzfilm gegen unangenehme, schmerzhafte Reize und Zahnhalskaries.

### elmex SENSITIVE Zahnpasta

zur täglichen Reinigung empfindlicher Zähne mit freiliegenden Zahnhäsen. Entfernt Beläge sanft und schonend.

### elmex SENSITIVE Zahnbürsten

mit sanften Schon-Borsten, damit beim Zähneputzen der freiliegende Zahnhals nicht angegriffen oder empfindliches Zahnfleisch verletzt wird.



Das Schutz- und Putzsystem gegen Zahnhalskaries und sensible Zähne.

Fragen Sie Ihren Zahnarzt