

München, im März 2022

Zum Welttag der Hauswirtschaft am 21. März 2022 Mit Resilienz durch Krisen: Was Familien und Haushalte stark macht!

So lautet das diesjährige Motto zum Welttag der Hauswirtschaft am 21. März. Eine Gelegenheit für die AEH (Arbeitsgemeinschaft Evangelischer Haushaltsführungskräfte des Deutschen Evangelischen Frauenbundes, Landesverband Bayern e.V.) darauf aufmerksam zu machen, wie elementar wichtig hauswirtschaftliches Können und Wissen im Alltag ist – gerade auch um Krisenzeiten gut zu bewältigen.

„Resilienz kann einen wichtigen Beitrag zur Fähigkeit eines Einzelnen leisten, sich zu erholen oder auf Herausforderungen und Veränderung zu reagieren. Mit Resilienz verwandt sind Entstehung und Erhaltung von Gesundheit, Widerstandsfähigkeit, Bewältigungsstrategie und Selbsterhaltung“ - so ist in Wikipedia zu lesen. Wir wissen alle, es gibt Menschen, die Vieles „er-tragen“ können, Krisen meistern und trotzdem nach vorne blicken. Anderen Menschen fällt das schwerer.

Wie kann Hauswirtschaft die Resilienz von Haushalten, ob Familien- oder Singlehaushalt stärken?

Blicken wir zurück – die vielen, vielen Monate in diesen Corona-Zeiten waren für die meisten Menschen eine echte Herausforderung. Der Alltag war fast von heute auf morgen nicht mehr „der Tag wie gewohnt/wie schon immer“. Um wieder „in die Spur“ zu kommen, musste jede und jeder neue, andere Wege gehen.

Vieles war von außen vorgegeben: Verbote wie z.B. Kontaktbeschränkungen oder Gebote wie z.B. Home Office. Die eigenen Entscheidungsspielräume wurden eng, manchmal waren sie gar nicht mehr vorhanden bzw. erlebbar.

Was waren noch Orte oder Möglichkeiten der Selbstwirksamkeit? Selbstwirksamkeit ist ein entscheidender Faktor für Resilienz.

Der Haushalt war ein solcher Ort, wenn man oder frau durch Basiskenntnisse und/oder mit Selbstvertrauen hier aktiv wurde. Wenigstens in ihren einen vier Wänden hatten die Menschen das Geschehen noch in der eigenen Hand und waren nicht nur Objekt von Reglementierungen.

Das galt und gilt zum Beispiel bei der täglichen Grundversorgung: für manche eine bittere Pflicht, weil keine Kantinen mehr dafür sorgten und Restaurants geschlossen oder der Zugang sehr erschwert wurde, doch für viele eine spannende Reise in ein Land, das es zu entdecken galt: neue Gerichte, unbekannte Zutaten... und neue Zuschauer und Mitwirkende – die Kinder, die durch geschlossene Kitas und Schulen Hauswirtschaft in allen Facetten erlebten.

Vieles war so wie bisher. Wir brauchten Lebensmittel um uns zu ernähren, wir wollten weiterhin ein sauberes Umfeld im Wohnbereich oder bei der Kleidung haben. Planvolles Wirtschaften war weiter angesagt. Kurz – Hauswirtschaft war grundsätzlich im gleichen Maß - wenn nicht sogar im größerem Maß - nötig wie vor Corona.

Manches wurde anders. Viele gingen in ersten Lockdown noch weiter in ihren Aktivitäten. Es wurde renoviert, in der Wohnung, im Haus, im Garten. Das lag nicht nur daran, dass die Baumärkte oft noch geöffnet waren, sondern daran, dass man und frau selbst gestalten konnte, eine Idee entwickeln und diese anpacken – Selbstwirksamkeit eben. Es wurden Schränke aus- und umgeräumt, es wurde wieder viel mehr gekocht – alleine oder gemeinsam. Dabei wurden neue Vorlieben für bestimmte Lebensmittel entdeckt. In den Wohnungen wurde umdekoriert, ein neues Wohngefühl geschaffen. Überall ist dabei Hauswirtschaft wirklich omnipräsent. Wird renoviert, muss gereinigt werden. Wird Essen zubereitet, muss eingekauft und zubereitet werden – ob nun online eingekauft oder im Laden. Danach braucht es eine Küchenreinigungsaktion. Hauswirtschaft – pur!! Viele haben zu nähen, zu stricken usw. begonnen und so für sich ein neues Hobby entdeckt. Das Neue begrüßen und darin das Gute sehen in der Krise ist ein entscheidender Faktor für Resilienz.

In dem diesjährigen Motto des Welthauswirtschaftstags heißt es „stark machen“. Ja, hauswirtschaftliche Fähigkeiten und Fertigkeiten „machen stark“ - gerade die zurückliegende Coronazeit hat das bewiesen. Wenn das selbst zubereitete Essen gut gelungen ist, wenn die Wohnung „wohnlich“ ist – macht das stark, weil es Zufriedenheit, Wohlgefühl, Momente des Glückes schenkt. Wir dürfen uns da ruhig mal selbst auf die Schultern klopfen, unseren hauswirtschaftlichen Fähigkeiten und Fertigkeiten selbst die dringend notwendige Wertschätzung geben.

In den verschiedenen Quellen zu Resilienz wird darauf hingewiesen, Resilienz ist erlernbar. Aber wo wird Hauswirtschaft erlernt? Früher in der Familie. In den letzten Jahrzehnten sind hier aber große Defizite entstanden, denn noch vorhandenes Wissen ging verloren oder wurde nicht mehr weitergegeben. Außerdem ist das gesamte Berufsfeld Hauswirtschaft „aus der Mode gekommen“ - völlig zu Unrecht. Immer weniger Menschen streben eine Fachausbildung im Bereich der Hauswirtschaft an. Hier gilt es wieder mehr für diesen Beruf zu werben – hier liegt in der Corona-Krise auch eine Chance für die berufliche Hauswirtschaft.

Die Pandemie hat gezeigt, wie hauswirtschaftliche Fähigkeiten und Fertigkeiten dazu beitragen können, schwierige Lebenssituationen ohne großen psychischen Schaden überstehen zu können. Auch in Zukunft trägt hauswirtschaftliches Wissen dazu bei, den Alltag für uns gesund und zufrieden zu gestalten und gestärkt Krisen zu bewältigen.

Aber hauswirtschaftliches Wissen fällt nicht vom Himmel – es muss vermittelt werden: in der Familie, in der Schule, in der Ausbildung, ein Leben lang.

Über uns:

Die Arbeitsgemeinschaft Evangelischer Haushaltsführungskräfte (AEH) des Deutschen Evangelischen Frauenbundes (DEF) setzt sich bundesweit ein für die richtige Wahrnehmung und Wertschätzung der hauswirtschaftlichen Arbeit. In Gremien, Netzwerken und anderen Organisationen werden die Forderungen eingebracht. Fachwissen sowie Umwelt- und Verbraucherschutz sind wichtige Themen der Bildungsarbeit der AEH und tragen zugleich zur Stärkung von Frauen in Gesellschaft und im vorpolitischen Raum bei.

Kontakt:

**Arbeitsgemeinschaft Evangelischer Haushaltsführungskräfte (AEH)
des Deutschen Evangelischen Frauenbundes (DEF) e.V. - Förderkreis in Bayern
Vorsitzende Hannelore Täufer**

Geschäftsstelle

Kufsteiner Platz 1, 81679 München

Tel. 089/98105788

Mail info@def-bayern.de

<https://aeh.def-bayern.de/>