

Interview mit Claudia und Eberhard Mühlán:

Team fürs Leben

Was kommt nach der Großfamilie?

Hier erfahren Sie mehr zum Thema:
[Claudia und Eberhard Mühlán, Unser Abenteuer](#)
[Persönliche Einsichten aus mehr als 30 turbulenten Familienjahren.](#)
[Claudia Mühlán, Du schaffst es!](#)
[Überlebensstrategie für Mütter.](#)

Sie haben Eltern im Chaos den Rücken gestärkt und unzähligen Familien und Paaren aus Krisen geholfen: Claudia und Eberhard Mühlán sind christliche Ehe- und Familienexperten und Mitbegründer des Werkes Team F.

Seit über 30 Jahren vertrauen sich ihnen Menschen an mit den persönlichsten Fragen und Problemen. Denn Mühláns reden nicht nur aus der Theorie, sondern aus der Praxis: Sie selbst sind seit 43 Jahren verheiratet.

Sie haben 13 Kinder – sieben eigene und sechs angenommene – großgezogen und sind stolze Großeltern von 23 Enkeln. Wer ihnen begegnet, merkt, dass sie ein echtes „Team fürs Leben“ sind.

Mit LYDIA blicken Claudia (62) und Eberhard (66) zurück: Was macht Kinder und Familien stark? Wie haben ihre eigenen Krisen sie geprägt und so manche Sicht verändert?

Gleichzeitig blicken sie nach vorn: Was bewegt Familien heute, und welche Trends sehen sie? Außerdem erzählen sie, warum sie heute mehr unterwegs sind als je zuvor. Denn Mühláns setzen sich nicht zur Ruhe, sondern geben alles, um Familien zu stärken – weit über deutsche Grenzen hinaus.

Liebe Claudia, als ich euch vor 22 Jahren besucht habe, wohntet noch alle Kinder zu Hause. Marie war ein Baby und Tirza in der Trotzphase. Mittlerweile sind alle ausgezogen. Wie fühlt ihr euch im „leeren Nest“?

Claudia: Ein „Leeres-Nest-Syndrom“ kenne ich nicht. Wir sind zu zweit sehr glücklich. 38 Jahre haben wir ständig mit Kindern im Haus gelebt. Über 25 Jahre mit einem Pulk von Teenagern, was für mich die schönste Zeit war. In den letzten Jahren habe ich mich auf die neue Lebensphase vorbereitet: Ich bin mehr unterwegs gewesen mit Eberhard zu Seminaren und Vorträgen und habe mich weitergebildet. Außerdem besuchen uns unsere Kinder häufig. Von daher haben wir oft noch ein volles Haus!

Damals war dein neues Buch „Bleib ruhig, Mama“ ein Bestseller. Mittlerweile hast du 23 Enkel. Wann wirst du „Bleib ruhig, Oma“ schreiben?

Beide lachen. Claudia: Ans Oma-Sein muss ich mich selbst noch gewöhnen! Unser ältestes Enkelkind ist inzwischen 20, also gerade mal zwei Jahre jünger als unsere jüngste

Tochter. Da ich bei der Geburt unseres ersten Enkelkindes selbst noch ein Wickelkind zu Hause hatte, bekam ich nicht so große Omagefühle. Wir haben auch mit unseren Kindern besprochen, warum wir uns als Großeltern nicht so einbringen. Und das gönnen sie uns.

Eberhard: Die Opagefühle kamen erst in den letzten Jahren, als mein Leben etwas ruhiger wurde. Aber die traditionellen klassischen Großeltern werden wir wohl nie abgeben. Deshalb können wir auch kein Buch darüber schreiben.

Wie viel Input gebt ihr euren erwachsenen Kindern für ihr Familienleben?

Claudia: Ungefragt gar keins.

Gar keins?

Claudia: Nein. Unser Prinzip war schon immer: Nie ungefragt einmischen, aber bereit sein für Gespräche. Denn wir haben an anderen Familien beobachtet, wie ungut es ist, wenn Eltern oder Schwiegereltern sich einmischen. Wir warten, bis unsere Kinder von selbst kommen – und sie kommen bis heute: mit Erziehungsfragen, persönlichen und sogar intimen Fragen.

Eberhard: Indem wir uns nicht einmischen, geben wir unseren Kindern die Freiheit, uns zu fragen. Und wir möchten gern Antworten anbieten, allerdings nur als Ratschlag, den sie befolgen können oder nicht.

Ihr habt als Familie manche Herausforderungen durchstehen müssen. Was habt ihr dadurch gelernt?

Claudia: Mir fallen spontan zwei ein. Als Eberhard mit 42 Jahren plötzlich einen schweren Herzinfarkt erlitt und wir nicht wussten: Wie geht es weiter? Wir hatten zu der Zeit elf Kinder zu Hause. Da zu spüren, dass Jesus mit seinem Frieden da ist – trotz all der Fragen und Tränen –, das war etwas, das ich nie vergessen werde. Damals hätte ich es nie für möglich gehalten, dass Eberhard so fröhlich weiterleben kann ...

Eine der schlimmsten Herausforderungen war, dass wir sexuellen Missbrauch in unserer Familie erlebt haben. Weil wir es einfach nicht gemerkt haben. Unsere Tochter nicht schützen konnten. Wir haben viele Jahre sehr darunter gelitten und viel geweint. Und unsere Tochter hat in der Therapie hart an sich gearbeitet. Heute ist sie eine fröhliche, lebensbejahende Frau, Ehefrau und Mutter. Das zu erleben macht Mut.

Was habe ich gelernt aus diesen Situationen? Feinfühlicher zu sein. Zu sehen: Das Leben ist nicht so einfach. Mich besser in andere Leute hineinzusetzen. Auch in meinem Urteilen, manchmal *Verurteilen*, zurückhaltend zu sein. Ich bin wesentlich barmherziger geworden.

Eberhard, ihr seid seit Jahrzehnten die bekanntesten christlichen Berater für Familien, besonders durch eure vielen Bücher. Sind eure Erziehungsmethoden heute noch gültig?

Eberhard: Die Grundgedanken auf jeden Fall. Aber das Familienleben hat sich in den letzten zwei Jahrzehnten enorm gewandelt. Allein die stärkere Berufstätigkeit der Mutter! Das gab es in unserer Frühphase fast gar nicht. Wir haben das klassische Familienmodell vor Augen gehabt. Jetzt haben wir mehr Alleinerziehende, Patchworkfamilien und Kinderfremdbetreuung. Die Familie hat heute nur eine gewisse Restzeit in der Woche, die sie wertvoll miteinander verbringen sollte. Da gelten natürlich die grundlegenden Erziehungsmethoden, wie wir sie umrissen haben: Viel Wert legen auf Familienatmosphäre, das Fundament des Zusammenlebens. Stark darauf achten, dass Mutter und Vater als gutes

Team Kinder anleiten zur Eigenständigkeit und Selbstverantwortung. Aber auch vernünftige Grenzen setzen. Sie schützen und halten das Ganze zusammen. Sie helfen Kindern, selbstbeherrscht aufzuwachsen und sich später auch persönlich Grenzen setzen zu können.

Halten eure Kinder an der traditionellen Rollenaufteilung fest: Der Mann geht in die Firma und die Frau bleibt zu Hause bei den Kindern?

Eberhard: Die wenigsten. Auch wir haben umdenken gelernt. Für mich ist es sehr interessant, welche tollen Möglichkeiten junge Menschen heute haben für ihre Lebensplanung. An unseren Kindern beobachte ich, wie sie ihr Leben gemeinsam gestalten. Eine unserer Töchter hat zum Beispiel eine starke Begabung in ihrem Beruf. Deshalb ist der Ehemann für eine Zeit Hausmann, damit sie sich dort entfalten kann. Zu sehen, wie sie da experimentieren und ihren Weg finden, finde ich faszinierend. Vor allem freut mich, dass sie dabei die wichtigsten Grundfragen stellen: Was ist das Beste für unsere Ehebeziehung? Und was ist das Beste für das Wohl und Aufwachsen der Kinder?

Claudia, was ist heute die größte Not unter Frauen?

Claudia: So viele Wahlmöglichkeiten zu haben: Will ich Single bleiben oder eine Beziehung eingehen? Will ich Kinder haben? Wenn ja, wann und wie viele? Und dann Berufstätigkeit hin und her. Manche wollen alles gleichzeitig: die beste Ehefrau sein, beruflich Karriere machen, Kinder bekommen. Dann zu spüren: „Das geht eigentlich nicht!“, ist für viele eine Not. Ich muss mich für irgendetwas entscheiden. Ich kann nicht alles gleichzeitig haben und alles gleich gut machen. Irgendjemand oder irgendetwas wird immer zu kurz kommen. Entweder – wenn man von einer Familie ausgeht – die Kinder oder der Partner oder ich selbst. Für mich war es hilfreich, die aktuelle Lebensphase einfach anzunehmen. Wenn ich eine Mutter mit kleinen Kindern bin, zu sagen: „Ja, da will ich mich jetzt investieren!“ Gerade das Leben einer Mutter spielt sich in vielen Phasen ab. Wenn die Kinder älter sind, stellt sich die Frage neu: „Was kann ich machen? Inwieweit soll und kann ich berufstätig sein oder mich woanders einsetzen?“

Vor wem ich großen Respekt habe, das sind die Alleinerziehenden, die alles unter einen Hut bekommen *müssen*. Da wünsche ich mir, dass sie noch mehr Hilfe bekommen.

Eberhard, es gibt bestimmt auch manche Herausforderungen für Männer, oder?

Eberhard: Na klar! Männer fragen sich schon immer, wie sie Beruf und Familie unter einen Hut bekommen können. Heute beobachte ich einen hohen Prozentsatz junger Väter, die sich konsequent in das Familienleben einbringen wollen. Das finde ich toll! Nehmen wir nur mal die Elternzeit: Mehr als 27 Prozent der jungen Väter nehmen ihre Elternzeit. Diese Zahl ist in den letzten Jahren konstant gestiegen, und ich wünsche mir, dass es so bleibt. Natürlich ist eine gute Absprache mit der Ehepartnerin ganz, ganz wichtig. Aber ich begrüße es, wenn sich da eine gewisse Arbeitsteilung findet, sowohl im Erwerbsleben als auch im familiären Leben.

Wie können Ehepaare einander unterstützen, ihre Verantwortung in der Familie wahrzunehmen?

Eberhard: Da will ich ein bisschen die Männerseite vertreten. Bei Männerveranstaltungen höre ich oft: „Ja, eigentlich will ich und will es lernen! Aber meine Frau gibt mir gar keinen Freiraum. Sie klammert zu sehr an den Kindern und traut’s mir nicht zu. Ich bin nicht gut

genug, und dann gebe ich's halt schnell wieder auf.“

Claudia: Von den Frauen höre ich: „Wenn ich meinem Mann die Kinder geben würde, macht er es erstens nicht richtig und zweitens sieht das Haus hinterher schlimm aus. Dazu hab ich keine Lust.“ Gern ermutige ich dann die Mütter: Traut euren Männern mehr zu! Sie gehen gut mit den Kindern um, auch wenn sie es anders machen als ihr! Es ist sogar für die Kinder gut und richtig, dass Männer es anders machen.

Wenn es eine Entscheidung zu treffen gibt und ihr habt zwei verschiedene Meinungen – wie löst ihr das?

Eberhard: Unser Ideal ist, diese Dinge so lange gemeinsam im Gespräch und vor Gott zu bewegen, bis wir eine Lösung finden – auch wenn es für den einen vielleicht einen Kompromiss bedeutet oder einen Verzicht. Wir geben auch den Ratschlag an andere: Wenn ihr nicht durchkommt, sucht eine unabhängige Person auf, einen Berater, damit ihr zu einer gemeinsamen Entschlussfindung kommt. Solche Situationen haben wir öfter in der Anfangszeit unserer Ehe gehabt. Heute, nach über 40 Jahren Ehe, kennen wir uns gut, unsere Kompetenzen und Schwächen, und trauen uns gegenseitig gute Entscheidungen zu. Wir können wesentlich eher zu Lösungen kommen als früher.

Claudia: Bei uns war es nie so, dass der Mann alle wichtigen Entscheidungen trifft. Wer Kompetenzen und Erfahrungen hat, der entscheidet letzten Endes. Wenn man etwa weiß, dass man selbst schnell zu viel Geld ausgibt, aber der andere gut mit Geld umgeht, dann muss man sagen: „Ja, triff du besser diese finanzielle Entscheidung.“

Ihr seid beide über sechzig. Wie geht es weiter?

Eberhard: Gut geht es weiter! Wir haben ein persönliches Lebensmotto für diese Lebensphase formuliert: Studieren, Lehren und Reisen. Wir sind noch gut bei Kräften und möchten die nächsten Jahre die Dinge tun, die Gott auf dem Herzen hat. Ich will nicht nur irgendetwas tun, sondern Bedeutungsvolles für Gott.

Uns interessiert alles, was mit Interkulturalität zu tun hat: interkulturelle Paare, interkulturelle Ethik. Da studieren wir gerne beide zusammen und möchten in Zukunft mehr Schwerpunkte setzen als in den klassischen Erziehungsfragen. Hier in Deutschland haben wir ja eine multikulturelle Gesellschaft. Aber wir reisen auch sehr viel, etwa nach Indien, um Familien zu helfen.

Claudia: Ja, ich freu mich auf die Zukunft. Wir machen eigentlich so gut wie alles zusammen, was unsere Dienste oder Einsätze im In- und Ausland betrifft. Abgesehen von ganz wenigen Ausnahmen bei Frauen- oder Männerveranstaltungen.

Wie helfst ihr Familien im In- und Ausland?

Eberhard: Unsere Fachkompetenz liegt weiterhin in der Beziehung von Mann und Frau: Ehe, Familie, Kindererziehung. Aber in den letzten zehn Jahren haben wir ein wachsendes Interesse bekommen am Familienleben in fremden Kulturen, zum Teil exotischen Kulturen. Wie ist es möglich, die guten, grundlegenden biblischen Gedanken zum Ehe- und Familienleben in fremde Kulturen zu bringen? Und zwar ohne anderen das eigene kulturelle Denken und die eigenen Wertemuster überzustülpen? Dazu haben wir viel studiert und gearbeitet. Einer unserer Arbeitsschwerpunkte lag in Albanien, wo wir auch eine Fernsehsendung zu Erziehungsfragen gedreht haben. In Ägypten haben wir mit ehemaligen Studenten unserer Akademie einen Familiendienst aufgebaut. Und wir sind oft in Indien, wo

wir den Volksgruppen unter den Ureinwohnern helfen. Ich habe dort ein Studienprojekt begonnen: Ich analysiere eine typisch patriarchalische Volksgruppe und vergleiche sie mit einer matrilinearen Volksgruppe (also einer Volksgruppe, in der die Abstammungslinie über die Mutter geht). Aus den Erkenntnissen möchte ich ihnen eine kulturangepasste oder -relevante christliche Ehe- und Familienlehre bringen.

Claudia: Aber wir sind nicht nur im Ausland unterwegs. Auch in unserem Land haben wir natürlich sehr viele unterschiedliche Kulturen, sodass wir unser Wissen einbringen können. Wir halten Seminare im Rahmen unserer Organisation Team F zu interkulturellen Paaren. Das ist unsere Leidenschaft. Wir besuchen dafür Gemeinden, theologische Einrichtungen und Bibelschulen. Denn gerade diejenigen, die als Missionare oder Entwicklungshelfer in anderen Kulturen tätig sein wollen, müssen wissen, wie das Zusammenleben in der Familie dort funktioniert.

Was ratet ihr Paaren, die aus zwei ganz unterschiedlichen Kulturen kommen?

Eberhard: Einer unserer Schwerpunkte ist die unterschiedliche Art des Aufwachsens. Wir kommen aus einer Individualkultur ...

Claudia: ... und erziehen unsere Kinder auch sehr individualistisch.

Eberhard: Ja, und was, wenn der Partner aus einer Kollektivkultur, einer „Wir-Gesellschaft“ kommt? Weltweit gesehen gibt es mehr Kollektivkulturen als Individualkulturen. Wenn Partner aus diesen beiden gegensätzlichen Kulturen zusammenkommen, gibt es immer Herausforderungen. Wir leiten die Partner an, sich gegenseitig ihre Geschichte zu erzählen: Wie bin ich aufgewachsen? Wie habe ich gelernt, zu kommunizieren und Gefühle zu äußern? Mit welchem Rollenverhalten bin ich aufgewachsen? Denn sie müssen jetzt eine eigene Ehe-Identität finden. Da gibt es viele interessante Dinge, die man miteinander besprechen muss, um einen gemeinsamen Lebensweg zu gehen.

Ihr habt viel von kulturellen Unterschieden, Traditionen und Veränderungen gesprochen. Gibt es Werte, die sich nicht verändern?

Eberhard: Natürlich! Einen der wichtigsten Werte hat Jesus in der Bergpredigt zusammengefasst: „So wie ihr von den Menschen behandelt werden möchtet, so behandelt sie auch“ (Matthäus 7,12). Dieser Grundwert lässt sich besonders gut auf das Familienleben beziehen. Auch Kinder verstehen ihn. Wenn Eltern nach diesem Prinzip leben, machen sie es ihren Kindern leichter, mit anderen so umzugehen: ihren Eltern, Geschwistern, Freunden ... Auch der Wert „Einer achte den anderen höher als sich selbst“ (Philipper 2,3) ändert sich nicht. Er gilt immer und in jeder Kultur.

*Claudia Mühlan ist Familienberaterin und Persönlichkeitscoach. Eberhard ist Pädagoge und promovierter Theologe mit Schwerpunkt interkulturelle Ethik. Gemeinsam haben sie viele Bücher zum Ehe- und Familienleben sowie Vorträge veröffentlicht.
www.muehlan-mediendienst.de*

Elisabeth Mittelstädt

*Dieses Interview erschien erstmals in der Zeitschrift LYDIA, Ausgabe 3/2013.
www.lydia.net*

