

# Haushalten mit (zu) wenig Geld – eine qualitative Untersuchung von Arbeitslosengeld-II-Beziehern

Tatjana Rosendorfer

*Haushalte in prekären Einkommensverhältnissen stehen vor der Herausforderung, die Daseinsvorsorge mit (zu) wenig Geld zu gewährleisten. Der Beitrag stellt die sozialrechtlichen und sozioökonomischen Bedingungen des Haushaltens von Arbeitslosengeld-II-Beziehern dar. Daran schließen sich empirische Ergebnisse einer qualitativen Studie an, in der Haushalte im Arbeitslosengeld-II-Bezug an verschiedenen Standorten in Deutschland untersucht worden sind. Der empirische Blick in die Haushaltsführung zeigt, dass die Daseinsvorsorge nicht nur von den Fähigkeiten, sondern maßgeblich von innerfamilialen Dynamiken und dem Familienselbstbild bestimmt ist. Fallbeispiele illustrieren, wie Haushalte mit wenig Geld wirtschaften, wie Ressourcen verteilt und Bedürfniskonflikte gelöst werden, und wie die Alltagskultur der Familien geprägt wird.*

Peer-Review-Verfahren

| eingereicht: 22.03.2017

| angenommen: 07.04.2017

## Einleitung

**M**it der Einführung der Grundsicherung für Arbeitssuchende („Hartz IV“) im Zuge der Arbeitsmarkt-reformen im Jahr 2005 ist nicht nur auf sozialrechtlicher Ebene die Existenzsicherung mit der Forde-rung nach Anpassung an einen zunehmend deregulierten Ar-beitsmarkt verknüpft worden – so lautet die Diktion im Sozialgesetzbuch II „Fördern und Fordern“. Diesen System-wechsel von der Fürsorge zur Aktivierung spiegeln auch De-batten in der Öffentlichkeit wider, denen zufolge Bezieher<sup>1</sup> staatlicher Unterstützungsleistungen nicht bereit seien, sich den Gegebenheiten auf dem Arbeitsmarkt anzupassen und ausreichend Eigenverantwortung zu übernehmen. Es gebe kein „Recht auf Faulheit“, so der damalige Bundeskanzler Gerhard Schröder im April 2001. Problematisch an diesen Debatten über „faule Arbeitslose“ ist die Tatsache, dass die Betroffenen sich diesen Diskurs zu eigen machen und ihre ei-gene Wirklichkeitsdeutung daran ausrichten (Hirsland 2014, S. 186 f.). Es ist vielen Hilfeempfängern kaum möglich, sich diesen wirkmächtigen Zuschreibungen zu entziehen, die mit dem Verlust der sozialen Wertschätzung ihrer biografischen Leistungen einhergehen. Die wahrgenommene Stigmatisie-rung bezieht sich dabei nicht nur auf die Sphäre der Berufs-tätigkeit, sondern wirkt in die private Lebensführung hinein. Arbeitslosengeld-II-Empfänger sehen sich Vorurteilen aus-gesetzt, dass sie ihren Haushalt vernachlässigen und damit

auch das Wohlergehen ihrer Kinder aufs Spiel setzen würden (Butterwege 2009, S. 232, Hradil 2010, S. 6).

Jenseits medialer Zuschreibungen stellt sich die Frage, wie Haushalte und Familien im Grundsicherungsbezug tat-sächlich ihren Alltag meistern. Dazu werden zunächst die

### Running households with (too) little money – Empirical results of a qualitative study of recipients of German unemployment benefit

Households with precarious earning capacities have to face the challenge of safeguarding their livelihoods with (too) little money. This article depicts the socio-economic and social-legislative conditions of the recipients of German unemployment benefits (Arbeitslosengeld II), followed by empirical results of a qualitative study regarding households receiving German unemployment benefits (Arbeitslosengeld II) in different locations in Germany. From an empirical viewpoint, not only the familial abilities to run the household determine the household management, but also significantly the internal family dynamics and the self-perception as a family itself. Examples illustrate how households with little money subsist, how resources are distributed, how conflicts of want are resolved and everyday culture is formed.



spezifischen sozialrechtlichen und sozioökonomischen Bedingungen betrachtet, die das Wirtschaften mit wenig Geld im Haushalt beeinflussen. Daran anschließend werden empirische Ergebnisse eines Forschungsprojektes dargestellt, das die „Lebenszusammenhänge von Mehrpersonenbedarfsgemeinschaften“ in Deutschland untersucht. Anhand von zwei Fallbeispielen werden wichtige Einflussfaktoren für das Haushalten mit (zu) wenig Geld herausgearbeitet. Aus den empirischen Befunden werden kritische Schlussfolgerungen für Armutspräventionsansätze gezogen, die sich vorrangig auf die Vermittlung von Haushaltsführungskompetenzen konzentrieren.

### Haushaltsführung

Aufgabe der Haushaltsführung ist die Daseinsvorsorge der Haushaltsmitglieder in personaler Verantwortung. Hinter dieser lapidaren Feststellung steht ein Kosmos an Versorgungs-, Pflege- und Erziehungsleistungen, die im privaten Haushalt unter ökonomischen Restriktionen, dem Einsatz von Zeit, Kenntnissen und Fähigkeiten sowie unter Berücksichtigung individueller persönlicher Präferenzen der Haushaltsmitglieder erbracht werden und der Lebenserhaltung wie auch der Schaffung einer Alltagskultur dienen (v. Schweitzer 1991, S. 138). Die Bereitschaft, unentgeltlich und unmittelbar für andere Menschen zu sorgen, begründet im Kern die sozioökonomische Aufgabe haushälterischen Handelns und verweist zugleich auf die persönlichen Beziehungen innerhalb der Haushalte (ebd., S. 58).

Haushalte, die Grundsicherung für Arbeitssuchende nach dem Sozialgesetzbuch II (Arbeitslosengeld II) beziehen, sind mit verschiedenen besonderen Herausforderungen konfrontiert, die im Folgenden näher betrachtet werden: Die Haushalte gelten im Sinne des Sozialgesetzbuches als Bedarfsgemeinschaften und sind somit sozialrechtlichen Regelungen unterworfen, die in die Haushaltsführung eingreifen und Anpassungsleistungen der Haushalte notwendig machen. Da die Grundsicherung allenfalls ein Existenzminimum absichert, befinden sich die betroffenen Haushalte meist in einer prekären Einkommenssituation, die sich unmittelbar auf die Haushaltsführung auswirkt. Dabei lastet auf den Haushalten die Erwartung, auch mit knappen Mitteln die Versorgung zu gewährleisten. Treten Probleme wie Versorgungsengpässe oder Überschuldung auf, dann werden Defizite hinsichtlich der Haushaltsführungskompetenzen diagnostiziert.

### Sozialrechtliche Rahmenbedingungen

Personen, die aufgrund von Arbeitslosigkeit ihren Lebensunterhalt nicht bestreiten können, aber grundsätzlich erwerbsfähig sind, erhalten Grundsicherung (§ 7 Abs. 1 SGB II). Haushaltsgehörige wie Ehe-/Partner und Kinder werden ebenfalls abgesichert, da sie sozialrechtlich eine Bedarfsgemeinschaft bilden, bei der davon ausgegangen wird, „Verantwortung füreinander zu tragen und füreinander einzustehen“ (§ 7 Abs. 3 SGB II). Die sozialrechtliche Konstruktion der Bedarfsge-

meinschaft unterstellt damit eine wirtschaftliche Vergemeinschaftung unabhängig vom Selbstverständnis als Familie und der Beziehungskultur sowie unabhängig von der tatsächlichen Praxis des Wirtschaftens im Haushalt. Der Regelbedarf wird zwar individuell festgelegt, hängt jedoch vom Alter, von der Stellung innerhalb des Haushalts und von den anrechenbaren Einkommensteilen aller Haushaltsangehöriger ab. Die Summe der einzelnen Regelbedarfe wird insgesamt an den Bevollmächtigten der Bedarfsgemeinschaft ausbezahlt.

Die Vergemeinschaftung der Grundsicherung birgt Konfliktpotenzial, wenn der Haushalt oder einzelne Haushaltsmitglieder der Logik des kollektiven Leistungsanspruchs nicht folgen. Denn sozialrechtlich wird implizit vorausgesetzt, dass der Haushalt über das Geld gemeinschaftlich entscheidet und Verbrauchsausgaben gemäß den Regelbedarfen der Haushaltsmitglieder tätigt. Wenn jedoch ein Haushaltsangehöriger Einkommensteile, beispielsweise sein Erwerbseinkommen, als eigenes Geld betrachtet, und die anderen von der ergänzenden Grundsicherung versorgt werden müssen, so gerät die Bedarfsgemeinschaft in eine finanzielle Schieflage, da die Vergemeinschaftung des gesamten Haushaltseinkommens nicht erfolgt.

Ein weiteres Konfliktfeld aus der sozialrechtlichen Vergemeinschaftung von Einkommen entsteht, wenn heranwachsende Familienmitglieder eine Ausbildungsvergütung erhalten. Damit fallen sie aus der Bedarfsgemeinschaft; die Familie erhält nur noch einen Mietanteil für dieses Haushaltsmitglied. Nun müsste der Heranwachsende von seiner Ausbildungsvergütung Geld abgeben, damit er in der Haushaltsgemeinschaft weiter versorgt werden kann. Die Aushandlung über die Beteiligung an den Lebenshaltungskosten birgt erfahrungsgemäß Aushandlungs- und eben auch Konfliktpotenzial.

Das vom Gesetz geforderte kollektive Wirtschaften unter Einbeziehung der Einkommen und Bedarfe aller Haushaltsmitglieder stimmt somit häufig mit den tatsächlich ausgeübten Praktiken des Haushalts nicht überein.

### Einkommenssituation

Arbeitslosengeld II verweist nicht nur auf die sozialrechtlichen Eingriffe in den Haushalt, sondern auch auf eine prekäre Einkommenssituation. Für die Ermittlung der Regelbedarfe werden durchschnittliche Verbrauchsausgaben einkommenschwacher Haushalte herangezogen (vgl. §1 RBEG)<sup>2</sup>. Aktuell beziehen in Deutschland 6,3 Mio. Personen Arbeitslosengeld II, die in rund 3,2 Mio. Bedarfsgemeinschaften leben (Bundesagentur für Arbeit 2017).

Ursächlich für die Arbeitslosigkeit und den Bezug von Arbeitslosengeld II sind häufig ein geringer formaler Schulabschluss sowie das Fehlen einer Berufsausbildung. Nach einer Studie des Instituts für Arbeitsmarkt- und Berufsforschung (IAB) weisen im Jahr 2013 etwa 42 Prozent der befragten Arbeitslosengeld-II-Bezieher keinen Berufsabschluss auf – doppelt so viele wie in der Vergleichsgruppe der Personen, die kein Arbeitslosengeld II erhalten. Dort fehlt bei knapp 21



Prozent eine abgeschlossene Berufsausbildung (Beste 2014, S. 2).

Die Höhe der staatlichen Unterstützung setzt sich im Wesentlichen aus den monatlich gewährten Regelbedarfen sowie den Kosten für Unterkunft und Heizung zusammen. Dabei werden die Wohnkosten bis zu festgelegten Grenzen in tatsächlicher Höhe erstattet. Zusätzlich unterstützt werden Bedarfsgemeinschaften durch anerkannte Mehrbedarfe beispielsweise für Alleinerziehende oder Schwangere (§ 21 SGB II) sowie durch Leistungen aus dem Bildungs- und Teilhabepaket für Kinder und Jugendliche (§ 28 SGB II). Die Regelbedarfe werden jährlich angepasst; im Jahr 2017 liegt die Höhe der Regelbedarfe für leistungsberechtigte Personen in einer Bedarfsgemeinschaft bei folgenden monatlichen Beträgen:

- 409 EUR für Alleinstehende oder Alleinerziehende,
- je 368 EUR für Ehepartner, Lebenspartner oder Partner in einer Lebensgemeinschaft,
- je 327 EUR für nicht erwerbstätige erwachsene Haushaltsmitglieder unter 25 Jahren,
- je 311 EUR für Kinder bzw. Jugendliche im Alter zwischen 14 und 17 Jahren,
- je 291 EUR für Kinder im Alter zwischen sechs und 13 Jahren und
- je 237 EUR für Kinder unter sechs Jahren (§ 8 RBEG).

Bei der Einschätzung der Einkommenssituation muss zudem berücksichtigt werden, dass es zwar zahlreiche familienpolitische Leistungen gibt, die Familien gezielt unterstützen. Allerdings werden die meisten Leistungen vollständig auf das Arbeitslosengeld II angerechnet. Dies gilt beispielsweise für das Kindergeld, für Unterhaltszahlungen oder den Unterhaltsvorschuss. Bedarfsgemeinschaften sind verpflichtet, diese Leistungen zu beantragen, da diese vorrangig vor dem Arbeitslosengeld II gewährt werden. In der Summe ändert sich an der Einkommenssituation für die Hilfeempfänger nichts, lediglich die Einkommensquellen sind unterschiedlich.

Angesichts der Tatsache, dass zur Ermittlung der Regelbedarfe untere Einkommensgruppen herangezogen werden, unterliegen Haushalte im Grundsicherungsbezug einem erheblichen Armutrisiko. Nach der oben genannten Studie des IAB verfügen 77 Prozent der untersuchten Arbeitslosengeld-II-Bezieher über weniger als 60 Prozent des Medianeinkommens in Deutschland, gelten somit als armutsgefährdet (Beste 2014, S. 4).

Ein knappes verfügbares Einkommen bedeutet, dass zwar die Existenz gesichert ist und Miete, Ernährung sowie Energiekosten bezahlt werden können. Doch sind armutsgefährdete Haushalte häufig von Konsumbereichen ausgeschlossen, die über die Existenzsicherung hinausgehen. Dazu gehören Ausgaben für Gesundheit sowie Bildung, Freizeit oder Reisen. Damit wird diesem Personenkreis und insbesondere auch den Kindern die soziale und kulturelle Teilhabe erschwert (Rosenfelder 2012, S. 32 f.). Außerdem bedeuten knappe Armutsbudgets, dass meist keine finanzielle Vorsorge getroffen werden kann, weder in Form von Versicherungen noch zur Bildung von Rücklagen für unvorhergesehene Ausgaben oder

größere Anschaffungen. Eng bemessene Haushaltsbudgets sind daher in hohem Maße störanfällig; Liquiditätsprobleme gehören häufig zur Tagesordnung. Es ist daher eine große Herausforderung, mit der fortdauernden Knappheit der verfügbaren Mittel, mit zu wenig Geld zurechtzukommen.

### Haushaltsführung mit wenig Geld

Einen Haushalt zu führen, um die Daseinsvorsorge der Haushaltsmitglieder zu gewährleisten, ist eine komplexe Aufgabe, die eine Vielzahl an Ressourcen erfordert. Die dafür notwendigen Ressourcen lassen sich unterscheiden in materielle und immaterielle Ressourcen. Zu den materiellen Ressourcen gehören vor allem das Erwerbseinkommen und die Transferleistungen des Staates, zu den immateriellen Ressourcen gehören vor allem Zeit, Fähigkeiten und Kenntnisse. Außerdem bilden die privaten und institutionellen Netzwerke bedeutende externe Ressourcen, die die Haushalte in der Haushaltsführung unterstützen (v. Schweitzer 1991, S. 155 ff, Meier 2003, S. 56).

Sind insbesondere die materiellen Ressourcen knapp bemessen, stellt sich die Frage, wie die Daseinsvorsorge mit wenig Geld gelingen kann. Yildiz zeigt in ihrer Studie, welche Strategien Haushalte bei verringertem Einkommen ergreifen, um die Versorgung mit Lebensmitteln sicherzustellen. Dazu gehören beispielsweise Veränderungen des Lebensmitteleinkaufs (Einkauf beim Discounter, Kauf von Handelsmarken statt Herstellermarken), Einschränkungen beim Lebensmittelverzehr (Verzicht auf Qualität, Auswahl der Lebensmittel) oder vermehrte Eigenproduktion (Yildiz 2014, S. 210 ff.). Bödeker legt in ihrer Studie zur Haushaltsführung in sozialen Brennpunkten dar, wie die betroffenen Haushalte ihre begrenzten Handlungsspielräume nutzen, um die Daseinsvorsorge sicher zu stellen. Dabei folgen sie Wertorientierungen, die häufig als spontan und gegenwartsorientiert kritisiert werden, für ihre Lebenssituation jedoch konsistent und sinnvoll erscheinen (Bödeker 1992, S. 155 f.) – Ergebnisse, die bis heute nichts an Aktualität verloren haben.

Während auf der einen Seite erforscht wird, wie Niedrig-einkommensbezieher wirtschaften, werden auf der anderen Seite Defizite bei der Haushaltsführung festgestellt, die Auslöser und Ursache von Armut sein können und daher als Ansatzpunkte für die Armutsprävention dienen (vgl. u. a. Piorowsky 2003, S. 207). Ketschau geht davon aus, dass „in prekärer Lebenslage, bei erhöhtem Problemdruck [...] ein entsprechend erhöhter Bedarf an Handlungskompetenzen in den Haushalten und Familien“ besteht, da Ressourcen und Spielräume enger bemessen seien, Fehlentscheidungen ein höheres Risiko tragen und weniger kompensiert werden können (Ketschau 2010, S. 244). Empirischen Untersuchungen zufolge ist das Wissen in Haushaltsfragen gerade bei armen Familien sehr gering, was sich auch dadurch erklären ließe, dass hauswirtschaftliche Kenntnisse mit der Schulbildung korrelieren (ebd., S. 244). Im Kern besteht das Dilemma, dass gerade von Haushalten mit niedrigem Einkommen ein besonders planerisches und rationales Wirtschaften verlangt



wird, während sich Haushalte mit größerem finanziellen Spielraum eher erlauben können, ungeplant, spontan und ohne Rationalitätsdruck Geld ausgeben zu können. Dies wirft die Frage auf, nach welchen Maßstäben und mit welcher Zielsetzung beurteilt werden soll, wann die Haushaltsführung als gelungen, wann als defizitär anzusehen ist.

Ein weiteres Problem bei der Einschätzung der Haushaltsführung besteht darin, dass Haushalte häufig als Ganzes, gewissermaßen als „Blackbox“ von außen betrachtet werden, und somit die Prozesse innerhalb der Haushalte unberücksichtigt bleiben. Jedoch beeinflussen unterschiedliche Präferenzen, Zielkonflikte, Ressourcenverteilung zugunsten der einen oder zu Lasten der anderen Haushaltsmitglieder, individuelle oder gemeinsam geteilte Vorstellungen von Verteilungsregeln innerhalb des Haushalts die Versorgung der einzelnen Personen im Haushalt und die gesamte Daseinsvorsorge.

Wie wirtschaften nun Haushalte mit (zu) wenig Geld, wie gehen sie mit Bedürfniskonflikten um, und welche Beziehungen und Dynamiken innerhalb der Haushalte prägen das alltägliche Wirtschaften? All diese Fragen sind Gegenstand eines empirischen Forschungsprojekts, über das im Folgenden berichtet wird.

### Methodisches Vorgehen

Im Forschungsprojekt „Lebenszusammenhänge von Mehrpersonenbedarfsgemeinschaften“<sup>43</sup> des Instituts für Arbeitsmarkt- und Berufsforschung Nürnberg (IAB) sind 36 Haushalte an sieben verschiedenen Standorten in Deutschland mittels qualitativer Methoden untersucht worden. Die Haushalte, zumeist Familien mit Kindern, beziehen Arbeitslosengeld II, auch als aufzählende Leistung zu einem nicht ausreichenden Erwerbseinkommen. Die Untersuchungsstandorte weisen eine regionale Varianz hinsichtlich geografischer, demografischer sowie arbeitsmarktbezogener Faktoren auf; untersucht werden Haushalte, die in ländlichen Regionen, in kleineren oder Großstädten, in den alten und in den neuen Bundesländern leben.

Die teilnehmenden Haushalte werden über das Jobcenter oder lokal ansässige Institutionen und Beratungsstellen gewonnen. Dort werden in Hausbesuchen mehrere mündliche Interviews durchgeführt, und zwar Paarinterviews, getrennte Einzelinterviews mit den Erwachsenen sowie Interviews mit den Kindern, sofern sie älter als sieben Jahre sind. Die Interviews werden auf Tonträger aufgenommen und anschließend wörtlich transkribiert. Ergänzt wird das empirische Material durch Beobachtungen der Wohnung, Wohnumgebung und des familiären Zusammenlebens. Die Transkripte werden inhaltsanalytisch sowie in ausgewählten Fällen fallrekonstruktiv ausgewertet.

### Empirische Ergebnisse

Zur Illustration der Haushaltsführung mit wenig Geld vor dem Hintergrund der Haushalts- und Beziehungsdynamik

werden im Folgenden zwei Fallbeispiele dargestellt, die relevante Praktiken der Haushaltsführung sichtbar machen. Dabei wird ein subjektorientierter Blick auf die Einschätzung der Lebenssituation der befragten Haushalte eingenommen. Es geht nicht um die Beurteilung der Haushaltsführung anhand objektiver Kriterien wie rationelle Arbeitsplanung oder Gesundheitswert der Ernährung. Vielmehr stehen Handlungspräferenzen und Deutungsmuster im Mittelpunkt, die zwischen den Haushaltsmitgliedern, auf der Paarebene zwischen Mann und Frau sowie zwischen Eltern und Kindern entwickelt werden und das haushälterische Handeln bestimmen.

#### Fall A: „Du bist als Hartz IV ein Mensch zweiter Klasse“ – Opfer der Umstände

Das Ehepaar Peters<sup>4</sup> (Frau P. 34 Jahre, Herr P. 41 Jahre) lebt mit seinen vier Kindern im Alter zwischen sieben und 15 Jahren in einem kleinen, etwas abgelegenen Dorf in der Nähe einer norddeutschen Kleinstadt. Beide haben eine Berufsausbildung abgeschlossen, Herr Peters hat Fachabitur und ist Großhandelskaufmann, Frau Peters besitzt die Mittlere Reife und ist Restaurantfachfrau. Seit einigen Jahren sind beide aus gesundheitlichen Gründen arbeitslos und beziehen Arbeitslosengeld II. Herr Peters hatte mehrere Bandscheibenvorfälle, Frau Peters leidet an Depressionen und einer Essstörung. Dennoch hoffen beide, ihre gesundheitlichen Probleme bewältigen zu können und durch Umschulungen – Frau Peters möchte Altenpflegerin werden – wieder Fuß in einem Beruf fassen zu können.

#### Versorgung der Familie

Das Ehepaar macht keinen Hehl daraus, dass die Versorgung der Familie massiv eingeschränkt ist und nur unter großen Schwierigkeiten bewältigt werden kann. Beide berichten von verschiedenen Strategien, wie sie versuchen, mit dem knappen Geld über die Runden zu kommen: Sie backen Brot selbst, da dies billiger sei als das Brot aus dem Supermarkt. Sie nutzen Sonderangebote und kaufen Lebensmittel aus der „Grabbelkiste“, bei denen das Mindesthaltbarkeitsdatum beinahe abgelaufen ist, in größeren Mengen und frieren diese auf Vorrat ein.

Besonders eindringlich erzählen sie davon, wie sie ihren Kindern Verzicht auferlegen müssen, weil das Geld für vieles nicht ausreicht: „...Meine Kinder haben seit über einem Monat keine Süßigkeiten mehr gegessen. Traurig, oder?“ (Frau Peters). Wie prekär ihre Einkommenssituation ist, verdeutlicht Frau Peters an folgender Situation: „... meine Tochter hat nächste Woche [...] einen Kurs [...] in der Schule, sie ist erste Klasse. Die Klasse macht einen Kochkurs. Den muss ich mit 3 Euro bezahlen. Ich kann die 3 Euro nicht bezahlen. Meine Tochter wird ausgegrenzt. Sie muss die Klasse dann verlassen. Das tut weh. [...] 14 Tage bevor es neues Geld gibt, ist das/ sind die Lebensmittel so knapp, dass wir Erwachsenen anfangen zu hungern für die Kinder. Das sind unsere aktuellen Lebenssituationen.“



Herr und Frau Peters präsentieren sich als Familie in bitterer Armut, die sich in der mangelhaften Grundversorgung mit Lebensmitteln, Kleidung oder auch sozialer Teilhabe der Kinder äußert. Die Bewältigung des Mangels bleibt dabei nicht Aufgabe der Eltern allein. Vielmehr werden die Kinder einbezogen, indem ihre Eltern die Hilfebedürftigkeit ihnen gegenüber thematisieren: „... wir reden viel darüber. Weil ich mich auch viel immer entschuldige, dass das jetzt gerade nicht möglich ist“ (Frau Peters). Damit wird den Kindern die Verantwortung aufgebürdet, ihren Beitrag zur Versorgungslage im Haushalt zu leisten, sei es durch Verzicht, sei es durch eigenes aktives Handeln, wie Frau Peter berichtet: „... Also ich bin sehr, sehr stolz auf meinen Großen. Also das ist/ der ist nicht wie ein typischer 15-Jähriger. Er verlangt nichts. Er steht selbst zurück, weil er weiß, wie es uns finanziell geht. Es ist sogar traurig, aber wahr; wenn er was verdient, kommt er und sagt: Hier Mama, geh einkaufen.“

#### *Verteilung des Budgets*

Das Wirtschaften in der Familie Peters lässt scheinbar jede längerfristige Planung vermissen. Bezahlt wird, was gerade ansteht, ohne kommende Ausgaben einkalkulieren oder Prioritäten bei den Ausgaben setzen zu können. So schildert Frau Peters beispielsweise, dass die Familie Anfang des Jahres in bittere Not gelangt war, da Versicherungsbeiträge vom Konto abgebucht wurden und somit im Januar kaum Geld für die Lebenshaltung übrig blieb. Das Budget der Familie wird durch ein Auto belastet, das jedoch aufgrund der ungünstigen Infrastruktur des Wohnortes einfach notwendig ist. Dennoch können diese Ausgaben, die im Regelbedarf gar nicht einkalkuliert sind, von Frau und Herrn Peters nicht ausreichend berücksichtigt werden, um die Grundversorgung der Familie sicher zu stellen. Während auf der einen Seite von häufigen Liquiditätsengpässen die Rede ist, berichtet das Ehepaar auf der anderen Seite fast ein wenig stolz davon, dass jedes ihrer vier Kinder einen Fernseher in seinem Zimmer hat.

Aus rationaler Sicht weist die Ausstattung mit Fernsehgeräten angesichts des zuvor geschilderten elementaren Mangels am Nötigsten auf eklatante Planungsdefizite hin. Es lässt sich nicht erkennen, welche Bedarfe Vorrang haben, welche hinten angestellt werden. Doch darf nicht unterschätzt werden, welche Bedeutung Konsumgüter wie Fernseher (beispielsweise als Ersatz für Kinobesuche) für die Familie haben, die sich von der Gesellschaft ausgeschlossen fühlt und sich sorgt, dass sie ihren Kindern ansonsten nichts bieten kann.

#### *Beziehungsdynamik und Familienselbstbild*

Die Ursachen, warum die Familie ihre finanzielle Lage nicht meistern kann, sind vielfältig. Auf der individuellen Ebene wäre anzunehmen, dass beide, Herr und Frau Peters, nie gelernt haben, Geld einzuteilen und seine Verwendung zu planen. Auch die Einkommenseinbußen gegenüber der Zeit, als sie noch erwerbstätig waren, können vielleicht noch nicht verschmerzt werden. Doch jenseits von individuellen Handlungskompetenzen dürfte die Beziehungsdynamik eine wich-

tige Rolle für die Ausprägung der Haushaltsführung spielen. Dabei kommt Frau Peters eine zentrale Rolle zu: Sie ist die dominante Person, um die sich in dieser Familie alles dreht. Sie nimmt für sich in Anspruch, die Belange der Familie zu bestimmen und zu regeln. Zugleich jedoch hat Frau Peters infolge ihrer belasteten Kindheit, in der sie traumatische Geschehnisse erlebte, Depressionen entwickelt, die heute das Familienleben prägen.

Die psychischen Belastungen machen es Frau Peters nicht möglich, gewissermaßen das Heft in die Hand zu nehmen und die Finanzen über den Tag hinaus zu planen. Sie behauptet zwar von sich, „... ein totaler Kontrollfreak“ zu sein und ein Haushaltsbuch zu führen, und hält damit ein Selbstbild von sich aufrecht, den Haushalt zu führen und die Finanzen zu managen. Tatsächlich agiert Frau Peters nicht, sondern reagiert auf die jeweils aktuelle finanzielle Situation, die dann immer wieder desaströs ist. Da sie ihrer Meinung nach aber alles tut, was in ihrer Macht steht, um die Familie zu versorgen, und dabei aber immer wieder scheitert, werden die Gründe dafür im Außen gesucht: Beim Jobcenter, das schikanös ist und die Familie abfällig behandelt; bei den Arbeitgebern, die ihren Mitarbeitern keinen sicheren Arbeitsplatz bieten; bei den Eltern von Herrn Peters, die sie nicht unterstützen, weil sie den Lebensentwurf ihres Sohnes ablehnen; beim sozialen Umfeld, das sich abwendet, weil man Hartz-IV-Empfänger ist; bei der Schule der Kinder, die die finanzielle Knappheit der Familie nicht ausreichend berücksichtigt. Frau Peters inkorporiert geradezu all die Demütigungen, die die öffentlichen Diskurse über Armut und prekäre Lebensverhältnisse bereithalten, wenn sie feststellt: „Du bist als Hartz IV ein Mensch zweiter Klasse“ (vgl. auch Kreher/Matthäus 2012, S. 199 ff.).

Herr Peters stützt das Denken und Handeln seiner Frau und teilt ihre Sichtweise, wer für ihre prekäre Lage verantwortlich ist. Im Paarinterview bestärken sie sich gegenseitig und machen an vielen Beispielen abwechselnd deutlich, wie sehr sie sich als Opfer widriger Umstände wahrnehmen. Damit perpetuiert Herr Peters das Selbstbild seiner Frau, dass sie den Haushalt führt und die Finanzen managt, dabei aber immer wieder an den äußeren Umständen scheitert. Verfestigt wird diese Dynamik durch ein geradezu hermetisch abgeschlossenes Familienselbstbild: „... im Grunde besteht unsere Familie, wirklich Familie nur aus uns und den Kindern“ (Frau Peters). Andere Personen, Freunde, Verwandte oder Bekannte, spielen im Leben der Familie Peters kaum eine Rolle, vielleicht auch, weil sie Verurteilungen und Vorwürfe befürchten.

An diesem Fallbeispiel wird deutlich, wie sehr die innerfamiliäre Dynamik und das Familienselbstbild ein vorausschauendes und fürsorgliches Wirtschaften erschweren, obwohl es Herrn und Frau Peters nicht an formaler Bildung mangelt. Doch die Zentrierung der Familie um die depressive Mutter verlangt offenbar vom Ehemann und den Kindern Rücksichten, die eine Verantwortungsübernahme für den Familienalltag und somit auch eine mögliche Verbesserung der Versorgung verhindern.



### Fall B: „Also ganz arm sind wir ja nicht“ – die Managerin des Mangels

Annette Reiter und Olaf Küster (beide 37 Jahre alt) leben mit ihren beiden Kindern im Alter von acht und zwölf Jahren in einer größeren Stadt im Süden Deutschlands. Frau Reiter hat den Beruf der Einzelhandelskauffrau erlernt, allerdings bedingt durch die Geburt der Kinder ihre Erwerbstätigkeit immer wieder unterbrochen. Sie hofft nun, mit Unterstützung des Jobcenters eine Umschulung zu ihrem Wunschberuf als Erzieherin absolvieren zu können. Ihr Lebenspartner Herr Küster hat keinen Beruf erlernt und war bisher in wechselnden Anlernjobs tätig. Derzeit arbeitet er saisonweise in geringfügiger Beschäftigung auf dem Bau. Die Familie bezieht Arbeitslosengeld II, das durch den Selbstbehalt von Herrn Küsters Minijob ergänzt wird.

#### Versorgung der Familie

In dieser Familie ist es Frau Reiter, die für die Finanzen des Haushalts zuständig ist, den Überblick über die Finanzen behält, die Einteilung des Geldes organisiert und Ausgaben plant. Für sie ist das Zurechtkommen mit dem Geld, das der Familie zur Verfügung steht, „ganz einfach“, und sie beschreibt, wie sie alltagspraktisch mit dem Geld umgeht: Die Einteilung des knappen Budgets organisiert Frau Reiter entlang der unterschiedlichen Auszahlungszeitpunkte der Transferleistungen: Am Anfang des Monats wird das Arbeitslosengeld II ausbezahlt, Mitte des Monats das Kindergeld und gegen Ende des Monats erfolgt die Unterhaltszahlung für den älteren Sohn, der aus einer früheren Beziehung von Frau Reiter stammt. Frau Reiter nutzt die von außen auferlegte Budgetierung, indem sie die Summe, die jeweils zur Verfügung steht, für Großeinkäufe verwendet, wohl wissend, dass die nächste Auszahlung in den nächsten zehn bis 14 Tagen erfolgen wird. Für die Einkäufe, die sie im Discounter tätigt, steht ihr Vater mit seinem Pkw zur Verfügung. Somit ist die Versorgung der Familie über den ganzen Monat hinweg gesichert. Den problemlosen Umgang mit dem knappen Geld, „... kann jetzt nicht sagen, dass ich irgendwie Geldprobleme hätte“, erklärt Frau Reiter damit, dass sie sehr sparsam ist und Möglichkeiten nutzt, Güter billig einzukaufen. Als Beispiel nennt sie Kleidung, die sie auf Flohmärkten oder bei Textildiscountern einkauft. Sind größere Ausgaben nötig, dann streckt sie diese über einen längeren Zeitraum oder borgt sich von ihrem Vater Geld.

In der Alltagspraxis zeigt sich, dass Frau Reiter offenbar weitgehend allein über die Finanzen der Familie entscheidet. Gestützt wird ihre Stellung als „Finanzchefin“ durch die Tatsache, dass die Familienfinanzen über das Konto ihres Vaters laufen. Da weder sie noch ihr Partner derzeit ein Girokonto besitzen aus Angst vor einer Kontopfändung – beide haben aus unterschiedlichen Gründen Schulden aus der Zeit vor ihrer jetzigen Partnerschaft –, erfolgen alle Einzahlungen (Transferleistungen, Minijoblohn) auf das Girokonto von Frau Reiters Vater, der das Geld bar an die Familie aushändigt. Die Tatsache, dass Herr Küster in die Verwaltung der Familienfinanzen

kaum eingebunden ist, wird durch diesen organisatorischen (Um)Weg über den (Schwieger)Vater noch manifestiert und von Herrn Küster offenbar auch akzeptiert.

#### Verteilung des Budgets

Frau Reiter bezeichnet das Geld, das der Familie zur Verfügung steht, als gemeinsames Geld: „... also so meins und deins gibt's bei uns nicht. Nee, nee. Das geht nicht. Das kann man auch nicht machen, wenn man ne Familie hat“. Auch wenn sie mehr oder weniger autonom über die Familienfinanzen entscheidet, präsentiert Frau Reiter eine kollektivistische Auffassung, der zufolge alle verfügbaren Mittel der Familie zu Gute kommen sollen. Individuelle Wünsche und Interessen müssen dem Wohlergehen der Familie untergeordnet werden. Da Frau Reiter gewissermaßen die Deutungshoheit für sich beansprucht, was im Interesse der Familie ist, weist sie ihrem Lebenspartner Geld für seine individuellen Bedürfnisse, beispielsweise Zigaretten oder Friseurbesuche, zu und gewährt ihren Kindern Taschengeld. Sie selbst gesteht sich kein persönliches Geld zu: „... ich rauche selber nicht, ich trink kein Alkohol, ich leiste mir selber eigentlich fast gar nix“ (Frau Reiter).

Jedoch dient das strikte Finanzmanagement vor allem dazu, den Kindern ein materiell sorgenfreies Aufwachsen zu ermöglichen. Die Ausstattung der Kinder mit Konsumgütern ist durchaus beachtlich: In ihrem Kinderzimmer stehen ein Fernseher – ein Geschenk vom Opa (Frau Reiters Vater) –, Spielekonsolen, ein Aquarium, Bücher und Spiele. Beide Eltern berichten, wie großzügig ihre Kinder zu Weihnachten beschenkt und wie teurere Kleidungsstücke, zum Beispiel Markenturnschuhe, unter Mithilfe von Frau Reiters Vater finanziert werden.

Es ist Frau Reiter sehr wichtig, dass ihre Kinder nichts entbehren: „Und die haben drei Konsolen [...] und die kriegen unterm Jahr nichts. Aber die wollen auch nichts, weil die einfach alles haben. Also die sind wunschlos glücklich“ (Frau Reiter). Doch nicht nur die Erfüllung materieller Wünsche gehört zum Glücklichsein. Frau Reiter weist stolz darauf hin, dass sie eine „gute Mutter“ ist, die sich um ihre Kinder kümmert, die – ganz anders als ihre Mutter – in der Erziehung alles richtig machen will, der das Glück und Wohlergehen ihrer Kinder am Herzen liegt und die für ihre Kinder auch auf Dinge verzichtet. Frau Reiter hat ganz klare Normvorstellungen von einer „guten“ Mutter, mit denen sie sich explizit von ihrer eigenen Mutter abgrenzt. Sie selbst hat als Kind eine egoistische, schwache und problembehaftete Mutter erlebt, die zudem alkoholabhängig war. Frau Reiters eigenes Muttersein ist der komplette Gegenentwurf dazu: Sie ist stark, sie füllt die Erwachsenenrolle aus, sie stellt das Wohl ihrer Kinder über ihr eigenes und sie erfüllt selbstverständlich die Wünsche ihrer Kinder, wenn sie das möglich machen kann. Ihr Lebensgefährte stützt dieses Selbstbild und sagt: „... sie als Mama zu haben ist als Kind wirklich genial“ (Herr Küster).



*Beziehungsdynamik und Familienselbstbild*

Die Familie Reiter/Küster präsentiert sich als eine unbeschwerte, irgendwie ganz normale Familie, in der die beiden Kinder eine wichtige Rolle für den familialen Zusammenhalt spielen. Für das Selbstverständnis der Familie ist es dabei zentral, trotz knapper Mittel eine materielle Sorgenfreiheit zu produzieren. Dazu gehört auch die Einschätzung „... also ganz arm sind wir ja nicht“ (Frau Reiter). Frau Reiter übernimmt als kompetentes Familienoberhaupt die Aufgabe, die Finanzen, genauer gesagt: den Mangel, zu managen. Denn um sie zentriert sich die Familie: Sie trägt die Verantwortung für die Familie, organisiert und strukturiert den Familienalltag und kümmert sich um die Finanzen. Ihr eigener Verzicht auf persönliche Ausgaben ist dabei die logische Konsequenz, ihren eigenen Ansprüchen, eine „gute Mutter“ zu sein, zu genügen und ihrer Normalitätsvorstellung von Familie nahezukommen.

Zugleich stützt Herr Küster die Dominanz seiner Lebenspartnerin, indem er ihre Autorität unangefochten anerkennt, ihre pragmatische Kompetenz vielleicht auch bewundert. Da er selbst die Rolle als Familienernährer nicht ausfüllen kann, konzentriert er sich darauf, als Familienvater zum Gelingen als „Normalfamilie“ beizutragen, die sich nur vorübergehend im Arbeitslosengeld-II-Bezug befindet.

Übliche Standards für gesunde Ernährung, Hygiene oder pädagogische Kriterien würden der Familie angesichts der Medienpräsenz im Kinderzimmer, der Schuldensituation oder des gegenwartsorientierten Konsumverhaltens bescheinigen, dass Defizite an Haushaltsführungskompetenzen bestehen. Ein Blick in den Haushalt zeigt jedoch, dass das Paar in seiner Rollen- und Autoritätsverteilung die prekäre Einkommenssituation meistert, mehr noch eine Alltagskultur schafft, die möglicherweise eine Schieflage der materiellen Verteilung aufweist, für die Familie jedoch stimmig und für ihr Familienselbstbild notwendig ist.

**Schlussbemerkung**

Die Lebenssituationen von Haushalten im Grundsicherungsbezug sowie die Ursachen ihrer prekären Einkommensverhältnisse und ihre Bewältigung sind sehr unterschiedlich, wie die Fallbeispiele exemplarisch zeigen. Frau Reiter (Fall B) sorgt als kompetente Managerin des Mangels dafür, dass es ihren Kindern und ihrem Partner möglichst an nichts fehlt; hilfreich sind dabei die Infrastruktur, günstige Einkaufsmöglichkeiten und vor allem die Unterstützung aus ihrem familiären Umfeld. Familie Peters (Fall A) hingegen kämpft mit psychischen und physischen Problemen, die pragmatische alltags-taugliche Lösungen für die Haushaltsführung erschweren; zugleich verstärken die infrastrukturell ungünstige Lage ihrer Wohnung und das fehlende soziale Netz ihre Notlage. So verschieden sich die Lebenslagen der beiden Familien darstellen, so eint sie beide, dass sie sich mit den sozialrechtlichen Anforderungen des SGB II sowie den psychischen Konsequenzen des „Hartz-IV“-Bezugs und dem damit verbundenen Ausgrenztsein auseinander setzen müssen.

Angetrieben von dem Ziel nach Verwirklichung von Chancengleichheit stellt sich den Verantwortlichen in Wissenschaft und Politik die Frage, welche Unterstützungsangebote und Maßnahmen – abgesehen von der Arbeitsmarktpolitik – zur Prävention oder Linderung von benachteiligten Armutslagen beitragen können. Die empirischen Ergebnisse zeigen dabei, dass das bisherige Verständnis von Haushaltsführungs- oder Alltagskompetenzen sowie die daraus resultierenden Bildungsangebote der Lebenswirklichkeit oft nicht gerecht werden (Piorkowsky 2003, S. 208). Auch wenn Familien scheinbar irrational, gegenwartsorientiert oder kurzsichtig handeln, so kann dies in der Sinnsetzung für die Identität als Haushalt und Familie absolut sinnvoll und für den Zusammenhalt der Familie zielführend sein. Daher müssen das „Personalsystem“ (v. Schweitzer 1991), seine Beziehungsmuster und das Selbstbild der Haushalte stärker berücksichtigt werden, um die Haushaltsführung und seine Leistungen für die Haushaltsmitglieder jenseits normativer Setzungen besser beurteilen zu können. Die Tatsache, dass Haushalte in ihrer „Eigen-Sinnigkeit“ oft nur schwer von Prävention erreicht werden können, bedeutet auch, dass die Lebenssituation von Kindern und Jugendlichen effektiv gestärkt werden kann, wenn vor allem institutionelle Angebote der schulischen und außerschulischen Bildung und Förderung niederschwellig und leicht erreichbar sind. Armutskreisläufe können damit eher durchbrochen werden, wenn Familien darin unterstützt werden, dass ihre Kinder aus der Mitverantwortung für die Armutslage herausgelöst werden.

**Literatur**

- Beste, Jonas; Bethmann, A.; Gundert, S. (2014): Materielle und soziale Lage der ALG-II-Empfänger. IAB-Kurzbericht Nr. 24, Nürnberg
- Bödeker, Stefanie (1992): Haushaltsführung in einem sozialen Brennpunkt. Eine qualitative Analyse. Frankfurt/Main
- Bundesagentur für Arbeit (2017): Statistik: Grundsicherung für Arbeitssuchende (SGB II). Online verfügbar unter: <https://statistik.arbeitsagentur.de/Navigation/Statistik/Statistik-nach-Themen/Grundsicherung-fuer-Arbeitssuchende-SGBII/Grundsicherung-fuer-Arbeitssuchende-SGBII-Nav.html> (abgerufen am 06.02.2017)
- Butterwege, Christoph (2009): Armut in einem reichen Land. Wie das Problem verharmlost und verdrängt wird. Frankfurt/Main
- Hirsland, Andreas; Ramos Lobato, P. (2014): „Die wollen ja ein bestimmtes Bild vermitteln.“ Zur Neupositionierung von Hilfeempfängern im aktivierenden Sozialstaat. In: SWS-Rundschau 54, 2, S. 181-200
- Hradil, Stefan (2010): Der deutsche Armutsdiskurs. In: Aus Politik und Zeitgeschichte Nr. 51-52, S. 3-8
- Kettschau, Irmhild (2010): Haushaltsführung als Beitrag zur Armutsprävention – Konzepte, Kompetenzen, Förderungsbedarf. In: Zander, Margherita (Hrsg.): Kinderarmut. Einführendes Handbuch für Forschung und soziale Praxis, Wiesbaden, 2. Auflage, S. 237-254
- Kreher, Simone; Matthäus, K. (2012): Armut nach gesetzlicher Lesart – ländliches Prekariat – Unterschicht? Zur Wahrnehmung von Armut und zur sozialen Konstruktion der/des Armen in der ostdeutschen Gesellschaft. In: Kreher, Simone (Hrsg.): Von der „Leutenot“ und der „Not der Leute“.



- Armut in Nordostdeutschland, S. 185-220
- Meier, Uta; Preuße, H.; Sunnus, E. M. (2003): Steckbriefe von Armut. Haushalte in prekären Lebenslagen, Wiesbaden
- Piorkowsky, Michael-Burkhard (2003): Armut, Armutsforschung und Armutsprävention. In: HuW 51, 4, S. 204-210
- Rosendorfer, Tatjana (2012): Armut und Konsum. Analyse der Haushaltsbudgets von Klienten der Budgetberatung von FIT-FinanzTraining, Expertise für den Münchner Armutsbericht 2012, München
- von Schweitzer, Rosemarie (1991): Einführung in die Wirtschaftslehre des privaten Haushalts, Stuttgart
- Yildiz, Juliane (2014): Auswirkungen eines verringerten Haushaltsbudgets auf den Lebensmittelkonsum: Eine empirische Untersuchung zu den finanziell bedingten Veränderungen am Lebensmitteleinkauf und beim Ernährungsverhalten. Dissertation am Fachbereich Agrarwissenschaften, Ökotrophologie und Umweltmanagement, Justus-Liebig-Universität Gießen. <http://geb.uni-giessen.de/geb/volltexte/2015/11298/> (abgerufen am 22.03.2017).

## Fußnoten

<sup>1</sup> Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird darauf verzichtet, jeweils männliche und weibliche Bezeichnungen aufzuführen. Selbstverständlich umfasst die grammatikalische männliche Form beide Geschlechter.

<sup>2</sup> Laut Gesetz zur Ermittlung des Regelbedarfs (RBEG) werden die Verbrauchsausgaben aus der Einkommens- und Verbrauchsstichprobe ermittelt und dabei die Ausgaben der nach Einkommen geschichteten unteren 15 % von Einpersonenhaushalten bzw. 20 % von Familienhaushalten herangezogen (§ 4 RBEG).

<sup>3</sup> Das Forschungsprojekt ist im Forschungsbereich „Erwerbslosigkeit und Teilhabe“ des IAB angesiedelt und wird in Zusammenarbeit mit der Universität Augsburg (Projektleitung: Prof. Dr. Werner Schneider, Professur für Soziologie mit Berücksichtigung der Sozialkunde) und der Hochschule Fulda (Projektleitung: Prof. Dr. Simone Kreher, Professur für Soziologie der Gesundheit) durchgeführt. Das Projekt hat 2014 begonnen und befindet sich derzeit in der Abschlussphase.

<sup>4</sup> Die Namen aller Befragten sind durch Pseudonyme ersetzt.

Dr. Tatjana Rosendorfer  
Hans-Sachs-Str. 20  
85521 Ottobrunn  
[www.finanzkompetenz-im-alltag.de](http://www.finanzkompetenz-im-alltag.de)  
[tatjana.rosendorfer@mnet-online.de](mailto:tatjana.rosendorfer@mnet-online.de)

## Interessenkonflikt

Die Autorin erklärt, dass kein Interessenkonflikt besteht. Der vorliegende Beitrag ist im Rahmen der freien Mitarbeit der Autorin an der Universität Augsburg im Forschungsprojekt „Lebenszusammenhänge von Mehrpersonenbedarfsgemeinschaften“ entstanden. Das Vorhaben ist im Forschungsbereich „Erwerbslosigkeit und Teilhabe“ des Instituts für Arbeitsmarkt- und Berufsforschung Nürnberg (IAB) angesiedelt und läuft in Zusammenarbeit mit der Universität Augsburg (Projektleitung: Prof. Dr. Werner Schneider, Professur für Soziologie mit Berücksichtigung der Sozialkunde) und der Hochschule Fulda (Projektleitung: Prof. Dr. Simone Kreher, Professur für Soziologie der Gesundheit).

## Wirksame Lebensstilinterventionen in der Schwangerschaft

Eine aktuelle Metaanalyse der Daten von über 12.000 Schwangeren zeigt: Lebensstilinterventionen während der Schwangerschaft sind wirksam. Das Risiko für Schwangerschaftsdiabetes konnte durch Änderungen im Ess- und Bewegungsverhalten der Schwangeren um 24 Prozent gesenkt werden. Die Ergebnisse der Studie „Effect of diet and physical activity based interventions in pregnancy on gestational weight gain and pregnancy outcomes: meta-analysis of individual participant data from randomised trials“ wurden am 19. Juli 2017 im britischen Fachjournal British Medical Journal (BMJ) veröffentlicht. Die Studienergebnisse unterstützen die Empfehlungen für schwangere Frauen, sich während der Schwangerschaft ausgewogen zu ernähren und regelmäßig zu bewegen. Eine solche Lebensstilintervention wird zurzeit auch im Rahmen des Projektes „Gesund leben in der Schwangerschaft“ (GeliS) durchgeführt.

Dies ist ein Kooperationsprojekt unter Leitung von Prof. Dr. med. Hans Hauner an der Technischen Universität München-Weihenstephan (TUM) und dem Kompetenzzentrum für Ernährung (KErn). Die Ziele: Übergewicht vermeiden und die Gesundheit von Mutter und Kind stärken. An der Interventionsstudie nehmen 2.286 Schwangere in zehn Regionen in Bayern teil.

Die Hälfte der Schwangeren hat drei ausführliche Beratungsgespräche über Ernährung und Bewegung mit dafür speziell geschulten Hebammen und medizinischen Fachangestellten geführt sowie ein zusätzliches Beratungsgespräch nach der Geburt des Kindes. In den Vergleichsregionen haben die Schwangeren an der üblichen Schwangerenvorsorge teilgenommen. Auf diesem Wege soll der Erfolg der Beratungsgespräche deutlich werden. Durch Prävention „von Anfang an“ trägt das Projekt dazu bei, kindliches und mütterliches Übergewicht zu vermeiden sowie Schwangerschafts- und Geburtskomplikationen zu reduzieren. Die Pilotstudie der GeliS-Studie ging als eine von insgesamt 36 Interventionsstudien in die aktuell erschienene Metaanalyse ein.

Die Hauptergebnisse der Metaanalyse zeigen, dass eine kombinierte Lebensstilberatung in Bezug auf Ernährung und körperliche Aktivität die Gewichtszunahme während der Schwangerschaft um 0,7 kg verringert, im Vergleich zur Kontrollgruppe, die keine Lebensstilberatung erhalten hat. Gleichzeitig wird das Kaiserschnitttrisiko um zehn Prozent reduziert. Auch das Risiko für Schwangerschaftsdiabetes konnte um 24 Prozent gesenkt werden.

Link Originalstudie: <http://www.bmj.com/content/358/bmj.j3119>

Informationen zum GeliS-Projekt: [www.kern.bayern.de/gelis](http://www.kern.bayern.de/gelis)  
Ansprechpartnerinnen: Eva Rosenfeld, Kompetenzzentrum für Ernährung (KErn), Tel. 08161-71-2778

Nicoleta Culiuc, Kompetenzzentrum für Ernährung (KErn), Tel.: 08161-71-2785

Quelle: KErn, Pressemitteilung vom 25 Juli 2017