

«Strategie und Planung ist auch in der Familie wichtig!»

Olympia-Goldmedallengewinnerin im Triathlon und Ex-Sportlerin Brigitte McMahon bringt Familie und Beruf ganz alleine unter einen Hut! Wie schafft das die alleinerziehende Mutter von vier Kindern im Alter zwischen 3 bis 16 Jahren und einer dementsprechend grossen Bedürfnispalette?



Text und Fotos: Franziska Bischof-Jäggi.

Vielleicht löst ja bereits der Name Brigitte McMahon die eine oder andere Erinnerung aus: Das ist doch die Frau, die es geschafft hat, als Mutter an olympischen Spielen teilzunehmen und dabei zu siegen! Oder: Ist das nicht die Triathletin, welche nach einer Dopinggeschichte aus dem Spitzensport zurücktrat?

Beides ist zwar richtig, doch beides ist nur ein kleines Segment im Leben von Brigitte McMahon! Sie darauf zu reduzieren wäre unfair, weil es weder ihrem vergangenen noch ihrem aktuellen Leben gerecht würde. Wir Menschen neigen oft dazu, uns das Leben sehr stark zu vereinfachen, indem wir beispielsweise vorschnelle Meinungen bilden und diese nie mehr hinterfragen. Gesetzt ist gesetzt – wie beim Spiel – und daran darf man dann nicht mehr rütteln. Das Leben ist aber kein Spiel, auch wenn es genauso viel an Strategie abverlangt!

«Und dieser Rollenwechsel beherrscht sie so schnell, wie eine Triathletin in der Wechselzone sein muss.»

Und tatsächlich: Brigitte McMahon muss strategisch planen können, denn sie managt alles alleine! Sie ist alleinerziehende Mutter von 4 Kindern mit einer grossen Altersspanne zwischen 3 bis 16 Jahren und einer entsprechend riesigen Bedürfnispalette.

Man kann sich vorstellen, dass ein Gespräch in einer so vielschichtigen Familie äusserst anregend und bereichernd ist! Bereits beim Hineinkommen war es mir wohl in ihrem Zuhause und auch unter allen Anwesenden. Nichts von wegen Tohouwabo-hou! Die Stimmung war «aufgeräumt: Dominic, der Älteste, war nicht zu Hause. Er hatte ein Inline-hockeywochenende. Anwesend waren die beiden Mädchen Jenny und Alisha, der kleine Yannic und natürlich Brigitte McMahon selbst. Yannic stellte mir interessiert Fragen, wollte mich kennenlernen und bat mich nach wenigen Minu-

ten, mit ihm in sein Zimmer zu kommen. Dort wollte er seine Werkbank und seine Werkzeuge zeigen. Also sassen wir in Yannics Zimmer auf dem Boden und spielten mit ihm und unterhielten uns gleichzeitig, wobei das Gespräch in keiner Form einem Interview glich, sondern ein Geben-und-Nehmen darstellte. Brigitte McMahon lehnte sich dabei ganz entspannt zurück und nahm eine teilnehmende, beobachtende und aktive Haltung gleichzeitig an. Es war schlicht und einfach stimmig und entspannend für alle – eben eine aufgeräumte Stimmung. Irgendwann verliess Yannic kurz sein Zimmer und kehrte mit dem iPad seines Bruders zurück. Darauf zeigte er mir in einer Selbstverständlichkeit Fotos und Filmchen. Ich staunte, sowohl über seinen Wortschatz als auch über sein technisches Wissen! Und ich staunte ebenso über seine älteren Schwestern, die ihn immer ausreden liessen und ihm damit zu verstehen gaben, dass es in Ordnung war, wenn er erzählte.

Apropos Sprache: Brigitte McMahon spricht mit ihren Kindern Englisch. Zwar sind alle Kinder in der Schweiz geboren, doch ihr Vater lebt in Hawaii. Von ihm ist sie inzwischen geschieden. Dennoch pflegt er eine intensive Beziehung zu allen Kindern und ruft diese fast täglich per Skype an, um sie zu sehen und zu hören. Und weil das allen wichtig ist, hat sie entschieden, Englisch als Familiensprache beizubehalten.

Seit der Familiengründung lebt Brigitte McMahon – zuerst mit dem Vater und später alleine mit den Kindern – in Baar, im selben Haus wie ihre Eltern. Ihre Eltern waren von Beginn weg eine grosse Unterstützung in der Kinderbetreuung und das ermöglichte ihr, auch als Mutter erfolgreich im Spitzensport zu bleiben. Irgendwann starb ihr Vater und die Mutter konnte die Kinderbetreuung nicht mehr alleine abdecken. So kamen zwischenzeitlich Aupair-Lösungen hinzu, die allerdings nicht immer nur eine Unterstützung waren. Inzwischen ist die Alltagsbetreuung wieder sehr konstant: Die drei Älteren dürfen bei der Grossmutter Mittagessen und Yannic besucht an drei Tagen pro Woche eine Tagesfamilie. Brigitte McMahon selbst hat einen eher langen Arbeitsweg. 30 Minuten pro Fahrtstrecke benötigt sie mit dem Auto von Baar nach Schwyz. Das gibt ihr die Möglichkeit, Radio zu hören und so zu den täglichen Nachrichten zu kommen, den Kopf zu lüften und die Gedanken zu sortieren und dabei oft auch das eine oder andere Koordinationstelefon in Ruhe zu erledigen. «Die 30 Minuten sind zwar eine lange Zeit, es ist aber auch Zeit für mich alleine und das hilft mir, mich von der Berufswelt wieder zu lösen und mich auf die Privatwelt einzustellen und umgekehrt» erläutert sie. Wenn Brigitte McMahon spricht, spricht sie mindestens so schnell wie zu ihren besten Wettkampfzeiten! Dennoch bekommt man als Zuhörer nicht das Gefühl, sie sei gestresst, sondern vielmehr, sie sei einfach so voller Gedanken und Ideen und alles sei genauso wichtig und müsse aus ihr raus. Je länger ich ihr zuhöre, desto mehr gewinne ich diesen Ein-

«Sich unter Eltern auszutauschen ist eben immer wieder gewinnend!»

druck. Brigitte McMahon atmet sehr effizient ein und so ergibt sich fast nie eine Pause. Die ganze Schnelligkeit legt sich sofort ab, sobald ein Kind das Wort ergreift. Dann ändert sich nicht nur ihr Gesichtsausdruck, sondern ihre ganze Körperhaltung. Jede Faser, die vorher im Erzählen drin war, ist jetzt am Zuhören und am Anteilnehmen. Und dieser Rollenwechsel beherrscht sie so schnell, wie eine Triathletin in der Wechselzone sein muss. Es ist faszinierend, das mitzuerleben. So ausgeprägt habe ich das noch nirgends erlebt.

Alle drei Kinder zogen sich irgendwann vom Gespräch zurück, nachdem sie sich selbst ja aktiv eingebracht hatten. Yannic gesellte sich, als er müde wurde, wieder zu uns und schlief friedlich auf den Armen seiner Mutter ein. Jenny und Alisha kamen ebenfalls irgendwann wieder ins Wohnzimmer zurück und brachten sich wieder ein. Nichts von nerven, weil wir unser Gespräch ausgerechnet im Wohnzimmer abhielten, wo doch der Fernseher steht. Dieser blieb unangetastet still. Ich sprach mein Erstaunen aus und erfuhr etwas sehr Erstaunliches: Bislang teilte uns unsere 14jährige Tochter immer wieder mit, wir seien die Familie im Kanton Zug mit den strengsten Handy- und Fernsehregeln. Seit dem Gespräch mit der Familie McMahon weiss ich nun, dass es zumindest eine zweite Familie im Kanton gibt, die ebenfalls strenge Regeln befolgt. Sich unter Eltern auszutauschen ist eben immer wieder gewinnend! →

**Steckbrief
Familie McMahon-Huber**

Brigitte (46 Jahre),
70% Anstellung am Kurzzeitgymnasium Schwyz als Biologie- und Chemielehrerin in Deutsch und Englisch, daneben Mandate für Kinder und Erwachsene als persönlicher Sportcoach oder als Trainerin für Gruppen in Firmen.
Hobbies: 1 x pro Jahr Organisation und Durchführung des Kindertriathlons in Seewen, Lesen von wissenschaftlichen Artikeln und aktuellen Forschungsberichten, allgemeiner Literatur und Zeitungen sowie alle Sportarten, die sich mit einer Familie zusammen ausüben lassen wie Skifahren, Velofahren, Schwimmen etc.

Dominic (16 Jahre),
besucht die 3. Sekundarschule und beginnt nach den Sommerferien eine Lehrstelle in Baar als Versicherungskaufmann. Hobbies: Inlinehockey, Eishockey, verschiedene andere Sportarten

Jenny (12 Jahre),
besucht aktuell die 6. Klasse und wechselt nach den Sommerferien in die Sekundarschule. Hobbies: Geräteturnen, Gitarre spielen, lesen

Alisha (10 Jahre),
besucht die 4. Klasse. Hobbies: Geräteturnen, Klavier spielen
Beide Kinder lieben das Singen und Tanzen und hören gerne beim Büchererzählen zu.

Yannic (3 Jahre),
besucht an zwei bis drei Tagen in der Woche eine Tagesfamilie.
Hobbies: Sandkasten, Feuerwehr, Traktoren, Tiere

Nino,
die 9-jährige Katze



Dominic darf sein Handy über Nacht nicht im Zimmer haben, sondern muss es seiner Mutter abgeben, um nicht in Versuchung zu kommen. Fern gesehen wird nur zwischen Freitagabend und Sonntagabend. Auch in Bezug auf weitere Familienregeln gibt es die eine oder andere Parallele. So ist am Samstagvormittag gemeinsame Putzzeit. Jedes Kind räumt sein Zimmer auf und trägt darüber hinaus noch eine weitere Verantwortung wie z.B. Badezimmer oder Wohnraum zu putzen. Am Samstag Nachmittag haben die Kinder meist ein eigenes Programm, treffen sich mit Freunden oder gehen gemeinsam ins Schwimmbad. Sonntag ist strikte Familienzeit. Da wird nur sehr bedingt gearbeitet und es gibt auch nur bedingt individuelle Programme. Jenny hakt ein und betont: «Ich finde es etwas ganz Besonderes, dass der Sonntag immer Familienzeit ist. Das gefällt mir!» Alisha hört ihrer Schwester zu und findet: Ich finde an unserer Familie besonders, dass meine Mutter auf mich hört und ihr meine Meinung auch wichtig ist.» Das spürt man! Nun, Streit und Konflikte gehören zu jeder Familie und so möchte ich von den Mädchen wissen, wie sie sich wieder versöhnen. Alisha schaut mich verschmitzt an und demonstriert theatralisch, wie ihre Mutter von

«Ich finde es etwas ganz Besonderes, dass der Sonntag immer Familienzeit ist. Das gefällt mir!»

ihnen verlange, sich wieder zu versöhnen und das täten sie halt dann auch. «Und das nützt dann auch?» frage ich nach. «Nun, irgendwann muss man sich ja eh wieder vertragen also nimmt man ein Entschuldigung oder eine Versöhnung lieber gleich an», lehrt mich Jenny weise.

Inzwischen ist Yannic in sein Bett gelegt worden und Brigitte McMahon und ihre beiden Mädchen sitzen gemütlich auf dem Sofa. Das Gespräch hat sich somit vom Kinderzimmer zum Esstisch und nun zum Sofa verlagert. Die Kinder sind stolz auf ihre Mutter. Der Stolz gilt aber auch umgekehrt.

Ich möchte von Brigitte McMahon wissen, ob die Erwartung von aussen nicht oft sei, ihre eigenen Kinder müssten auch ambitionöse Sportziele haben? Oder vielleicht sogar noch mehr, dass sie als Mutter solche Ziele auf ihre Kinder projiziere? Ihre Antwort ist so zutreffend: «Ich habe meine Ziele erreicht und meinen Ehrgeiz ausleben können, daher muss ich diese nicht auf meine Kinder übertragen. Meine Kinder sind frei. Klar ist es mir wichtig, dass sie auch etwas sportlich sind und gefördert werden, wenn sie das wollen. Aber das kann in

einem Schulsportprogramm sein oder in einem Verein stattfinden, je nach ihren Wünschen. Wichtiger als die Ziele und Ergebnisse ist mir, dass sie jeweils einen Kurs zu Ende machen – auch wenn er nicht ihren Erwartungen entspricht. Daran lernt man!»

Weiter möchte ich von ihr wissen, was ihre Alltagsfreuden sind. Ganz pfiffig blitzen ihre Augen, als sie mir antwortet: «Ich freue mich über viele kleine und alltägliche Dinge und halt jeden Abend auf mein Bett. Ich gehe eigentlich nie zu Bett, bevor ich meine wichtigsten Pflichten erledigt habe und so erfüllt es mich jeweils mit einer Zufriedenheit, den Tag gut gemeistert zu haben!» Kein Wunder, denn der Tag von Brigitte McMahon ist lange. Nach der Arbeit und aller Familienorganisation ruft der Haushalt und anschliessend stehen meist

noch die Vorbereitungen für die Schule an. Sehr schnell wird es da Mitternacht oder später.

An den Wochenenden bleibt sie jedoch meist etwas

länger liegen. «Yannic ist ein Frühaufsteher, doch meist gesellt sich dann Alisha zu ihm und passt auf ihn auf, so dass ich etwas nachschlafen kann. Und irgendwann schlüpfen alle nochmals bei mir ins Bett rein und so startet der Tag an Wochenenden oft mit einer Kuschelrunde – ein schöner Auftakt in den Tag!»❖

