

# Ergänzung zur Genderdiskussion

**Beitrag von „Schmidt“ vom 31. Oktober 2022 08:19**

## Zitat von Quittengelee

Also ob die Lampe anzudübeln und jeden Tag an alles denken zu müssen von Kieferorthopädentermin über Balettstunde bis Schwiegermutterweihnachtsgeschenk wirklich ausgewogen ist.

Solche Aussagen regen mich auf. Kein vernünftiger Mensch denkt jeden Tag an sowas. Dafür gibt es einen Kalender, der gut sichtbar oder digital verfügbar ist. Dort kommen alle Termine und Aufgaben rein, dann sind sie aus dem Sinn. Am Wochenende setzt man sich gemeinsam hin und teilt die Termine der kommenden Woche auf. Wenn ich damit dran bin, das Kind vom Musikunterricht abzuholen (hin kommt es alleine), dann hat meine Frau diese Aufgabe direkt aus ihrem Hirn gestrichen. Wenn sie dran ist mit Geschenk besorgen, dann macht sie das. Darum muss ich mich dann nicht mehr kümmern. Wir müssen uns auch gegenseitig nicht kontrollieren, sind alle Aufgaben, die der andere erledigt also komplett mental los.

Ich merke mir auch auf der Arbeit keinerlei Termine. Die schreibe ich auf und habe sie im Kalender. Schon sind sie aus dem Sinn bis sie wieder relevant werden.

Wenn man kein System nutzt, um sich mental zu entlasten, selbst schuld. Mehr fällt mir dazu wirklich nicht ein.