

**„Sind die Mütter an allem schuld?“  
Eine Neubewertung von Mütterlichkeit aus psychologischer Sicht.**

*Dorothea Steinlechner-Oberläuter*

(Salzburger Nachrichten, 10. 5. 2003)

Die Soziologin Herrad Schenk hat in ihrem Buch „Wie viel Mutter braucht der Mensch“ herausgearbeitet, dass noch nie in der Geschichte der Menschheit so viel mütterliche Aufmerksamkeit und Erziehungsbemühung auf so wenig Kinder konzentriert war – und dass paradoxerweise die Schuldgefühle der Mütter auch noch nie so groß waren.

In der Tat sind Schuldgefühle der ständige Begleiter fast jeder modernen Mutter. In ihrem Rucksack findet sich die Angst, ihre Kinder zu wenig zu fördern; die Sorge, nicht das Richtige zu tun; die bange Frage, ob der Balanceakt zwischen Verwöhnen und Zumuten gelingen wird und ob die Kinder optimal auf das Leben vorbereitet sind; das schlechte Gewissen, wenn Kinder phasenweise in die Obhut anderer Betreuungspersonen gegeben werden; und die ständigen Zweifel darüber, ob sie das schafft, was die Gesellschaft unerbittlich von ihr fordert und was sie sich selber mehr als alles andere wünscht: eine gute Mutter zu sein.

Woher kommen diese Schuldgefühle?

Ein Grund für die wachsende Verunsicherung ist, dass es keine verbindlichen Richtlinien mehr dafür gibt, wie eine „gute Erziehung“ auszuschauen hat. Aufgrund des Wertewandels und der Pluralität der Gesellschaft hat jeder einzelne die Freiheit, aber auch die Verantwortung, Erziehungsziele und Schuldgefühle entstehen, wenn ein Unterschied zwischen Ideal und Wirklichkeit wahrgenommen wird. Das von Sigmund Freud so benannte „Über-Ich“ signalisiert dann: „Das was du tust, ist meilenweit von dem entfernt, was von dir (hier: in deiner Rolle als Mutter) erwartet wird. Du musst dich mehr anstrengen!“ Viele verunsicherte Mütter suchen Rat und Hilfe bei Schuldgefühlproblematik ist, dass die Anforderungen des Ich-Ideals als unhinterfragbare Richtlinie hingenommen werden und die Abweichung davon als persönliches Versagen interpretiert wird: Um dem quälenden Gefühl von Ungenügen und Schuld zu entkommen, wird alles getan, um die Realität doch noch dem Ich-Ideal anzupassen, eine Anstrengung, die bei vielen Frauen erst recht in Überforderung und Erschöpfung mündet.

Dabei ist es dieses hohe Mutter-Ideal selber, das dringend einer Revision bedarf. Die Psychologie hat bei der Entwicklung von überhöhten Mutterbildern und einem übertriebenen Mutterkult eifrig mitgewirkt. Seit jedoch der Vorgang des

„mother-blaming“ selbst zum Gegenstand der Reflexion geworden ist, ist deutlich geworden, dass es vielfach auch verkürzte und verzerrte Darstellung von Forschungsergebnissen waren, durch die alte Rollenbilder zementiert worden sind. So wurden beispielsweise John Bowlbys Ergebnisse der Bindungsforschung, in der er die traumatischen Wirkungen von Mutterentbehrung untersucht hat, als Argument gegen die Berufstätigkeit von Müttern missbraucht – ohne dass in angemessener Weise zwischen totalem Mutterverlust und stundenweiser Getrenntheit unterschieden worden wäre, wie Bowlby selbst das getan hat. Die psychologische Beschreibung der positiven Wirkungen des Stillens führten hingegen zu einem übertriebenen Stillkult, der neue Normvorgaben mit sich brachte und in dem jene Forschungsergebnisse der Psychologie ignoriert wurden, in denen die Autonomieentwicklung von Kindern und die Notwendigkeit von abgrenzenden, „frustrierenden“ Erfahrungen für die Entwicklung akzentuiert wurden.

Heute könnte jedoch gerade die Psychologie dabei helfen, gelassener und realistischer über den qualitätsvollen Umgang mit Kinder nach zu denken.

Durch die gesamte entwicklungspsychologische Literatur hindurch gilt als unbestritten, dass es ein kindliches Grundbedürfnis nach beständigen, liebevollen Beziehungen gibt. Kinder brauchen für ihre gesunde Identitätsentwicklung einen stabilen sozialen Rahmen, in dem sie sich auf der Basis sicherer Bindungen dem aufregenden Abenteuer der Welterkundung zuwenden können. Das alte Idealbild der sich ständig aufopfernden Mutter, die 24 Stunden am Tag fähig und willens sind, sich auf die Bedürfnisse ihrer Kinder einzustellen, und die alles tut, um ihren Kindern die gefürchteten „Frustrationen“ zu ersparen, ist damit jedoch nicht gemeint. Innerhalb der Mutter-Kinder-Beziehung muss – abhängig vom Alter und Entwicklungsstand des Kindes – nach heutiger Ansicht auch Abgrenzung und das Zumuten von Enttäuschungen seinen Platz haben und angemessenen Versagungen wird eine strukturbildende und entwicklungsfördernde Funktion zugesprochen. Dem Kind alles abnehmen, jedem Konflikt aus dem Weg gehen oder dem Abends heimkommenden Vater als strafender Instanz zu überlassen, den Wolf aus dem Märchen herausstreichen – all das wäre missverständene Liebe und am Kind „vorbeigeliebt“. Auch wenn Fürsorge und Aufmerksamkeit für die kindlichen Bedürfnisse Hauptmerkmale von Mütterlichkeit bleiben, so reichen sie allein nicht aus. Für die positive Entwicklung des Kindes ist genauso wichtig, eine Mutter wahrzunehmen, die Partnerin des Vaters ist, die vielfältige Interessen hat und die ihre Wünsche an das Leben ernst nimmt – und dadurch genau das vorlebt, was ja meistens als Erziehungsziel mitgedacht wird: nämlich ein Leben in Bezogenheit UND Selbstbestimmung, mit Wurzeln und Flügeln („roots and wings“).

Die Kehrseite des Schuldgefühls sind Allmachtsphantasien. Statt „Ich mache nichts richtig.“ sagt die innere Instanz „Ich mache alles richtig, und zwar ganz allein!“. Beides ist fern jeder Realitätsanbindung. Die neue „Triadenforschung“,

die das Beziehungsdreieck Vater-Mutter-Kind ins Zentrum der Aufmerksamkeit gerückt hat, hat klar festgestellt, dass für die Entwicklung von Identität die Mutter-Kind-Beziehung allein, und sei sie noch so liebevoll und angemessen frustrierend, nicht ausreicht. Es braucht einerseits von Anfang an den Vater als „notwendigen Dritten“, andererseits eine unterstützende, kinderbejahende Umwelt, um gelingende Identitätsentwicklungsprozesse in Gang zu bringen.

Während sich in den 80-er Jahren Allmachtsphantasien der perfekten Mutter an vorgeschichtliche Mutterkulte und matriachale Mythen anhängten, ist das medial vermittelte Bild der „Powerfrau“ jüngeren Datums. Es suggeriert, es sei ein leichtes, den Spagat zwischen Karriere, Haushalt und Kindererziehung locker zu schaffen, und dabei auch noch die attraktive und sportliche Geliebte des Mannes zu bleiben. Es ist dies eine gefährliche Normvorgabe; aber vielleicht eine brauchbare Utopie – vorausgesetzt, man macht sich klar, dass die Vereinbarkeit und Integration der verschiedenen Lebensbereiche nicht allein durch noch so ausgeklügeltes individuelles Management machbar ist. Als Ergänzung zur Psychologie ist an dieser Stelle die gesellschaftspolitische Perspektive gefragt: es braucht Präventionsangebote zur Unterstützung von Vätern und Mütter in ihrer Elternkompetenz, es braucht qualitätsvolle Kinderbetreuung, eine bessere Geschlechterdemokratie und eine Umgestaltung der Arbeitswelt, die auf die Betreuungsaufgaben von Eltern Rücksicht nimmt.

Wer psychologische Forschungsergebnisse referiert, läuft Gefahr, selber an Legendenbildungen und neue Muttermythen mitzuwirken. Allzu leicht kann außerdem das Pendel der Überbemutterung in Richtung Vernachlässigung und Vorenthalten von Halt und Stütze ausschlagen. Was ist nun konkret all jenen zu sagen, die sich als Mutter oder Vater im alltäglichen Erziehungsparcour eine Leitlinie wünschen, durch die das Erleben von Schuldgefühlen weder in die destruktive Selbstentwertung noch in die Abwehrbewegung der Größenphantasien geführt wird?

Der Kinderpsychoanalytiker Donald Winnicott hat schon in den 50-er Jahren den Ausdruck der „good enough mother“ geprägt: „die Mutter, die gut genug ist“. In diesem Idealbild der Mutter, oder wie wir heute ergänzen würden: des Vaters, ist paradoxerweise das Fehlermachen, das phasenweise Scheitern am Ideal bereits mit enthalten. Auch aus heutiger Sicht der Psychologie liegt das Wesentliche einer positiven Elternbeziehung nicht im krampfhaften Vermeidenswollen von Fehlern, Ausrutscher, emotionalen Entgleisungen und Grenzerfahrungen, sondern darin, dass trotzdem und immer wieder Versöhnung stattfindet, dass die Beziehung gehalten wird und ein Weg aus der Krise und emotionalen Überforderung gefunden werden kann. Damit Gelassenheit und Toleranz gegenüber der eigenen Unvollkommenheit nicht als Freibrief für ein achselzuckendes Abgeben der Elternfunktion missverstanden wird und nicht in einen laschen „laissez-faire“-Erziehungsstil abgeleitet, braucht es freilich eine völlig unzeitgemäße Ergänzung: Nachdenklichkeit. Nachdenklichkeit gegenüber

den propagierten Idealbildern und modernen Erziehungsvorgaben einerseits, aber auch Nachdenklichkeit gegenüber der eigenen Biographie und dem eigenen Gewordensein, aus dem heraus sowohl die Möglichkeiten und Stärken, als auch die Grenzen und destruktiven Kräfte in der eigenen Mütterlichkeit oder Väterlichkeit verstehbar, erklärbar, und somit veränderbar werden. So kann der Satz „Kinder fordern uns heraus“ für Mütter und Väter zum schönen Anlass werden, sich den Kindern erneut zuzuwenden, ohne Schuldgefühle, aber mit Freude und Ernst, Gelassenheit und Nachdenklichkeit.