

Mütterlichkeit in Beziehungskultur

Vortrag auf dem 2. Stiftungstag

der Hans-Joachim Maaz – Stiftung Beziehungskultur, 25.11.2017

Für die fröhe Prägung und Entwicklung eines Kindes ist die mütterliche Beziehungserfahrung von entscheidender Bedeutung. Deshalb trägt die Mutter die schwerwiegende Verantwortung für die Reifung des Selbstgefühls des Kindes, das heißt, für die Entwicklung der Basis oder des Bodens des seelischen Raumes des Kindes.

Das Selbstgefühl eines Menschen entwickelt sich in den ersten beiden Lebensjahren, wobei bereits entscheidend ist, ob die Mutter das Kind mit Freude oder Angst oder gar mit Ablehnung erwartet, wie sie sich im Verlauf der Schwangerschaft fühlt und in welcher Weise die Mutter das Kind auf die Welt bringt und empfängt. Das stabile Selbstgefühl ist das Erleben des Menschen, ein abgegrenztes, auf andere bezogenes Wesen mit ganz eigenen Gefühlen, Empfindungen und Reaktionen zu sein, was die Voraussetzung ist, eine gesunde Beziehung zu anderen Menschen erleben zu können. Die Fähigkeit dieses Erlebens, also die Entwicklung des Selbst, ist abhängig von den ersten körper- und sinnesbezogenen und den verbalen Selbstobjekterfahrungen. Das bedeutet, wie das Kind körperlich zärtlich und achtsam von der Mutter angenommen oder eher abgelehnt wird, ob es angemessen in Worten und Gesten gespiegelt und in seinen Bedürfnissen erkannt und bestätigt wird. Die Stabilisierung des Selbst erfolgt dann in den späteren Lebensjahren durch Empathie, Affektspiegelung, liebevolle Annahme und Anerkennung.

All das zusammengefasst heißt: vom mütterlichen Beziehungsangebot hängt es wesentlich ab, wie sicher oder unsicher sich das Menschenkind in der Welt und in Beziehungen bewegt, wie stabil oder störbar es durch sein Leben geht, einfach gesagt, ob es ein friedvoller, fühlender, selbstbestimmter und liebender Mensch in Verbundenheit wird oder ein unsicherer Mensch, der nicht weiß, wer er ist und der sich angespannt, misstrauisch oder angstvoll in Beziehungen erlebt.

In meiner therapeutischen Arbeit habe ich über Jahre festgestellt, dass jeder Mensch offenbar eine Grundmelodie in sich trägt, die grundlegend seine Wahrnehmung zu sich selbst und zu seiner Umwelt bestimmt. Bei näherer Exploration ergab sich ein Zusammenhang zwischen dem Thema der Grundmelodie der Patienten und dem ersten Gedanken der jeweiligen Mutter, als sie erfuhr, dass sie schwanger war.

Folgende Beispiele sollen das verdeutlichen:

Erster Gedanke der werdenden Mutter: „Das Kind ist eine Zumutung.“ – Grundmelodie des Kindes: „Ich bin eine Zumutung und mein Leben ist eine Zumutung.“, oder erster Gedanke der Mutter: „Das überfordert mich.“ – Grundmelodie des Kindes „Ich bin eine Überforderung und Ich bin überfordert.“, oder im Positiven: Mutter: „Das ist in Ordnung.“ – ergibt die Grundmelodie des Kindes: „Ich bin in Ordnung.“, oder Mutter: „Wie gut, dass es dich gibt.“ – Grundmelodie des Kindes: „Wie gut, dass ich da bin.“

Das Thema der Grundmelodie, also der ersten Reaktion auf die eigene Existenz, wird später innerlich unweigerlich in verschiedensten Lebenssituationen abgespielt, wenn man in Beziehung geht oder etwas entscheiden oder in Angriff nehmen muss, in der Selbstfürsorge oder auch bei der Bewältigung des normalen Alltags. Bedenkt man diesen grundlegenden Einfluss der Mutter, der vermutlich schon vor Beginn der Schwangerschaft wirkt, wird deutlich, wie schwer die Verantwortung der Mütter wiegt und dass dies von einer jungen Frau mit Kinderwunsch zumeist nicht wirklich realisiert werden kann. In der Regel liegt dem Kinderwunsch das Bedürfnis zugrunde, ein Baby zu „haben“ oder „ein Kind zu bekommen“, weniger die Einstellung, ein Kind in seiner Einmaligkeit zu erkennen und sich von ihm beeinflussen zu lassen. Oft wird der Kinderwunsch auch mit der eigenen Sehnsucht nach einer Familie verbunden, die die werdende Mutter selbst früher nie hatte, nicht bedenkend, dass nicht das Kind die Familie ist, sondern die Mutter und der Vater mit dem Kind und für das Kind.

Seit fast zwanzig Jahren leite ich Frauen- und Müttergruppen und Elternschulen, auch gefördert von der Stiftung Beziehungskultur. Besonders in den Mütter- und Elternworkshops, in denen ich überwiegend mit Rollenspielen arbeite, kann ich auf sehr eindrückliche Weise die verschiedenen Schwierigkeiten der Mütter erleben und bewusstwerden lassen. Diese Arbeit an der eigenen mütterlichen Kompetenz und Begrenzung ist ein schmaler Pfad zwischen dem Wunsch, die eigenen Schwierigkeiten zu erkennen, um Einfluss nehmen zu können und der Scham und Schuld, nicht zu genügen und dem Kind nicht gerecht zu werden. In meiner psychoanalytischen Praxis stelle ich oft fest, dass die Trauer über die Schuld ihren Kindern gegenüber den Müttern leichter zugänglich ist, als die Trauer über das Leid, was sie selbst als Kinder erfahren haben.

Aus meiner Sicht lassen sich vier wesentliche Probleme herausfiltern, die die Beziehung zwischen Mutter und Kind belasten und deren Ursachen vor allem in den Mütterlichkeitsstörungen der Mütter zu finden sind:

1. Probleme, das Kind zu begrenzen
2. Selbstobjekthaftigkeit des Kindes
3. die Verleugnung der kindesfeindlichen Seite.
4. die fehlende Triangulierung zwischen Vater und Kind

Diese mütterlichen Probleme können während der gesamten Entwicklung des Kindes wirken, weil die Beziehungsstörungen stets von der Mutter ausgehen und die Kinder darauf lediglich altersabhängig reagieren. Ich bin überzeugt, dass ein Kind seine prinzipiell kooperative Haltung nur dann verlässt, wenn es von den Eltern ein verwirrendes, aggressives oder manipulatives Beziehungsangebot empfängt und dadurch aus seinem seelischen Gleichgewicht gerät. Das hat zur Folge, dass es auf dieses störende elterliche Beziehungsangebot nun adäquat verwirrt, aggressiv, provozierend oder geängstigt reagiert. Es wird dadurch von seiner Umwelt als problematisches oder nervendes Kind erlebt, ungeachtet dessen, dass das problematische elterliche Beziehungsmuster der Beginn der Störung zwischen Eltern und Kind war.

Zu 1. Das Problem, das Kind zu begrenzen:

Ein wesentliches Konfliktpotential liegt darin, dass es Müttern oft schwerfällt, ihrem Kind gegenüber konsequent zu sein, etwas von ihm zu fordern und ihm etwas zuzutrauen. Diese aggressiven Hemmungen haben in der Regel folgende Ursachen: chronische Schuldgefühle, Mutterübertragung auf das eigene Kind und die Identifikation mit dem Kind.

Zum chronischen Schuldgefühl: Da keine Mutter all den Bedürfnissen des Kindes adäquat gerecht werden kann, trägt sie eine reale Schuld an möglichen Entwicklungsstörungen des Kindes. Diese reale Schuld reaktiviert die verborgenen Schuldgefühle der eigenen frühen Kindheit, damals für die eigene Mutter nicht gut genug gewesen zu sein, als kindliche Begründung für den damals erlittenen Liebensmangel.

Diese neurotischen chronischen Schuldgefühle, sind ein schlechter Ratgeber für Ehrlichkeit dem Kind gegenüber und verhindern die wichtige auch notwendige mütterliche Aufgabe, sich dem Kind abgrenzend oder frustrierend in den Weg zu stellen. Tragischer Weise machen sich dann die Mütter durch Vermeidung der Konsequenz und Klarheit erneut an dem Kind schuldig. Diese Schuldgefühle, die mit einem schmerzlichen Minderwertigkeitsgefühl einhergehen, sind wie ein Stachel im Fleisch vieler Mütter und ein Leben lang schmerzlich fühlbar, egal wie alt das Kind inzwischen ist.

Die klassischen Folgen chronischer Schuldgefühle sind z.B. die unkritische Erfüllung materieller Wünsche der Kinder oder auch die selbst auferlegte Pflicht vieler überbehütender Eltern, dem Kind so viel wie möglich abzunehmen, um ihm nicht zuzumuten, seine Pflichten und Wege allein zu bewältigen.

Eine weitere Ursache der Vermeidung von Begrenzung ist die negative Mutterübertragung auf das eigene Kind: Auch wenn das etwas absurd klingt: Es geschieht häufig, dass sich die Mutter ihrem eigenen Kind gegenüber so fühlt, als stünde sie selbst als Kind ihrer eigenen frühen Mutter gegenüber. Zum Beispiel ist der Mutter bewusst, dass sie die leidige Aufgabe hat, ihr Kind an vereinbarte Verpflichtungen zu erinnern und zu ermahnen, wenn das Kind diese unlustsame Aufgabe vermeidend aussitzt. Die Mutter weiß, dass ihr Kind ablehnend reagieren wird und verspürt eine dem Anlass nicht

gemäße übermäßige Angst, die sie daran hindert, die notwendige Pflicht einzufordern. Vermutlich liegt hier ihr eigenes Erleben mit ihrer Mutter zugrunde mit der gespeicherten kindlichen Angst: „Ich darf Mutter nicht verärgern, weil ich dann von ihr abgelehnt werde“. Dabei verlieren die Mütter völlig aus dem Blick, dass ihr Kind sie nicht gänzlich ablehnt, sondern nur ihr Ansinnen und dass sehr Schwerwiegendes passieren muss, dass ein Kind seine unerschütterliche Liebe zur Mutter aufgibt.

Die dritte Ursache der Vermeidung von Begrenzung und Konsequenz ist die Identifikation mit dem Kind: Identifikation bedeutet hier, dass die Mutter ihre eigenen frühkindlichen Erfahrungen auf das Kind überträgt, ohne zu realisieren, dass das Kind ein völlig anderer Mensch mit ganz anderen Eltern in einer ganz anderen Zeit ist. Zum Beispiel fällt es vielen Müttern schwer, ihr Kind abends nach dem Gute-Nacht-Sagen ganz normal in ihrem Bett zurückzulassen, weil sie fest davon ausgehen, dass sich ihr Kind genau so einsam und verlassen fühlt, wie die Mutter selbst früher als Kind. Wenn diese identifizierte Mutter dem Kind wiederholt beteuert, dass es keine Angst zu haben braucht, obwohl es keine hat, wird es zwangsläufig so beunruhigt, dass es ständig aus seinem Bettchen wieder aufstehen wird.

Ein weiteres Beispiel von Identifikation, das eher bei Schulkindern auftritt: Die Mutter weckt in der Früh das schlafende Kind, sie erntet ein unwilliges Knurren, das Kind dreht sich im Bett herum und steht nicht auf. Es hat eben keine Lust, in die Schule zu gehen und überhaupt, es ist viel zuzeitig. Es ist tragisch, wenn die Mutter früh gegen sechs Uhr, selbst noch müde, umsonst viele Male nun umsonst bittend am Bett steht und nicht wagt, mit Bestimmtheit das Kind aufzufordern, aufzustehen und sich schulfertig zu machen. Sie wagt es nicht, weil sie glaubt, ihr Kind hätte ebenso große Angst vor der Schule, wie sie selbst früher. Sie merkt auch nicht, wenn sie bittet, dass das Kind davon ausgeht, ihr Zuliebe aufzustehen zu müssen. Das nährt den Widerstand und die Hoffnung, dass sie nachgibt. Aber Schule ist Realität. Das heißt, sie sollte ihr Kind auffordern, aufzustehen und sich, wenn nötig, am Abend Zeit nehmen, mit dem Kind herauszufinden, was es für mögliche Probleme in der Schule hat.

Zu 2.: Die Selbstobjekthaftigkeit als Störung in der Mutter-Kind-Beziehung:

Das bedeutet, dass eine Mutter mit z.B. eigenem Muttermangel ihr Kind als stabilisierende Kraft für ihre Unsicherheit, Minderwertigkeit oder Angst braucht. Oder, dass eine Mutter mit früher Mutterbedrohung das Kind zur Kompensation ihrer unerträglichen Gefühle der fraglichen Existenz und Bedeutungslosigkeit benutzt, da es ihr Sinnerfüllung und Bedeutung verleiht.

Besonders Mütter mit hohem Borderline-Anteil, (Mutterbedrohung), die sich auf die Reaktionen des Gegenübers angewiesen erleben, also objektangewiesen sind, können ihr Kind nur mit dem Verhalten annehmen, das zur inneren Stabilisierung geeignet ist. Geht aber vom Kind etwas ganz Eigenes, Trennendes oder Aggressives aus, fällt nicht nur die innere Stabilisierung weg, sondern es tritt eine so unerträgliche Aggression, Empörung oder Bedrohungsangst bei der Mutter auf, dass das Kind von ihr

mit diesem Verhalten unangemessen heftig abgelehnt wird. Das heißt, solange sich das Kind absolut auf die Bedürfnisse und Bedürftigkeit der Mutter einstellt, d.h. lieb, angepasst, pflegeleicht und hilfsbereit ist und alles tut, was die Mutter braucht, herrscht Scheinfrieden.

Sobald es sich widersetzt, Schwierigkeiten bereitet, oder etwas tut, was die Mutter nicht nachvollziehen kann, lässt sie das Kind fallen, wendet sie sich ab, oder manipuliert solange, bis das Kind wieder für sie funktioniert. Oft werden dann auch von der Mutter die eigenen frühkindlichen aufgestauten Aggressionen an dem Kind ausagiert mit Liebesentzug, Beschimpfungen, unerhörten Strafen oder Gewalt. Kinder dieser Mütter haben die das Symptom der Angst ihr Leben lang als ständigen Wegbegleiter.

Prinzipiell hat es ein Kind, das von der Mutter in hohem Maße selbstobjekthaft besetzt ist, sehr schwer, seine Bedürfnisse zu kennen, eigene Wege zu gehen, sich als individueller Mensch zu entwickeln und die Mutter loszulassen.

Zu 3. Das nicht Wahrhabenwollen der eigenen begrenzten mütterlichen Kapazität:

Bereits nach der Geburt des Kindes wird neben der Freude über das gewünschte Kind zugleich die dunkle Seite der Mütterlichkeit geweckt, die kindesablehnende Seite, die Hans-Joachim Maaz mit dem Lilithkomplex beschreibt.

Die zum Zeitpunkt der Geburt einsetzende Mutterschaftskonstellation bringt die Mutter in aufopfernder Weise in Bereitschaft, 24 Stunden des Tages für die Bedürfnisse des Kindes da sein zu wollen, was natürlich nicht wirklich realisiert werden kann. Jede Mutter bleibt auch Frau und Partnerin, die an eigenen Bedürfnissen, am partnerschaftlichen Austausch und an Sexualität oder an der beruflichen Entwicklung interessiert ist. Das bedeutet, dass gleichzeitig zum Mutterglück eine Gegenkraft wächst, die sich sträubt, sich in diesem hohen Maße mit den eigenen Bedürfnissen so einschränken zu müssen. Oft erschrecken besonders beflissene junge Mütter, wenn sie z.B. träumen, dass sie ihr winziges Baby, weil es friert, in den heißen Backofen legen und dort vergessen, oder wenn sie Zwangsgedanken quälen, sie könnten mit der Schere in den weichen Bauch des Babys stechen oder es einfach aus dem Fenster werfen. Diese dunklen Gedanken belasten die Mütter sehr, sie bleiben in der Regel ein Leben lang als dunkles Geheimnis verborgen, weil die Scham zu groß ist, sich jemanden anzuvertrauen.

Die Verleugnung der kindesablehnenden Seite spielt auch später in der mütterlichen Beziehung zum Kind eine entscheidende Rolle, da es vielen Müttern in der Regel sehr schwer fällt, sich einzustehen, dass ihre mütterliche Kapazität begrenzt ist. Oft passiert es, dass sie sich besonders dann bemühen, „gut“ mütterlich zu sein, wenn sie spüren, dass die mütterliche Batterie leer ist. Für das Kind ergibt dieser Widerspruch – zwischen erlebtem angestrengtem Bemuttern einerseits und nicht spürbarer emotionaler Präsenz andererseits – eine verwirrende Spannung. Es spürt, egal wie alt es ist, dass die

Mütterlichkeit nicht echt ist und dass es aber durch das besondere Bemühen der Mutter gehindert wird, adäquat enttäuscht zu reagieren. Das Kind folgt dann zwangsläufig der Suche nach der Wahrheit: es provoziert, stört, nervt oder verweigert sich mit dem Ziel, dass die Mutter endlich das zutage bringt, was echt ist. Spätestens dann, wenn die Mutter wütend aus der Haut fährt, stimmt das Verhalten der Mutter mit dem Bauchgefühl des Kindes überein und entlastet das Kind aus der Spannung der Widersprüchlichkeit.

Zu 4. Jetzt zum letzten Punkt, der fehlenden Triangulierung:

In Fachkreisen bekannt ist die wichtige väterliche Funktion, die Beziehung zwischen Mutter und Kind zu triangulieren. Aber auch Mütter haben die Aufgabe der Triangulierung der Beziehung zwischen Vater und Kind und wagen es oft nicht, sie zu erfüllen. Mütterliche Triangulierung bedeutet, dass die Mutter das Kind unterstützt, ihm helfend beisteht oder zwischen Vater und Kind vermittelt, wenn der Vater in seiner Väterlichkeit begrenzt ist, überfordert auf das Kind reagiert oder sich ihm gegenüber ins Unrecht setzt.

Ganz besonders deutlich wird die fehlende mütterliche Triangulierung bei väterlicher Gewalt oder sexuellem Missbrauch. Wie oft habe ich mit Frauen gesprochen, die als Kinder geschlagen oder sexuell missbraucht wurden, die verzweifelt, ratlos, hilflos und wütend waren auf den missbräuchlichen Vater oder anderen Täter.

Nach ihren Müttern befragt, fanden genau diese Kinder bei ihrer Mutter keinen Glauben und keinen Schutz, und wurden darüber hinaus von ihr bezichtigt, zu lügen oder selbst schuld zu sein. Diese Kinder waren in der Regel schon vor dem sexuellen Missbrauch ungeschützte, sich selbst überlassene und mutterlose Kinder.

Nun zur guten Mütterlichkeit, die aus meiner Sicht keine perfekte, nur richtige Mütterlichkeit ist, weil Mütter begrenzt sind, Schwächen haben, Fehler machen, irren und manches nicht vermögen: Sie sind eben Menschen ... Mütterlichkeit in Beziehungskultur ist deshalb nicht frei von Übertragungen, Identifikationen, Selbstobjektbesetzung oder fehlender mütterlicher Kapazität.

Gute Mütterlichkeit in Beziehungskultur heißt, dass sich die Mutter mit ihren eigenen mütterlichen Defiziten auseinandersetzt, sich ihren Irrtümern und Fehlern stellt und diese Grenzen altersgerecht ihrem Kind vermittelt. Dadurch ermöglicht sie ihrem Kind, dass es adäquat fühlend auf sie reagieren kann, wenn sie etwas nicht vermag und gibt ihm damit das Recht, wütend oder traurig darüber zu sein. Wenn das zwischen Mutter und Kind gelingt, lehrt die Mutter ihr Kind zugleich, dass es Fehler machen darf und Schwächen haben kann, ohne an Wert zu verlieren oder gar gänzlich abgelehnt zu werden. Wenn sich die Mutter auf den schmerzlichen Prozess der Akzeptanz ihrer Begrenzungen einzulassen

vermag und den Mut hat, ihre Begrenzungen zuzugeben, hat sie sich und zugleich ihr Kind vom Bann des Lilithkomplexes befreit.

Um dies etwas anschaulicher zu machen, möchte ich zum Schluss ein kleines Beispiel aus dem praktischen Leben erzählen, was Mutter in Beziehungskultur demonstriert:

Eine alleinerziehende Mutter, voll berufstätig, mit einem 12-jährigen Sohn, hat das Dauerproblem, dass das Zimmer des Kindes aus ihrer Sicht liederlich ist. Das Kind kann das Problem nicht nachvollziehen, es fühlt sich von diesem Chaos nicht gestört. Eher ist das geforderte Aufräumen eine unlustsame Angelegenheit und ergibt deshalb wenig Sinn. Die Mutter, ein eher aggressiv gehemmter Mensch, spricht das Problem zwar regelmäßig an, vermeidet aber, die klare Forderung zu stellen, dass das Zimmer regelmäßig aufgeräumt wird, weil sie keine Lust auf ständige Konfrontation hat und weil sie an dieser Stelle stets in Mutterübertragung kommt. Das heißt, sie drückt sich, der Pflicht nachzukommen, ihren Jungen zu konfrontieren genauso, wie er sich drückt, sein Zimmer aufzuräumen. Irgendwann aber reißt ihr der Geduldsfaden, wahrscheinlich an einem Tag, wo sie besonders gestresst oder belastet ist. Sie ereifert sich nun, nachdem sie in das inzwischen wirklich chaotische Kinderzimmer getreten ist und steigert sich wetternd in echten Zorn und Empörung, vor allem darüber, dass sie doch immer alles gleich für ihn macht und er nicht mal bereit ist, sein Zimmer ordentlich zu halten.

Der Junge merkt, dass hier etwas nicht stimmt, es ist einfach zu plötzlich und zu heftig, er wehrt sich nun auch schreiend. Es geht laut hin und her, ein Wort gibt das andere. Die Mutter schaut sich inzwischen selber zu und bemerkt, dass sie nicht aufhören kann und offenbar dabei ist, ihrem Jungen ihre angestaute Aggression und eigene Bedürftigkeit über zu helfen und ihn damit zu Unrecht zu belasten.

Der hilfreiche Schritt ist nun, dass sich die Mutter in dieser schwierigen, verwinkelten Situation ein Stopp setzt und sich in Ruhe zurückzieht mit der Frage: „Was ist mir da passiert?“ Sie erkennt, dass ihr Ausmaß an Zorn zu groß und ihre Vorwürfe nicht gerecht waren, dass die Unordnung nicht der Grund, sondern der Auslöser war, dass sie ihren Jungen nicht gut behandelt hat und dass ihre berechtigte Forderung nach Ordnung jedoch weiter besteht. Die Wut ist verauscht, etwas geknickt klopft sie bei ihm an und geht zu ihm mit etwa diesen Worten: „Du hast meinen Ärger abbekommen, der war viel zu heftig und hat mit Dir nichts zu tun. Das war nicht richtig. Das tut mir leid. Meine Forderung, dass Du für Ordnung sorgst, bleibt jedoch bestehen. Wann findest Du heute Zeit, aufzuräumen?“

Diese Aussage entlastet und respektiert das Kind, befreit es von ungerechten Vorwürfen, gibt ihm seine Würde zurück und macht den Weg frei zum Respekt vor der Mutter und schließlich zur Kooperation mit ihr. Und es gibt dem Kind die Gelegenheit, zu erleben, wie die Mutter beziehungsstiftend mit eigenen Fehlern umgeht, so dass es von ihr lernen kann, wie es beziehungsstiftend damit umgehen wird, wenn es selbst jemanden ungerecht behandelt.