



Mütter als Schicksal

Mütter als Ressource oder als
Problemverursacherin?

Annäherung zum Thema

- Viele Patientinnen klagen über Schuldgefühle
- Verarbeitung von Erlebnissen aus der Kindheit mit ihren Müttern
- Verarbeiten von Erlebnissen mit den eigenen Kindern
- Gesellschaftspolitische Entwicklungen

Schuldgefühle als Mutterkrankheit?

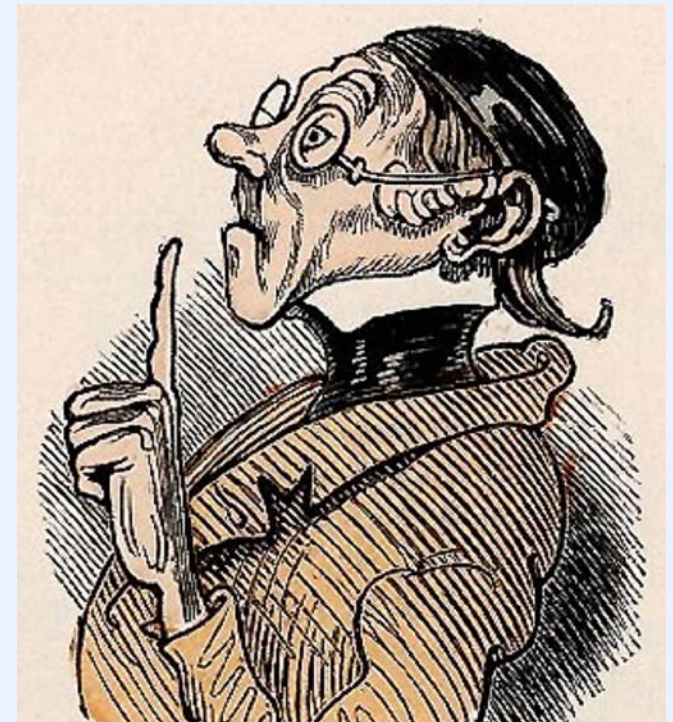
- 2002: Umfrage unter 70 Müttern:
Nennung von 10 Fehlverhalten der Mütter wie:
Kind schreit im Supermarkt, lügt, hat schlechte Noten, gehorcht nicht, schlägt andere...

Die meisten Mütter
fühlen sich mittel
bis sehr schuldig,
mit einer Ausnahme



Die Selbsteinschätzung der Eltern

- Studie mit über 1000 Erwachsenen und über 700 Kinder/Jugendliche:
- drei Viertel der Frauen sind mit sich als Mutter häufig oder gelegentlich unzufrieden.
- Die Hälfte der Väter ist mit sich unzufrieden.
- **Grund: zu hohe Anforderungen von Aussen und Innen**



Die Meinung der Kinder

- Rund 90 Prozent halten ihre Eltern für die besten der Welt.
- 91 Prozent fühlen sich bei ihnen "immer sehr sicher und wohl",
- 90 Prozent wissen: "**Meine Eltern lieben mich so, wie ich bin.**"

Inhalt

- Mütter in der Psychologie
- Mütter in der Gesellschaft
- Verarbeiten der Mutterbeziehung
- Begleiten von Müttern
- Mütter in der Bibel

Die Rolle der Eltern im Wandel

- Bibel: Gehorsam und Respekt der Kinder, Vater Oberhaupt der Familie
- Römisches Recht: Vater hat absolute Gewalt über die Kinder
- 17. JH: Ammenwesen
- 19: Idealisierung der Mutterliebe
- 20. JH: Die Kindheit als prägende Phase
- Die Emanzipation der Frau



Die Rolle der Mutter im 20. JH

- 1920: Traumatheorie (Sigmund Freud)
- 1943: Begriff der schizophrenogenen Mutter (Systemisches Denken)
- 1951: Bindungstheorie und Deprivation (John Bowlby)
- 1965: Mutter als psychisches Toxin (René Spitz)
- 1970: Mutter als Schöpferin seelischer Gesundheit (D. W. Winnicott)
- 1983: Das Drama des begabten Kindes (Alice Miller)

Motherblaming in der Tiefenpsychologie

- 1920: Traumatheorie (Sigmund Freud)
- 1943: Begriff der schizophrenogenen Mutter (Systemisches Denken)
- 1951: Bindungstheorie und Deprivation (John Bowlby)
- 1965: Mutter als psychisches Toxin (René Spitz)
- 1970: Mutter als Schöpferin seelischer Gesundheit (D. W. Winnicott)



Gegensätzliche Vorstellungen

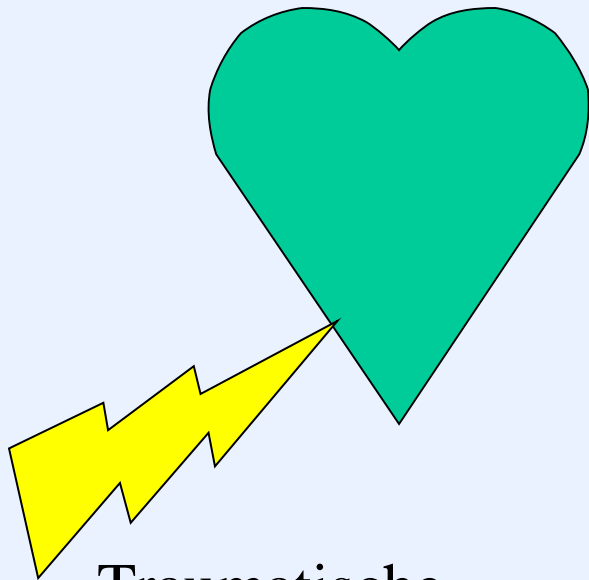
Die Macht der Väter



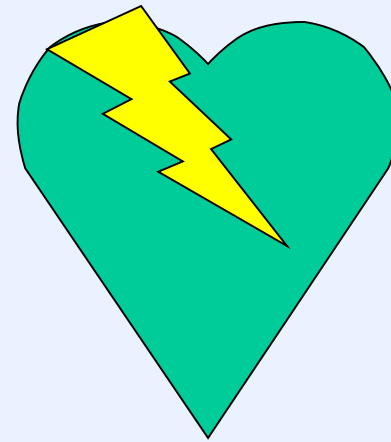
Die idealisierte Mutter



Die Traumatheorie als Quelle des Motherblamings



Traumatische
Erfahrung in der
frühen Kindheit



Die innere Verletzung
(Trauma) prägt das
ganze Leben

Wachsende Kritik am „Motherblaming“

- 1982: Kindheit als Schicksal? (Hansjörg Hemminger)
- 1990: Begriff des „Elastic mind“ (Jerome Kagan und Robert Kegan)
- Kognitive- und Verhaltenstherapie
- ACT: Akzeptanz und Commitmenttherapie

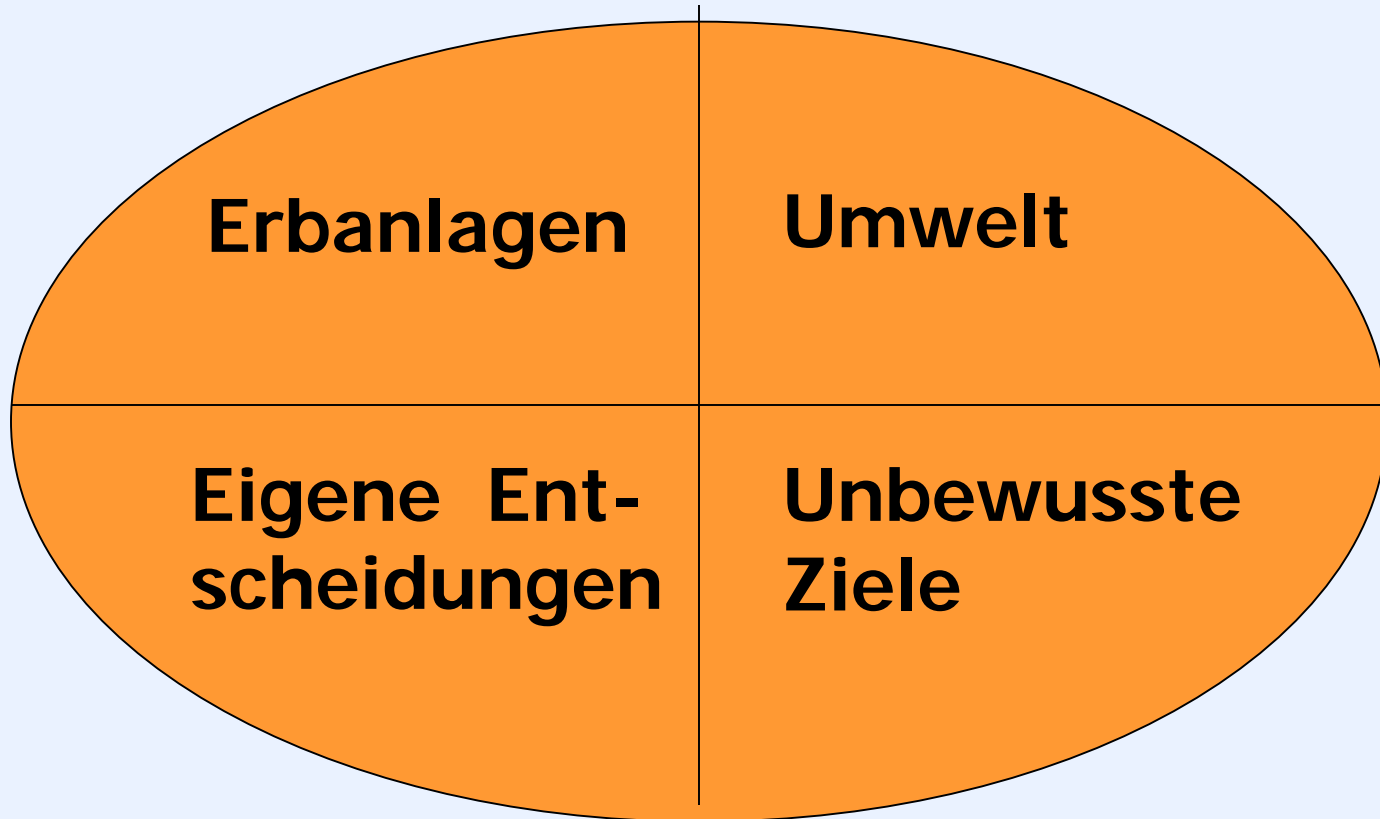
"Wir fanden, daß die im Bereich der psychischen Gesundheit arbeitenden Fachleute unabhängig von Geschlecht und Tätigkeit allesamt gerne der Mutter die Schuld geben. In den von uns untersuchten Artikeln wurden die Mütter für 72 verschiedene Problemfelder ihrer Sprößlinge verantwortlich gemacht. Vom Bettnässen bis zur Schizophrenie, von Lernproblemen bis zur Transsexualität, von Magersucht bis Kriminalität gab es einen gemeinsamen Hauptgrund: Das Fehlverhalten der Mutter. In keinem Artikel wurde die Mutter-Kind-Beziehung als gesund oder nur in positiven Worten beschrieben."

Paula J. Chaplan , Psychologie Heute 5/1989

Fragen in der Gruppe

- Wie beeinflusst die Mutter – Kindbeziehung ein Kind gemäss Ihrer therapeutischen Schule?
- In der Therapie hört man häufig Berichte von „schwierigen Müttern“. Wie gehen Sie damit um?
- Was sind Eltern den Kinder schuldig?

Faktoren der Persönlichkeitsentwicklung



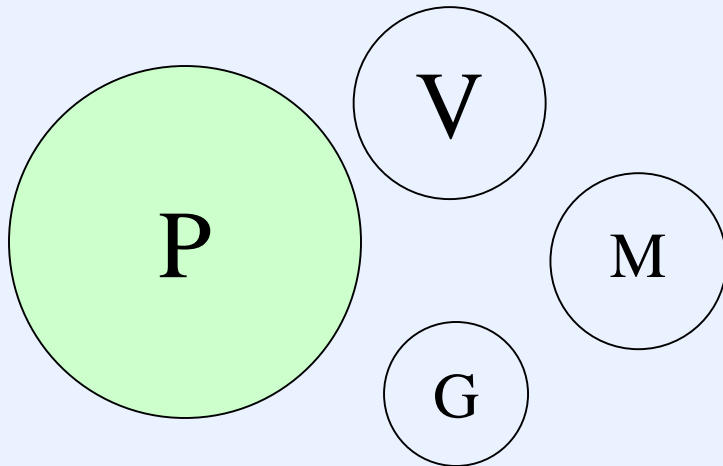
Erbanlagen

- „Zu oft wissen Eltern (und Lehrkräfte oder andere, die mit Kindern arbeiten) nichts über die biologische oder genetische Ursache des Verhalten ihres Kindes. So geben sie sich oder dem Kind unnötigerweise die Schuld und sind dadurch nicht in der Lage, dem Kind die richtige Unterstützung zu gewähren. Damit Eltern und Kindern geholfen wird, muss man die Ursachen für die Gefühle und Verhaltensweisen kennen.

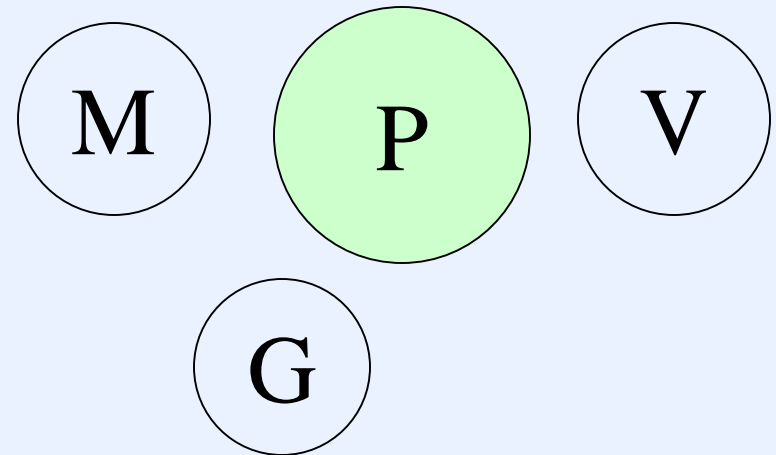
Robert Kegan, Harvard Medical School

Familienkonstellationen

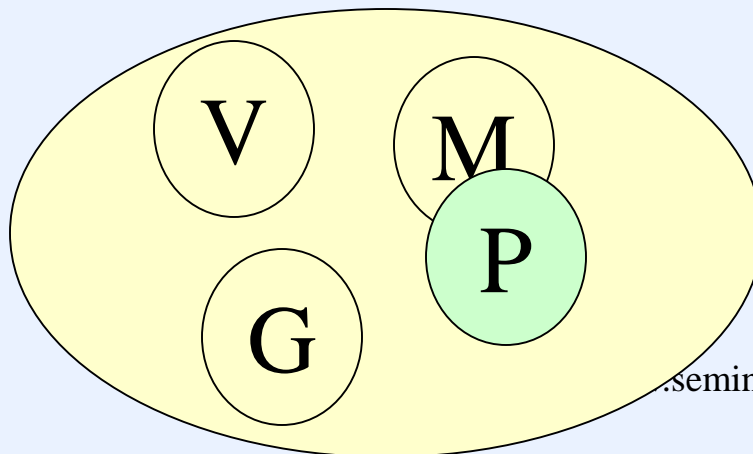
Das Kind im Mittelpunkt



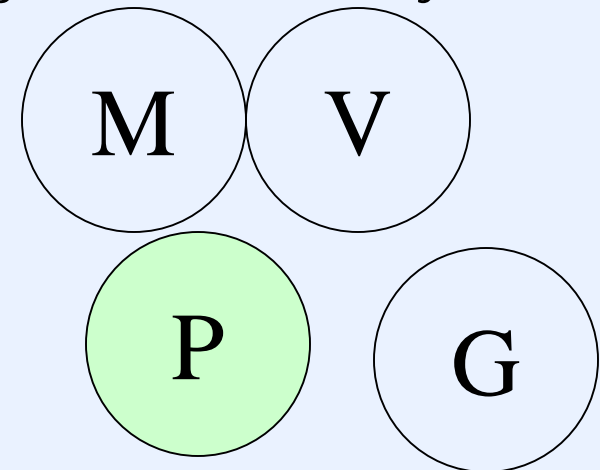
Das parentalisierte Kind



Das Familiengeheimnis



Das gesunde Familiensystem



Eigene Ziele

Jeder Mensch gibt sich in der Interaktion mit der Umwelt ein eigenes Lebensmuster.

Alfred Adler spricht von vier Zielen:

- Überlegenheit/Macht
- Kontrolle
- Harmonie
- Ruhe haben

Folgerungen für die Therapie

- Keine Reduktion auf monokausale Zusammenhänge: „Es könnte auch anders sein“
- Stärken und Schwächen der Vergangenheit berücksichtigen: Ressourcenorientiert nicht schuldorientiert
- Übertragung beachten: Therapeutische Abstinenz wahren

Wichtige Faktoren für eine gesunde Entwicklung

- **Beständigkeit:** Betreuung durch die gleichen Bezugspersonen der ersten zwei Jahren.
- **Konstanz** der Umwelt und der Gewohnheiten
- **Beschäftigung** mit dem Kind
- **Autoritativer Erziehungsstil**
- **lang andauernder Einfluss**, nicht kurz dauernde Unstimmigkeit

Verarbeiten der Beziehung zur Mutter

- Wie war die Beziehung zur Mutter?
- Wie hat sich die Patientin abgegrenzt?
- Wo konnte sie sich entfalten?
- Welche Überlebensmuster hat sie gelernt?
- Die positivste Erinnerung?
- Was hat die Mutterbeziehung in mir ausgelöst?

Manchmal findet man Edelsteine im harten Gestein des Familienlebens

Unterschied zwischen Schuld und Schuldgefühl

Übertretung
biblischer
Vorgaben

Schuld

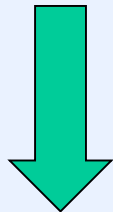
Übertretung
von gesellsch.
Idealen und
Vorgaben

?

Unterschiedliche
Gefühle:
Schuldgefühl
Versagensgefühl
Wut
Ärger
Reue

Ursachen von Schuldgefühlen

- Erwartungen an sich selbst
- Erwartungen an die Kinder
- Erwartungen von aussen



- Eigenes Fehlverhalten
- Fehlverhalten der Kinder
- Unvollkommenheit, Grenzen



Schuldgefühl

Vier Ideale

Gute Mütter sind Naturtalente

Gute Mütter stillen alle Bedürfnisse der Kinder

Guter Mütter leben nur für ihre Kinder

Guter Mütter haben erfolgreiche Kinder

Echte Schuld oder Beschuldigung?

- Was wird mir konkret vorgeworfen?
- Habe ich wissentlich ein biblisches Gebot übertreten?
- Wird von mir etwas unmögliches verlangt?
- Wie weit reicht mein Einfluss?
- Gibt es andere Gründe das Problem als mein Verhalten?

Vergessen heisst nicht...

- Konflikte schwelen lassen
- Grenzenlose Toleranz
- Sich alles gefallen lassen
- Keine Grenzen ziehen
- Versöhnung

Schritte zur Vergebung

- Was gilt es zu verzeihen?
- Was könnte der Andere empfunden haben?
- Was hilft mir Groll loszulassen?
- Wie gehe ich mit Verletzungen um?
- Wie gestalte ich die schwierige Beziehung in Zukunft?

Dysfunktionale Familien in der Bibel

- Keine Schuldzuweisungen an Eltern oder Kinder, neutrale Erzählung
- Realistische Haltung gegenüber Fehlern
- Kinder werden zur Verantwortung gezogen, müssen Konsequenzen tragen, Schmerz und Trauer
- Gott tröstet und führt in der Familientragödie

Folgerungen für die Therapie

- Unterscheiden zwischen Schuld und Schuldgefühl: Schuldgefühle sind subjektiv.
- Vermitteln von Erziehungshilfen: Logische Folgen unterstützen das Übernehmen von Verantwortung.
- Förderung einer vergebenden Haltung: Vergebung schafft gesunde Beziehungen.