

Wenn die Tochter mit der Mutter bricht

Scham und Trauer sind gross, wenn Kinder den Kontakt zu ihren Eltern abbrechen

Keine Bindung ist von Natur aus so eng wie jene zwischen Eltern und Kind. Umso radikaler scheint es, wenn Kinder nichts mehr von ihren Eltern wissen wollen.

Sabine Windlin

Niemand, davon ist Maria S. überzeugt, verlässt leichtsinnig seine Mutter. Die 42-Jährige hat es getan. Vor zwei Jahren lud sie ihre Mutter zu einem letzten Treffen in ihre Wohnung ein, um ihr bei Kaffee und Kuchen unmissverständlich zu erklären, welche Spuren die nie besonders gute und im Laufe der Zeit immer schlechter werdende Beziehung hinterlassen hat. «Ich war», erinnert sich die Tochter, «am Ende meiner Kräfte.» Das Hauptproblem: Maria S. fühlte sich von ihrer Mutter nie ernst genommen. Ob es um Berufswahl, Freundschaften oder Meinungen zu einem bestimmten Thema ging, nie hatte die Tochter das Gefühl, dass ihre Mutter sie für voll nahm. Was immer sie an Standpunkten von sich gab, tat man als Flaunen oder Launen ab. «Man behandelte mich wie ein Kind.»



Mutter und Tochter im Garten. Nicht immer ist diese Beziehung so idyllisch wie auf diesem Bild.

Ferdinando Scianna / Magnum

Wunsch und Wirklichkeit

Kritisiert wurde der Kleidungsstil genauso wie die ganze Lebensgestaltung, obwohl die Tochter – ganz im Gegensatz zu ihrem Bruder – schon früh beruflich Tritt fasste und finanziell unabhängig war. Zum Verhängnis, glaubt die Tochter, wurde ihr, dass sie als kinderloser Single nicht dem Wunschbild entsprach, das sich ihre Eltern – er Lehrer, sie Hausfrau – von einer Frau in ihrem Alter machten. Was von der Norm abwich, war den Eltern seit je suspekt. Sätze wie «Aber bei uns macht man das so!» fielen häufig, oder Kritik wurde verklausuliert vorgebracht mit den Worten «Schade, dass du nicht...»

Gegen aussen hingegen waren die Eltern voll des Lobes für ihre Tochter, die international Karriere machte, fließend Englisch spricht, ein interessantes Beziehungsnetz pflegt und viel herumreist. Intellektuell war Maria S. ihren Eltern überlegen, doch damit konnte sie gut leben. Was sie wirklich traf, war, dass jeder Versuch, die Eltern in ein Gespräch zu verwickeln, das über Wetter oder Fernsehprogramm hinausging, kläglich scheiterte, ja sogar als Hochmut

und Arroganz der Tochter abgetan wurde, die sich der elterlichen Einschätzung nach wohl «für etwas Besseres» hielt.

Und so wurden, wenn die erwachsene Tochter zu Besuch kam, am Familientisch jahraus, jahrein die gleichen Anekdoten aufgetischt, Tratsch verhandelt, der Gesundheitszustand des Hundes diskutiert oder der jeweilige Benzinpreis rekapituliert. Bei Maria S., hinterliessen die oberflächlichen Treffen zuerst Enttäuschung und Leere, allmählich aber ein Gefühl der Verzweiflung. «Es war, als redeten wir zwei verschiedene Sprachen. Nach diesen Besuchen bin ich jedes Mal in ein emotionales Loch gefallen, heulte im Stillen und habe mich gefragt, was das alles für einen Sinn hat.» Zu Hause liess sie sich immer seltener blicken, bis sie die Besuche völlig einstellte. Das letzte Treffen, der Abschied in der Wohnung, verlief ohne grosse Worte. «Es gab eine Umarmung», erinnert sich die Tochter. «Und meine Mutter weinte.»

Im Falle der 49-jährigen Heidi F., die ihre Mutter vor neun Jahren zuletzt ge-

sehen hat, war die Beziehung zur Mutter einerseits von Ignoranz und Gleichgültigkeit geprägt, andererseits wurden psychische und physische Gewalt mehr oder weniger gezielt eingesetzt. Die dreifache Mutter erzählt ihre Geschichte am Stubentisch ihrer bescheidenen Mietwohnung in Winterthur, streichelt die weiss-graue Katze und erinnert sich an Szenen ihrer Kindheit, als hätte sie sie gestern erlebt: Immer wieder wurde sie in jungen Jahren der Lächerlichkeit preisgegeben, musste Demütigungen hinnehmen oder Ohrfeigen ertragen, etwa wenn die alkoholisierte Mutter die Geduld verlor, was öfter vorkam. Je grösser die Ablehnung der Mutter, desto stärker der Kampf des Kindes um deren Liebe; ein Kampf, den sie nur verlieren konnte. Warum, hat sich Heidi F. als Teenager gefragt, wurde sie als Baby nicht zur Adoption freigegeben? «Ich hätte ein schöneres Leben gehabt.»

Immer hatte das Kind das Gefühl zu stören. Vor allem, wenn die Mutter mit dem Freund zusammen war. Die Tochter, ein Einzelkind, fühlte Geborgenheit

nur bei der Grossmutter. «Die hatte mich lieb, machte mit mir auch einmal einen Spaziergang.» Bei der Mutter hingegen habe es keine Wärme, kein Lob, nie Trost gegeben. «Sie hat mich kein einziges Mal in den Arm genommen. Sie hielt nicht zu mir, wenn ich sie gebraucht hätte», erinnert sich Heidi F. Zu Emotionen sei ihre Mutter nicht fähig gewesen, es sei denn, das Kind musste zurechtgewiesen werden. Als Heidi F. selber Mutter wurde, fiel es ihr anfangs schwer, selber eine Nähe – auch eine körperliche – mit ihren Kindern herzustellen. Doch sie hat es gelernt. Wenn die gelernte Sekretärin heute als Freiwillige den Seniorinnen im Quartier Gesellschaft leistet, einer betagten Frau eine Salbe einreibt oder einen Verband wechselt, merkt sie, wie gut ihr das selber tut. Heidi F. schenkt dann Aufmerksamkeit und Anteilnahme, ein Gut, das ihr als Kind verwehrt blieb.

Sowohl Maria S. wie auch Heidi F. haben psychotherapeutische Hilfe in Anspruch genommen, um ihre Kindheit zu verarbeiten, um herauszufinden,

warum ihre Mütter so gehandelt haben, ob sie vielleicht gar nicht anders konnten. Während bei Maria S. die Therapie viele Fragen beantworten konnte und ihr Halt in emotionalen Krisen gab, konnte Heidi F. wenig Nutzen daraus ziehen und hat sie schliesslich abgebrochen. «Die Konfrontation mit dem Erlebten haben mich zu stark deprimiert. Ich muss nach vorne schauen, nicht zurück.» Als sie die gesundheitlich angeschlagene Mutter vor vielen Jahren einmal in deren Wohnung besuchte, kam bei Heidi F. wieder dieses Gefühl der Beklommenheit und des Ausgeliefertseins hoch. «Ich hielt es fast nicht aus und wusste, dass ich einen Schlussstrich ziehen musste.»

Eine Befreiung

Und was mag die Kontaktsperre bei den betroffenen Müttern ausgelöst haben? Die Töchter können darüber nur mutmassen. Vermutlich, schätzt Maria S., wird die Mutter – um besser darüber hinwegzukommen – die Kontaktsperre als «hysterische Überreaktion» oder als «seltsame Phase» abtun, die vorbeigeht, sobald die Tochter «zur Vernunft» kommt. Tatsache ist: Noch nie war sich Maria S. so sicher wie heute, den richtigen Entscheid gefällt zu haben. «Ich fühle mich befreit.» Heidi F. hat festgestellt, dass sich ihre Mutter gar nicht mit den Fakten auseinandersetzen will oder kann und geht davon aus, dass sie seit der Funkstille in Selbstmitleid badet. «Man könnte meinen, ich wäre diejenige, die alles falsch gemacht hat», warf sie der Tochter einmal vor, als diese ihr in einem neunseitigen Brief ihre Gefühlslage schilderte.

Beide Frauen erzählen von unzähligen Bemühungen, sich gegenüber den Müttern zu erklären, von der Bereitschaft, unschöne Gegebenheiten zu verzeihen, Nachsicht zu üben, und von der tiefen Sehnsucht schliesslich auch, der Beziehung eine neue Chance zu geben. Heidi F. telefonierte mit ihrer Mutter zum letzten Mal vom Wochenbett aus, um ihr mitzuteilen, dass sie zum zweiten Mal Grossmutter geworden sei. Die Reaktion: «Ach, du hast wohl einen Vorwand gesucht, mich endlich wieder einmal anzurufen.» Als Heidi F. dies hörte, war ihr klar, dass bei ihrer Mutter die jahrelange Gleichgültigkeit ihr gegenüber in Verbitterung gegenüber der eigenen Person gekippt war. «Nun», bilanziert, die 49-Jährige, «ist meine Tür definitiv geschlossen.»

«In jeder zehnten Familie gibt es ernsthafte Störungen»

Die Psychotherapeutin Claudia Haarmann über die Probleme zwischen Müttern und Töchtern und die diskrete Rolle der Väter

Frau Haarmann, über den Kontaktabbruch zwischen Eltern und Kindern wird zunehmend öffentlich diskutiert. Wie häufig begegnet Ihnen als Psychotherapeutin dieses Phänomen in der Praxis?

Das Thema gehört innerhalb meiner Arbeit zur Tagesordnung. Während die Töchter den Kontaktabbruch innerhalb der Praxis thematisieren, wenden sich «verlassene» Mütter eher schriftlich an mich. Man geht davon aus, dass es in jeder achten bis zehnten Familie ernsthafte Störungen gibt. Da in unserer Gesellschaft Autonomie und Integrität eine immer grössere Bedeutung zukommt, hinterfragen erwachsene Kinder auch ihre Eltern kritisch und stellen Fragen: Was habe ich in meiner Familie erlebt? Wie ging man mit mir um? In meiner Praxis höre ich erschütternde Lebensberichte von Töchtern, die in einer Atmosphäre von Rohheit und Kälte aufgewachsen sind.

Machen es sich Kinder nicht zu einfach, wenn sie mit den Eltern brechen und sich in die Verweigerung flüchten?

Es geht nicht um Flucht, im Gegenteil. Durch diesen Entscheid nähern sich Kinder wieder sich selber an, weil sie sich eingestehen, dass sie unter extremen Defiziten zu leiden hatten, und weil sie entschieden haben, den erlittenen

Schmerz zu verarbeiten. Gleichzeitig ist dieser radikale Schritt auch ein Selbstschutz, und der Kontaktabbruch sendet eine wichtige Botschaft: Hörst du die Not in meinem Schweigen? Der Kontaktabbruch ist Ausdruck höchster Verzweiflung und geschieht nicht einfach aus einer Laune heraus. Denn Kinder lieben ihre Eltern.

In anderen Kulturen, beispielsweise in China, wäre es undenkbar, dass Kinder ihre Eltern verstossen. Dort ist man den Eltern auf Lebzeiten zu Dank verpflichtet, egal wie schlimm die Kindheit war. Du sollst Vater und Mutter ehren! Das war bei uns früher auch so. Aber zum Glück hat sich hier etwas verändert. Und wir befinden uns erst in der vierten Generation nach Sigmund Freud – das heisst, es ist eine kulturelle Neuheit, sich mit der Seele zu beschäftigen.

Warum fühlen sich verlassene Eltern oft ungerecht behandelt?

Wenn das Kind geht, kommt das einer Anklage gleich. Gegen aussen wird aber oft der Schein gewahrt; und zwar aus Scham. Man stelle sich die Tragweite vor, die die Einsicht enthielte, man sei eine nicht liebende Mutter oder ein nicht liebender Vater gewesen. Damit lässt sich schwer leben. Als ich mich vor

drei Jahren zu diesem Thema am SWR Hörfunk an einer Live-Sendung beteiligte, riefen während und nach der Sendung unzählige Mütter an, die kaum oder gar keinen Kontakt mehr mit ihren Kindern hatten; alles verzweifelte Frauen, die mit einer Lebenssituation kon-



«Ein Kontaktabbruch ist Ausdruck höchster Verzweiflung.»

Claudia Haarmann
Psychotherapeutin

frontiert waren, die sie nie wollten, nicht verstehen konnten oder wollten.

Ist es nicht so, dass die Wahrnehmung von Mutter und Kind bezüglich des Erlebten oft weit auseinander liegt?

Das ist ja das Problem! Man hört zuweilen zwei völlig unterschiedliche Geschichten. Während die Kinder von seelischem Missbrauch und grosser Einsamkeit erzählen, haben Eltern das Vergangene ganz anders in Erinnerung. Seitens der Mütter höre ich die immer gleichen Sätze: «So schlimm war das doch

gar nicht.» Oder: «Ich wollte doch nur das Beste.» Oft wird eine Art Weichzeichner über die Vergangenheit gelegt, man malt die Dinge schön im Stille: «Sicher war es nicht leicht, aber das muss doch jetzt auch mal gut sein.»

Wo sind die Väter in diesem Thema?

Ich kenne keinen Fall, bei dem sich die Väter an die Seite der Tochter gestellt hätten. Sie bleiben meist unsichtbar, haben sich schon zu einem früheren Zeitpunkt aus der Familie verabschiedet oder wurden für das Kind selber zur Bedrohung. Eine schützende und verständnisvolle Anlaufstelle waren die Väter in jenen Fällen, die mir bekannt sind, leider nicht.

Keine Beziehung ist so intensiv wie jene zwischen Mutter und Kind. Die Psychologie spricht sogar von der «Mutter aller Beziehungen». Zu Recht?

Natürlich besteht zwischen Mutter und Kind durch die Schwangerschaft eine symbiotische Beziehung, weil das Kind im Bauch total mit der Mutter verbunden ist. Aber aufgepasst: Bindung folgt keinem genetischen Programm, und auch die Vermittlung von Geborgenheit ist nicht naturgegeben. Sie entsteht nicht automatisch, sondern nur durch aktives Zutun.

Übertragen sich schlechte Beziehungen in die nächste Generation?

Wenn ich betroffene Mütter zu ihrer eigenen Beziehung zur Mutter befrage, höre ich immer, dass diese Beziehung auch schlecht war, es an Wärme und Respekt fehlte. Offenbar kann man etwas, was man selber nicht erfahren hat, selber kaum weitergeben. Interessanterweise kommt es aber immer wieder vor, dass Frauen, die ein schwieriges Verhältnis zur Tochter haben, einen zugewandten, herzlichen Kontakt mit den Enkelkindern pflegen.

Sie sagen, ein aufrichtiges «Es tut mir leid» könne viel Positives in Gang setzen. Braucht es so wenig?

Auf einen solchen Satz warten manche Kinder ein Leben lang, und er umfasst sehr viel. Ein: Ja, ich nehme dich ernst, und deine Wahrnehmung stimmt. In seltenen Fällen gelingt es uns Fachleuten auch, Mutter und Tochter gemeinsam zu einer Beratung zu bewegen. Da fließen viele Tränen, aber in solchen Momenten liegt auch die Möglichkeit, eine gemeinsame Sprache zu finden.

Interview: Sabine Windlin

Claudia Haarmann ist Psychotherapeutin mit Spezialgebiet Mutter-Tochter-Bindung und Autorin des Buches «Mütter sind auch Menschen».