

# MICHAELA KÖLTRINGER SYSTEMISCHES ARBEITEN MIT MUTTERBILDERN



**FRAU EINS** kommt in die Praxis und erzählt von ihrer Überforderung als Mutter. Vor allem die Beziehung zu ihrer älteren Tochter wäre ziemlich „holprig“, und außerdem habe sie sich Muttersein anders vorgestellt. Sie verspüre einen hohen Druck, ihre

Mutterrolle, ihre Paarbeziehung und ihren Beruf unter einen Hut zu bringen. Und dann gäbe es ja auch noch ihre individuellen Bedürfnisse als Frau und ihre Rolle als Freundin.

Gesellschaftlich und psychologisch werden heute hohe Ansprüche an die Mutterrolle gestellt. Elisabeth Badinter und Gaby Gschwend sprechen bei derzeit gesellschaftlich dominierenden Mutterbildern von mythologischen Vorstellungen, bei denen es sich „um eine extrem überhöhte, idealisierte, romantische Vorstellung von der Mutter, von ihrer Bedeutung und vom Wesen der Mutter-Kind-Beziehung“ (Gschwend, 2009, S. 9) handelt. Wenn Frauen, die sich mit ihrem Muttersein beschäftigen wollen, die therapeutische Praxis aufsuchen, kommen sie mit einem individuellen Mutterbild, welches im Laufe ihres Lebens durch unterschiedliche Erfahrungen entstanden ist. Sowohl gesellschaftliche und kulturelle Entwicklungen als auch individuelle Erfahrungen und Erlebnisse führen zu unterschiedlichen Konstruktionen von Mutterbildern. Für die therapeutische Arbeit scheint mir von großer Bedeutung, ein genaues Bild von den Konstruktionen der Klientinnen zu erstellen. Folglich können daraus Hypothesen gebildet, Therapieziele erarbeitet und Lösungen fokussiert werden.

In diesem Artikel gehe ich zu Beginn anhand von drei praktischen Beispielen darauf ein, aus welchen Konstruktionen sich möglicherweise Mutterbilder abzeichnen und welche Ansprüche und Konsequenzen daraus resultieren. Im Anschluss führen meine Beobachtungen aus Therapien mit Müttern schließlich zu den „Themen der Mutterschaftskonstellation“ (Stern, 2009), mit denen sich Mütter möglicherweise auseinandersetzen haben. „Last, but not least“ soll, am Beispiel von Frau Drei, systemisches Arbeiten mit Mutterbildern und den daraus resultierenden Ansprüchen verdeutlicht werden.

## AUSDRÜCKE UNTERSCHIEDLICHER MUTTERBILDER UND DEREN ANSPRÜCHE

In der Folge werden drei unterschiedliche Mutterbilder und deren Ansprüche aus meiner therapeutischen Praxis beschrieben. Individuelle Erfahrungen und Erlebnisse prägen die Konstruktionen von Mutterbildern. Natürlich existieren viele Sichtweisen, die beobachterabhängig (vgl. Simon, 2008) sind.

„Für den Konstruktivist sind die Erfahrungen und Erlebnisse die fundamentale Ursache, daraus konstruiere ich eine Welt. Die Welt ist also die Folge. Die Welt ist nicht – sie geschieht!“ (Heinz von Foerster)

### IM BILD: FRAU EINS

Frau Eins, 40 Jahre, hat gemeinsam mit ihrem Lebensgefährten zwei Töchter mit 7 und 3 Jahren. Sie kommt in die Therapie mit dem Anliegen, dass sich die Beziehung zu ihrer älteren Tochter verbessern solle. Sie möchte mehr Nähe zu ihrer Tochter bekommen und wünscht sich einen lockeren, unkomplizierteren Umgang. Im Erstgespräch meint sie, ihre Tochter wäre schon im Bauch schwierig gewesen, sei quer gelegen, mittels Kaiserschnitt auf die Welt gekommen und zeigte einen Saugfehler. Die Mutter hatte genug Milch und wollte ihre Tochter unbedingt stillen, was aufgrund des Saugfehlers nicht möglich war. Beide Töchter seien Wunschkindern, mit dem Unterschied, dass sie die Bindung und Beziehung zur älteren Tochter als kompliziert und zur jüngeren Tochter als unkompliziert beschreibt. Seit der Geburt ihrer ersten Tochter habe sie sich sehr zurückgenommen und ihre eigenen Bedürfnisse in den Hintergrund gestellt, mit der Erklärung, nicht so sein zu wollen wie ihre eigene Mutter. Sie möchte ihren Kindern viel Aufmerksamkeit und Zeit schenken. Ihre eigene Mutter nimmt einen dominanten Platz in der Erzählung der Klientin ein. Sie beschreibt die Beziehung zu ihr als kalt und distanziert. Außerdem meint die Klientin, an ihrer Tochter Eigenschaften zu erleben, die sie auch von ihrer Mutter kennt. Die Mutter der Mutter stürze sich regelrecht auf die ältere Tochter und versuche sie zu verteidigen. Wenn die Tochter von einem Besuch bei der Oma nach Hause käme, vermehrten sich

Tobsuchtsanfälle deutlich. Immer wieder komme es zu Streitereien zwischen den erwachsenen Frauen. Die Mutter meint, obwohl sie ihre ganze Zeit den Kindern und ihrer Familie widme, fühle sie sich als schlechte Mutter. Vor der Geburt ihrer Kinder ging die Frau einem gut bezahlten Job nach, in dem sie sich als erfolgreich erlebte und gute Kontakte zu den Mitarbeitern pflegte. Ihren Lebensgefährten beschreibt die Klientin als freiheitsliebend, mit der Schwierigkeit sich festzulegen. Als Partnerin fühlt sich die Klientin häufig gefordert, einen „Stummfilm“ zu durchbrechen. Ihren Partner beschreibt sie als Vater geduldiger als sie selbst es sei. Wenn seine Toleranzgrenze erreicht sei, werde er laut. Beide fühlten sich mit den Tobsuchtsanfällen und der Dominanz ihrer älteren Tochter überfordert. Sie bestimme zum Beispiel, ob ein Wochenende entspannend und ruhig verlaufe oder ob geplante Aktivitäten umgesetzt werden könnten.

*Aus welchen Konstruktionen zeichnet sich nun möglicherweise dieses Mutterbild ab?*

- Es ist der Wunsch der Klientin, Mutter zu sein; dieser Wunsch geht in Erfüllung.
- Eine gute Mutter stillt ihr Baby. Durch das Stillen entsteht mehr Nähe zum Kind. Stillen ist die unmittelbare Zeit für Nähe zwischen der Mutter und ihrem Kind.
- Ganz in der Mutterrolle aufgehen; NUR Mutter sein;
- Frau Eins möchte eine andere Mutter für ihre Kinder sein, als sie ihre eigene Mutter erlebt hat. Daher will sie ihre volle Aufmerksamkeit und Zeit den Kindern schenken.
- Spielen mit den Kindern und deren Förderung sieht sie als die Hauptaufgabe.
- Auf den beruflichen Wiedereinstieg und auf eigene Interessen verzichtet sie.
- Die Klientin fühlt sich als Mutter nicht gut genug, weil für sie selbst kein eigenes vorbildhaftes Modelllernen erlebbar war, auf das sie nun zurückgreifen könnte.
- Sie sieht sich als Mutter hauptsächlich alleine verantwortlich für das Verhalten ihrer Tochter

*Welche Konsequenzen und Ansprüche sind hier beobachtbar?*

- Ein zu idealisiertes Mutterbild führt zur Ernüchterung und zur Enttäuschung. Es entstehen große Differenzen zwischen den Wunschvorstellungen und der erlebten Realität bei Mutter Eins.
- Erste Enttäuschungen über ihr erstgeborenes Kind entstehen aus Sicht von Mutter Eins, weil sie es nicht mit ihrer Muttermilch nähren konnte. Der Verzicht auf die unmittelbare Nähe und Zeit mit dem Kind führte in dem Erklärungsmodell der Klientin zu ersten, ungewollten Distanzierungsschritten.
- Die Rolle als Frau, Freundin tritt in den Hintergrund. Langfristiges NUR Mutter sein kann für Kinder einengend werden.
- Frau Eins lehnt ihre eigene Mutter ab. Dieses Ablehnen kostet sie viel Energie. Weiters kann oder will sie auf kein Muttermodell zurückgreifen, das sie als Ressource nützen könnte.
- Da sie ihre Hauptaufgabe als Mutter sieht, meint sie, ausschließlich für das Verhalten ihrer Tochter verantwortlich zu sein.

#### IM BILD: FRAU ZWEI

Frau Zwei, 33 Jahre, hat drei Söhne, von denen die älteren zwei, 14 und 11 Jahre, aus erster Ehe stammen und ihr jüngster Sohn, 2,5 Jahre, aus der bestehenden Partnerschaft stammt. Ihr wurde von mehreren Seiten eine Therapie empfohlen. Grund für die Therapieempfehlungen seien familiäre Schwierigkeiten, vor allem was den Umgang mit den älteren zwei Söhnen betreffe. Das Sorgerecht für die älteren Söhne liege bei der Mutter, allerdings werde aufgrund der erheblichen Schwierigkeiten der Söhne nach Alternativen gesucht. Für Frau Zwei könne Druck entstehen, weil sie von außen – sprich Jugendamt – beobachtet werde. Allerdings sei dieser Druck weniger bei ihr zu spüren, sondern mehr beim jetzigen Partner, dem es wichtiger zu sein scheine, dass die älteren Buben bei ihnen wohnen blieben. Frau Zwei meint, sie vertraue darauf, dass die Söhne von selbst hier blieben und sich nicht für ihren leiblichen Vater entscheiden würden, der zwei Stunden Fahrzeit von ihnen entfernt wohne. Frau Zwei beschreibt ihre Beziehung zum älteren Sohn insofern als schön, weil sie

von ihm viel Dankbarkeit bekomme und sie sich auf ihn verlassen könne. Der ältere Sohn scheint eine gewisse Schutzfunktion für sie zu übernehmen und fragt sie nach ihrem Wohlergehen. Frau Zwei genießt das. Der zweitälteste Sohn zeigt sich als energievoll und scheint im Loyalitätskonflikt zwischen der Mutter und seinem leiblichen Vater zu stehen. Unabhängig davon, wie die Trennung von Frau Zwei und ihrem Exmann stattgefunden hat, ist es ihnen als Eltern kaum gelungen, die Fragen der Elternkompetenzen zu klären, um den Kindern klare Botschaften vermitteln zu können. Die Beziehung zu ihrem jüngsten Sohn beschreibt Frau Zwei distanziert, weil der Vater sehr viele Aufgaben übernehmen will und einen dominanten Platz einnimmt. Zahlreiche Stunden fanden gemeinsam mit den Eltern statt, manche mit der ganzen Familie und einige mit der Mutter oder dem Vater/Stiefvater alleine.

Für Frau Zwei als Mutter ist es wichtig, dass es ihren Kindern und ihr selbst gut geht. Es ist ein Wunsch von ihr, innerhalb der Familie eine solide Gesprächsbasis zu entwickeln. Am Muttersein findet sie schön, dass sie Anerkennung von den Kindern bekommt, dass sich der Alltag durch die Kinder sehr abwechslungsreich gestaltet und dass es für sie ein schönes Gefühl ist, gebraucht zu werden. Für sie war mit 16 Jahren schon klar, dass sie Kinder haben wolle. Wenn es wieder große Konflikte innerhalb der Familie gibt, wäre sie lieber nicht Mutter, und sie genießt die Wochenenden, die die zwei älteren Söhne bei ihrem Vater verbringen.

Als Mutter gelingt ihr aus ihrer Sichtweise, dass sie ihren Söhnen das Gefühl vermitteln kann, dass sie ihre Mutter brauchen. Es gelinge ihr, dass die Söhne an sie denken und ihr Geschenke bringen. Außerdem sei für sie wichtig, ihre Söhne gleich zu behandeln.

Ihre eigene Mutter sei für sie kein gutes Vorbild. Als Vorbild nennt sie eine Freundin ihrer Mutter, bei der sie sich als Kind sehr wohl gefühlt hat. Dort genoss sie

das große Haus und das gelungene Zusammenleben mehrerer Generationen. Für sie war dort keine negative Spannung spürbar, und den lockeren Umgang miteinander bewunderte sie. Den Kindern der Freundin war es möglich, ihre Sorgen der Mutter zu berichten. Aus Sicht der Klientin gab es dort keine Richtlinien, anders als sie es in ihrer Herkunftsfamilie erlebt hat.

*Aus welchen Konstruktionen zeichnet sich nun möglicherweise dieses Mutterbild ab?*

- Andere Menschen, Einrichtungen empfehlen Frau Zwei eine Therapie. Das Mutterbild von Frau Zwei

## ELISABETH BADINTER UND GABY GSCHWEND SPRECHEN BEI DERZEIT GESELLSCHAFTLICH DOMINIERENDEN MUTTERBILDERN VON MYTHOLOGISCHEN VORSTELLUNGEN, BEI DENEN ES SICH „UM EINE EXTREM ÜBERHÖHTE, IDEALISIERTE, ROMANTISCHE VORSTELLUNG VON DER MUTTER, VON IHRER BEDEUTUNG UND VOM WESEN DER MUTTER-KIND-BEZIEHUNG“ HANDELT.

unterscheidet sich von dem Bild der „Öffentlichkeit“.

- Als Mutter bekommt man aus Sicht der Klientin schneller das Sorgerecht zugesprochen. Muttersein ist mit besonderen Rechten verbunden.
- Als Mutter kann man auf den „natürlichen Verlauf“ vertrauen, dass die Kinder sich für sie entscheiden. Man kann – jedenfalls äußerlich – gelassen reagieren.
- Verantwortung darf als Mutter auch abgegeben werden.
- Kinder dürfen sich um die Mutter sorgen. Als Mutter bekommt man viel Anerkennung und Dankbarkeit.
- Als Mutter muss man viel aushalten. Ruhe und Entspannung sind daher für eine Mutter wichtig.
- Kinder brauchen nicht so viel Aufmerksamkeit – Entwicklung geht von selbst.

- Die Auseinandersetzung mit dem Vater und Stiefvater, als Elternteile, ist schwierig, kompliziert und/oder scheint nicht möglich zu sein. Das hat für Frau Zwei zur Folge, dass sie sich auf die Rolle als Mutter beschränkt und die gemeinsame Elternschaft als gescheitert ansieht.
- Man kann von der Mutterrolle auch weggedrängt werden und sich wegdrängen lassen.
- Es war der Wunsch der Klientin, schon mit 16 Jahren Mutter zu werden und eine Familie zu gründen. Dieser Wunsch ging nicht gleich, aber bald, in Erfüllung.
- Der Alltag einer Mutter ist abwechslungsreich und nicht vorhersehbar. Man weiß nie, mit welcher Stimmung die Kinder nach Hause kommen.
- Es braucht im Umgang mit Kindern und in der Familie keine Richtlinien. Bei der Freundin der Mutter hat das auch funktioniert.

*Welche Konsequenzen und Ansprüche sind hier beobachtbar?*

- Durch die Differenzen zwischen dem Mutterbild von Frau Zwei und dem der „Öffentlichkeit“ entsteht bei ihr eine Blockade, und es fällt ihr schwer, Hilfe und Unterstützung in Anspruch zu nehmen. Unterstützungsmaßnahmen werden schnell abgewertet und kritisiert. Der Überweisungskontext war vor allem am Anfang der Therapie ein wichtiges und mit Achtsamkeit zu behandelndes Thema.
- Die Rechte als Mutter stehen bei Frau Zwei im Vordergrund. Die Verantwortung und die Pflichten ihrer Mutterrolle sind für Frau Zwei schwer im Alltag umzusetzen.
- Die Rollen der Mutter und die der Kinder kehren sich um. Die Kinder übernehmen Aufgaben für Frau Zwei, die im Kompetenzbereich der Mutter, der Eltern liegen. Das überfordert die Kinder und drückt sich in ihrem Verhalten deutlich aus.
- Die eher passive Haltung der Klientin als Mutter, möglicherweise aber auch als Frau, Freundin ... gibt anderen Menschen viele Möglichkeiten, einen dominanten Platz in ihrem Leben einzunehmen. Sie lässt viel entscheiden.
- Frau Zwei fühlt sich bei Konflikten innerhalb der Familie überfordert und zieht sich zurück.

- Die Rollen als Mutter, Frau, Freundin scheinen nicht klar voneinander getrennt zu sein, was Auswirkungen hat.
- Bei einem Kinderwunsch und Mutterwerden im jugendlichen Alter können eigene Bedürfnisse und Sehnsüchte deutlich im Vordergrund stehen.
- Frau Zwei passt sich den Stimmungen ihrer Kinder und auch den Anforderungen ihres Mannes an.

#### IM BILD: FRAU DREI

Frau Drei, 46 Jahre, kommt ursprünglich mit dem Anliegen in die Therapie, ihre Töchter, 11 und 9 Jahre, sollen mit dem Daumenlutschen aufhören. Die Klientin erzählt also zuerst von keinem selbstbezogenen Ziel. Ihr Mann, der Vater der Kinder, kam vor 8 Jahren auf tragische Weise im eigenen Unternehmen ums Leben. Frau Drei hat die Firma ihres verstorbenen Mannes übernommen und führt seitdem die Geschäfte. Das Erstgespräch fand im Einzelsetting statt, die meisten Folgegespräche gemeinsam mit den Töchtern.

Frau Drei klagt, dass so viel auf ihren Schultern laste. Sie müsse sehr viel unter einen Hut bringen und außerdem fühle sie sich als Mutter mit der alleinigen Verantwortung für ihre Töchter immer wieder überfordert. Durch den Tod ihres Mannes hätte sie noch mehr den Anspruch an sich selbst, ihren Töchtern viel geben und sie noch besser beschützen zu müssen. Die Mutter und ihre Töchter sind durch die Umstände sehr nahe zusammengerückt, und Schritte in die Distanz fallen ihnen schwer. Sie behindern sich dadurch möglicherweise gegenseitig in ihrer Entwicklung. Frau Eins möchte für die Töchter einen Vaterersatz finden und macht sich selbst Druck. Für sie als Frau sei eine neue Partnerschaft vorstellbar, aber nicht unbedingt notwendig.

In einem weiteren Einzelgespräch erzählt Frau Drei, sie möchte ihren Kindern eine andere Mutter sein, als sie ihre eigene Mutter erlebt hat, und beschreibt ein Bild von Strenge, autoritärem Verhalten und Furcht. Sie möchte, dass ihre Töchter mit ihr mehr ausverhandeln können. Allerdings gerieten sie dabei immer wieder in große Streitereien, in denen sie als Mutter entweder mächtig reagiere und versuche, Befehle anzuordnen, oder sich ohnmächtig fühle, weil sie den Eindruck habe,

die Töchter säßen am längeren Ast, wenn sie „cool“ ihre Befehle ignorierten etc.

*Aus welchen Konstruktionen zeichnet sich nun möglicherweise dieses Mutterbild ab?*

- Weil die Kinder Angst haben, sie könnten auch noch die Mutter verlieren, ist es für die Mutter wichtig, auf ihre Gesundheit und Sicherheit zu achten, um möglichst lange für ihre Töchter präsent sein zu können.
- Frau Drei versucht Mutter und Vater für ihre Töchter zu sein, weil die Kinder keinen Vater haben.
- Eine neue Partnerschaft würde auch dazu dienen, ihren Kindern einen Vaterersatz bieten zu können.
- Aufgabe der Mutter ist, die Kinder vor Gefahren besonders gut zu schützen und ihnen Sicherheit geben zu können.
- Muttersein und Beruf sind im Bild von Frau Drei gut vereinbar, wenngleich manchmal vielerlei an Anforderungen und Zeitmanagement notwendig sind. Die Kunst des Balancierens ist gefragt.
- Hauptaufgabe der Mutter ist die Erziehung und Förderung der Kinder.
- Muttersein besteht in ihrer Sicht aus Geben und Nehmen.
- Als Mutter hat man das Recht, Befehle zu erteilen. Als Mutter bekommt man Nähe – auch körperliche Nähe.
- Sie möchte ihren Kindern eine andere Mutter sein, als sie ihre Mutter erlebt hat.
- Muttersein beschreibt Frau Drei als schön und anstrengend.

*Welche Konsequenzen und Ansprüche sind hier beobachtbar?*

- Mitunter, durch die alleinige Verantwortung für die Kinder, lastet viel „auf den Schultern“ von Frau Drei. Sie beschreibt ein scheinbar fast unersättliches Bedürfnis nach Ruhe und Entspannung.
- Durch die Einschränkung als NUR Mutter vernachlässigt sie ihre Rolle als Frau, Freundin.
- Die Angst vor dem Loslassen entsteht, und ein übervorsichtiges Erleben, Denken und Handeln kann natürliche Entwicklungen behindern.
- Durch den unmöglichen Anspruch, Vater und Mutter für die Kinder sein zu wollen, entsteht bei Frau

Drei Überforderung - Druck, Frustration sind die Folge.

- Die Kinder machen alles, damit Frau Drei einen neuen Partner findet und sie möglicherweise eine männliche Orientierungsperson haben.
- Die Mutter will, um eigene Bedürfnisse zu stillen, viel Nähe, auch körperliche, von ihren Kindern – mehr als möglicherweise die Kinder von der Mutter brauchen und wollen.
- Durch die häufige Nähe behindern sie sich in ihrer jeweilig individuellen Entwicklung.
- Frau Drei mutet den Kindern weniger zu als ihnen wahrscheinlich möglich wäre.
- Ambivalente Aussagen und Botschaften der Mutter werden vermittelt. Sie fühlt sich mächtig – ohnmächtig in Erziehungsfragen und in den Auseinandersetzungen mit ihren Töchtern.
- Unsicherheit entsteht bei Frau Drei im Umgang mit ihren Töchtern. Sie möchte nicht so streng sein, wie sie ihre eigene Mutter erlebt hat, und sie möchte, dass die Töchter sich an die Vereinbarungen halten. Sie ist unsicher, wann sie einen symmetrischen oder komplementären Umgang mit ihren Kindern wählen soll.

Mutterbilder zeichnen sich aus individuellen Erfahrungen und Geschehnissen ab. Natürlich ist eine neutrale Haltung der Therapeutin gegenüber den Konstruktionen der jeweiligen Mutterbilder wichtig. Der Blick in der Therapie gleicht dem Erstellen einer Landkarte, um sowohl Orientierung zu bekommen als auch individuelle Bedürfnisse und Lösungen näher ins Blickfeld zu rücken.

#### **BEOBSACHTUNGEN IN THERAPIEN MIT MÜTTERN**

Manchmal scheint es, dass Mütter mit keinem selbstbezogenen Anliegen in die Therapie kommen, sondern mit wunderbaren Zielen für ihre Kinder. Nach Steve de Shazer (2008) könnte man meinen, vielleicht einer sich beklagenden Frau gegenüberzusitzen. Das kommt natürlich vor. Vermehrt dann, wenn sie von jemandem „geschickt“ wurden, so wie beispielsweise Frau Zwei. Hier gilt es, den Überweisungskontext zu thematisieren und diesen auch im Verlauf der Therapie im Auge zu behalten.

*Kinder spielen in den Erzählungen der Mütter mitunter deswegen eine so wichtige Rolle, weil es in der Natur der Dinge liegt, dass Muttersein nicht ohne das Kind gedacht werden kann.* Dazu ein simples Alltagsbeispiel: Wenn Frauen, die mit Kindern leben, in einem Kaffeehaus sitzen und gemeinsam plaudern, führt der Gesprächsverlauf schnell zu den Kindern, und darüber kann mit großer Ausdauer und genauer Ausführlichkeit berichtet werden. Jemand Außenstehender könnte sich die Frage

MUTTERBILDER ZEICHNEN SICH AUS INDIVIDUELLEN ERFAHRUNGEN UND GESCHEHNISSEN AB. NATÜRLICH IST EINE NEUTRALE HALTUNG DER THERAPEUTIN GEGENÜBER DEN KONSTRUKTIONEN DER JEWEILIGEN MUTTERBILDER WICHTIG. DER BLICK IN DER THERAPIE GLEICHT DEM ERSTELLEN EINER LANDKARTE, UM SOWOHL ORIENTIERUNG ZU BEKOMMEN ALS AUCH INDIVIDUELLE BEDÜRFNISSE UND LÖSUNGEN NÄHER INS BLICKFELD ZU RÜCKEN.

stellen, ob Mütter denn gar nichts anderes mehr beschäftigt oder interessiert. Ich denke, dass das viele Reden über die Kinder – vor allem wenn diese jünger sind – ein Ausdruck über die Beziehung und Bindung zwischen der Mutter und dem Kind ist. Auch pädagogische Fragen über den Umgang mit Kindern können einige Zeit und immer wiederkehrend im Alltag einen großen Platz einnehmen.

Zeitweilig wirkt es, als ob die *Mutterrolle von Frauen ihre alleinige Identität* wäre, was wiederum ihre eigene als auch die Entwicklung der Kinder behindern könnte. Die Rolle als Frau, Partnerin, Freundin, Berufstätige ... kann in den Hintergrund geraten und vernachlässigt werden. Die Auswirkungen können unterschiedliche sein: Manche Mütter erzählen von Unzufriedenheit und Enge, andere wiederum erzählen durch das NUR Muttersein auch von „Vorteilen“. Eigene, individuelle Anliegen der Frauen können möglicherweise manchmal erst später klar definiert werden.

Einen weiteren Anspruch möchte ich erwähnen, der in den Therapien mit Frauen, die an ihrem Mutterbild arbeiten möchten, wiederholt hörbar wird: Klientinnen möchten *eine andere Mutter sein, als sie ihre eigene Mutter erlebt haben*. Dies kann zur Folge haben, dass Mütter meinen, eine genau gegensätzliche Mutterhaltung einnehmen zu müssen oder zu wollen. Nicht selten höre ich in den weiteren Gesprächen auf einmal: „Eigentlich unterscheide ich mich hierin kaum von meiner Mutter“. Die Auseinandersetzung der Mutter mit ihren eigenen Erfahrungen als Tochter (damit können aber auch andere mütterliche Gestalten gemeint sein, die der Klientin im Leben begegnet sind) wird immer wieder thematisiert.

In Therapien mit Müttern ist beobachtbar, dass Themen der Mutterschaftstrilogie und Themen der Mutterschaftskonstellation, auf die ich in der Folge eingehen werde, manchmal große Bedeutung gegeben wird. Daniel N. Stern, bekannt als Säuglingsforscher, beschäftigt sich im klinischen Kontext speziell mit Mutter-Kind-Therapien. Er versucht in seinem Buch „Mutterschaftskonstellation“ (2006) zu beschreiben, mit welchen Themen sich Mütter, vor allem nach der Geburt ihres Kindes, möglicherweise aber auch längerfristig, auseinanderzusetzen haben.

#### MUTTERSCHAFTSKONSTELLATION

*„Das Thema Liebe wird von Bindung oder mütterliche Feinfühligkeit sowohl weggedrängt als auch stillschweigend absorbiert. Sie ist keines von beiden, sondern hat ihre eigene Qualität.“* (Hellbrügge, 2008, S. 213) Ein Zitat von Daniel N. Stern über die Liebe, genauer gesagt über das sich ineinander Verlieben von der Mutter und ihrem Kind.

Stern vertritt die Auffassung, dass die Mutter mit der Geburt eines Kindes „in eine neue und charakteristische

psychische Organisation hineingleitet“ (Stern, 2006, S. 209), die er als Mutterschaftskonstellation bezeichnet. Diese Konstellation wird als psychischer Organisator vorübergehend neue Tendenzen entstehen lassen. Neue Sensibilitäten, Ängste, Fantasien kommen zum Vorschein. Diese neuen psychischen Organisatoren sind *vorübergehend*, und ihre Dauer ist *variabel*. Es kann sich um Monate oder auch um etliche Jahre handeln. Während dieser Zeit aber wird sich das gesamte psychische Leben der Mutter um diese Organisationsachse drehen. Die Mutterschaftskonstellation bildet ein „hochspezifisches, eigenständiges und völlig normales Konstrukt“ (Stern, 2006, S. 209), dem für das Leben der meisten Mütter eine herausragende Bedeutung zukommt. Eine Reihe zusammenhängender Themen tauchen bei Müttern auf – Stern nennt sie:

#### THEMEN DER MUTTERSCHAFTSKONSTELLATION

So das Thema des **Lebens und des Wachstums**. Die Mutter beschäftigt sich damit, ob sie das Überleben und das Gedeihen des Kindes gewährleisten kann.

Im Thema der **primären Bezogenheit** setzt sich die Frau damit auseinander, wieweit sie als Mutter eine für sie selbst authentische emotionale Beziehung zu ihrem Baby entwickeln kann, die sie sich wünscht.

Weitere Fragen wirft das Thema der **unterstützenden Matrix** für die Mutter auf. Hat sie ein System, das sie unterstützt, oder kann sie dieses System schaffen, um diese Aufgaben und Funktionen erfüllen zu können? Mit dem Thema der **Reorganisation der Identität** stellt sich die Mutter die Frage, ob sie in der Lage sein wird, ihre Selbstidentität so zu wandeln, dass sie diese Funktionen unterstützen und fördern kann. (Vgl. Stern, 2006, S. 211)

Ein Kind veranlasst die Mutter zu einer tief greifenden Neuanpassung. Die Mutterschaftskonstellation ist kein universales Phänomen, und sie ist nicht angeboren.

„Selbst unter gleichen soziokulturellen Bedingungen entwickelt sich die Mutterschaftskonstellation nicht zwangsläufig. Die meisten, aber nicht alle Frauen werden eine voll ausgeprägte oder zumindest eine erkenn-

FÜR DIE THERAPIEN KANN VORERST EINMAL BEDEUTSAM SEIN, DASS MÜTTER DURCH DIE THERAPEUTIN EINFACH WERTSCHÄTZUNG UND ANERKENNUNG ERFAHREN, WAS SIE MÖGLICHERWEISE IN IHREM ALLTAG WENIG ODER NICHT ERFAHREN. HÄUFIG ZEIGEN SICH FRAUEN DURCH EINFACHE ANERKENNUNG UND DURCH POSITIVE, RESSOURCENORIENTIERTE RÜCKMELDUNGEN BEWEGT.

bare Mutterschaftskonstellation entwickeln.“ (Stern, 2006, S. 213) Weiters betrifft die Mutterschaftskonstellation drei verschiedene, aber miteinander zusammenhängende vorrangige Themen und Diskurse, die innerlich und äußerlich ausgetragen werden:

- der Diskurs der Mutter mit ihrer eigenen Mutter, insbesondere mit der Mutter ihrer eigenen Kindheit; (als „Mutter“ bezeichnet Stern in diesem Kontext die wichtigsten mütterlichen Gestalten, die der Frau in ihrem Leben begegnet sind)

- ihren Diskurs mit sich selbst als Mutter und

- den Diskurs mit ihrem Kind (Stern, 2006, S. 210)

Diese „Mutterschaftstrilogie“ (Stern, 2006, S. 210) entwickelt sich zum Hauptanliegen der Mutter. Die Auseinandersetzung mit diesen drei Diskursen ist für jede Mutter von Bedeutung. Eine neue psychische Triade, Mutter der Mutter - Mutter – Kind, wird entstehen und zur dominanten Organisationsachse werden. Wenn Mütter in Therapien Hilfe suchen, beziehen sich ihre Fragestellungen häufig auf die vorhin erwähnten Diskurse. Am Beispiel Frau Eins sind Schwierigkeiten beobachtbar, mit diesen Diskursen adäquat umzugehen. Frau Eins stellt in ihrer Konstruktion einen Zusammenhang her zwischen dem Konflikt mit ihrer eigenen Mutter, ihrem eigenen „Keine gute Mutter sein“-Empfinden

und dem Verhalten ihrer Tochter. Und sie beschreibt Schwierigkeiten, jeden einzelnen Diskurs „für sich stehend“ und differenziert sehen zu können. Sie setzt diese Diskurse stark miteinander in Verbindung. Man könnte sagen, das Leben der Mutter dreht sich, von ihrer Bedeutungsgebung her, nach wie vor dominant um diese Organisationsachse. Für Frau Eins scheint es wichtig zu lernen, die Diskurse zuerst einmal voneinander distanziert und getrennt sehen zu können. Erst ein viel späterer Schritt in der Therapie könnte sein, diese Diskurse möglicherweise wieder näher zusammenrücken zu lassen, um sie miteinander zu vereinbaren. Möglicherweise heißt für Frau Eins aber auch „die Diskurse miteinander zu vereinbaren“, sie getrennt sehen und sie so belassen zu können. Zugleich ist das Thema der primären Bezogenheit für Frau Eins ein wichtiges Thema, vor allem was die Mutter-Kind-Dyade zur älteren Tochter betrifft. Möglicherweise ist es manchen Frauen, die an ihrem Muttersein arbeiten wollen, in der Vergangenheit in einem wenig befriedigenden Ausmaß gelungen, sich mit diesen Themen und Diskursen auseinanderzusetzen. Für die Therapie könnte das heißen, der jeweiligen Fragestellung entsprechend Platz einzuräumen, damit sich Konstruktionen von Mutterbildern erweitern können und den Bildern etwas Neues hinzugefügt werden kann. Dabei gilt große Aufmerksamkeit in der Therapie der Erzeugung von Informationen, die Unterschiede ausmachen.

„Die elementare Informationseinheit – ist ein Unterschied, der einen Unterschied ausmacht.“ (Bateson)

### **SYSTEMISCHES ARBEITEN MIT FRAUEN, DIE SICH MIT IHREM MUTTERSEIN BESCHÄFTIGEN WOLLEN**

Der Autor Konrad P. Grossmann beschreibt in seinem Buch „Therapeutische Landkarten“ (2007) mitunter einen Weg einer achtsamen, ressourcenorientierten Psychotherapie, auf welchem in Therapiedialogen dem Auffinden und der Utilisation von Unterschieden große Bedeutung beigemessen wird. (Vgl. Grossmann, 2007) Durch die Erzeugung von Unterschieden in den Therapiedialogen kann für Frauen, die sich mit ihrem Muttersein auseinandersetzen, neues Erleben, Denken, Handeln ermöglicht werden. Selbst wenn die Unter-

schiede manchmal klein scheinen, können sie sich als sehr nützlich erweisen. Auch Daniel N. Stern betont die Wichtigkeit der Unterschiedsbildung selbst bei Mutter-Säugling-Therapieprozessen und achtet darauf, dass in jeder Therapieeinheit etwas Neues, Unterschiedliches erfahrbar werden soll.

Für die Therapien kann vorerst einmal bedeutsam sein, dass Mütter durch die Therapeutin einfach *Wertschätzung und Anerkennung* erfahren, was sie möglicherweise in ihrem Alltag wenig oder nicht erfahren. Häufig zeigen sich Frauen durch einfache Anerkennung und durch positive, ressourcenorientierte Rückmeldungen bewegt. Es müssen nicht großartige Interventionen sein, die Prozesse des Erlebens, Denkens, Fühlens erfahrbar machen. Hier kann auch auf die Achtsamkeit der grundsätzlich *therapeutischen Haltung* verwiesen werden. Ein gelungener Austausch an Informationen zwischen Therapeutin und Klientin kann auch als Modelllernen verstanden werden. Bedeutsam scheint mir auch, vor allem wenn Frauen gestresst und überfordert kommen, Zeit zu geben und zu entschleunigen.

### **ARBEIT MIT FRAU DREI UND IHREN TÖCHTERN:**

Das Setting mit Frau Drei und ihren Töchtern wurde unterschiedlich gestaltet. Einige Male kam Frau Drei alleine, und in regelmäßigen Abständen suchten sie gemeinsam die Praxis auf. In der folgenden Therapiesequenz wurde der Umgang mit Nähe und Distanz untereinander thematisiert. Die Mutter will, um eigene Bedürfnisse zu stillen, viel Nähe von ihren Kindern – mehr als möglicherweise die Kinder von der Mutter brauchen und wollen.

Mutter: „Ich mag die Nähe meiner Kinder gerne. Da spüre ich Wärme.“ Töchter: „Ja, die Mama mag immer so viel Kuscheln, manchmal ist uns das zu viel.“ Mutter: „Ich mache das (Kuscheln) aus einem eigenen Bedürfnis, weil ich einfach auch Nähe brauche. Nach einem anstrengenden Arbeitsalltag ist es entspannend, die Nähe und Wärme der Kinder zu spüren.“ Th. zu Mutter: „Nach einem anstrengenden Arbeitsalltag haben Sie das Bedürfnis nach Nähe und Wärme.“

Mutter: „Ja, wenn ich den ganzen Tag gelaufen bin, brauche ich am Abend Zeit zum Runterkommen. Und ich habe



sonst niemanden, von dem ich körperliche Nähe und Wärme bekomme.“ Th. zu Mutter: „Gibt es besondere Verhaltensweisen oder Ausdrücke Ihrer Töchter, an denen sie erkennen könnten, dass diese jetzt die Nähe und Wärme von Ihnen wollen oder nicht?“ Mutter (alle lachen): „Manchmal kommen humorvolle, auch zynische Bemerkungen von ihnen und sie sagen: ‘Ach, die Mama will wieder Kussheln.’ Die Töchter suchen Körperkontakt und Nähe, wenn sie etwas ganz anderes im Schilde führen. Wenn ich ihnen zum Beispiel etwas kaufen soll oder in der Schule etwas schlecht gelaufen ist. Wenn ich einen vollen Tag hatte, achte ich aber auch nicht immer darauf.“

Th.: „Verstehe ich Sie richtig, Sie erzählen von recht schlauen Töchtern, die genau wissen, was sie ihrer Mutter geben müssen, um die eigenen Bedürfnisse zu stillen und um Ziele zu erreichen?“ Mutter: „Ja, das kann man so sagen.“ (Töchter lachen) Th. zu Töchtern: „Gibt es Situationen, in denen ihr das Kussheln mit eurer Mutter genießt?“ Ältere Tochter: „Ja, nach einem anstrengenden Schultag oder wenn es mir nicht so gut geht, dann mag ich die Nähe. Aber nicht so oft wie meine Mutter.“ Jüngere Tochter: „Wenn ich Angst habe, dann mag ich auch die Nähe meiner Mutter. Dann bin ich voll froh, dass sie hier ist.“

Th.: „Ich höre, dass es für alle Zeiten gibt, zu denen das Kussheln stimmig und passend erlebt wird. Möglicherweise unterscheiden sich die jeweiligen Bedürfnisse nach Nähe im Zeitpunkt und in der Häufigkeit.“

Th. zu allen: „Ist es für Sie vorstellbar, sich ein gemeinsames Zeichen auszumachen, um dem anderen zu zeigen, wann die Nähe passt oder nicht? Ich denke da zum Beispiel an ein Zeichen mit der Hand.“ Töchter verneinen gleich und meinen, das würden sie nicht machen, denn da würden sie die Mutter verletzen und das wollen sie nicht.

Th. zu Töchtern: „Ich habe den Eindruck, euch ist die Mutter ganz wichtig, und ihr schaut sehr gut auf sie.“ (Beide nicken.) „Ich erlebe eure Mutter als erwachsene Frau, die Verantwortung übernimmt und für sich selber sorgen kann.“

Th. zu Mutter: „Haben Sie eine Idee, was Sie ihren Kindern sagen oder vermitteln müssten, damit sie sicher sein können, dass Sie gut auf sich selber schauen?“ Mutter: „Das stimmt mich gerade nachdenklich. Ich möchte euch sagen, dass ich es gut finde, wenn wir uns ein Zeichen ausmachen“ – und sie zeigt ihnen eine Handbewegung – sie

verschränkt die Arme vor dem Oberkörper. „Ich schaue gut auf mich, indem ich regelmäßig in die Sauna, mit meiner Freundin ins Theater gehe und einiges mehr.“

Gemeinsam probieren sie die Handbewegung aus, die ihnen die Mutter gezeigt hat. Die Therapeutin lädt die Mutter ein, ihre Töchter zu Hause zu motivieren, dass sie sich trauen, ein Zeichen zu geben, um zu zeigen, wann die Nähe passt oder nicht.

In den nächsten zwei Folgestunden kam Frau Drei alleine. Es wurden ihre eigenen Bedürfnisse als Frau und ihre Selbstfürsorge thematisiert. Durch die Einschränkung als NUR Mutter, vernachlässigt sie ihre Rolle als Frau, Freundin. Mittels *Rollen-Teile-Arbeit* (die Rolle als Mutter, Frau, Witwe, Freundin, Tochter) konnten ihre Bedürfnisse konkretisiert und nach Möglichkeiten der adäquaten Abdeckung gesucht werden. Das Arbeiten mit *Skalierungsfragen* war vor allem am Beginn der Arbeit hilfreich: „Wie viel Prozent nimmt Ihre Rolle als Mutter, Freundin ... in der Gegenwart ein? Welche Rolle sollte mehr oder weniger Bedeutung bekommen?“

In einer weiteren gemeinsamen Stunde mit Frau Drei und ihren Töchtern stand die Leitdifferenz von Individualität versus Gemeinsamkeit im Vordergrund. Frau Drei möchte ihren Kindern mehr zumuten. Individuelle Entwicklung jeder Person sollte besser möglich werden. Mithilfe von Tier-Figuren wird versucht, Individualitäten, Bedürfnisse, Aufgaben und die Dynamik untereinander herauszuarbeiten. Die Therapeutin lädt Frau Drei und ihre Töchter ein, sich ein Tier auszusuchen. Frau Drei wählt einen Elefanten für sich, die ältere Tochter einen Drachen und die jüngere Tochter eine Fledermaus. Alle drei beschreiben ihr ausgewähltes Tier. Hier werden nur einige Schilderungen erwähnt:

*Elefant*: großes, ausgewachsenes Weibchen; schade, dass sie keine Stoßzähne mehr hat; ihre Aufgabe sieht sie im Anführen der Herde und im Suchen von Nahrungsplätzen; der Elefant fühlt sich wohl und sieht sich als groß, mächtig und respektvoll;

*Drache*: ist sauer und will in Ruhe gelassen werden, sonst beißt er; er möchte mehr Freiheit;

*Fledermaus*: fühlt sich kräftig, kann gut hören und warnt vor Feinden;

Nachdem über Eigenschaften, Wünsche und Aufgaben näher gesprochen wurde, wird eingeladen, einen Platz

für die Tiere auf dem Familienbrett zu finden. Auf das Arbeiten mit dem Familienbrett gehe ich jetzt nicht näher ein. Eine kurze Sequenz möchte ich allerdings herausnehmen, weil sie aus meiner Sicht zu einer Unterschiedsbildung führte:

*Mutter zur älteren Tochter: „...dafür lasse ich dich manchmal mehr Elefant sein.“*

*Th.: „Möchten sie aus dem Drachen einen Elefanten machen?“*

*Die Therapeutin lädt die Mutter ein, den Drachen einmal genau anzuschauen und ihn in seiner Individualität wirken zu lassen ...*

Zu Beginn der Therapie wurde in der Erzählung von Frau Drei dem Daumenlutschen der Töchter große Bedeutung beigemessen. Im Verlauf der Therapiestunden verlor diese Verhaltensweise, die mitunter ein Ausdruck von Macht gewesen sein könnte, sehr an Gewicht. Stattdessen wurde viel untereinander ausverhandelt. Individualität und der Umgang mit den Bedürfnissen der Einzelnen rückten Schritt für Schritt in den Vordergrund. Auch der Erzählung vom verstorbenen Vater und Ehemann wurde entsprechend Aufmerksamkeit gewidmet. Ressourcenpersonen, wie zum Beispiel eine altbekannte Leih-Oma, zwei befreundete Familien und Freunde der Töchter, wurden im Leben von Frau Drei und ihren Töchtern wichtiger.

Abschließend möchte ich noch einmal erwähnen, dass sowohl gesellschaftliche und kulturelle Entwicklungen als auch individuelle Erfahrungen und Erlebnisse zu unterschiedlichen Konstruktionen von Mutterbildern führen. Die Sozialpsychologin und Schriftstellerin Herrad Schenk (1996) schreibt:

*„Wenn die Mutterschaft immer mehr zur Privatangelegenheit der Frau wird, dann hat das gravierende Folgen nicht nur für die Frauen selbst und für ihre Kinder, sondern auch für die Beziehung zwischen Vater und Mutter und für die Gesellschaft überhaupt.“* (Schenk, 1996, S. 8)

Für die therapeutische Arbeit ist es von großer Bedeutung, ein genaues Bild von den Konstruktionen der Klientinnen zu erstellen, damit Hypothesen gebildet und Lösungen erarbeitet werden können. Durch das Erweitern der Konstruktionen von Mutterbildern kann neues Denken, Erleben und Handeln ermöglicht werden. Die Wege des therapeutischen Arbeitens mit Frauen, die

sich mit ihrem Muttersein beschäftigen wollen, sind vielfältig. Achtsame, ressourcenorientierte Psychotherapie erfordert immer einen *klaren* Auftrag für die Therapeutin! Davon ausgehend handelt die Therapeutin danach, wie Heinz von Foerster es formuliert hat:

*„Handle stets so, dass die Anzahl der Wahlmöglichkeiten größer wird!“* (Heinz von Foerster)

---

#### **DIPL. PÄD. MICHAELA KÖLTRINGER**

ist Pädagogin, Psychotherapeutin SF in freier Praxis in Ried im Innkreis und in Linz; Mitarbeiterin des Kinderhilfswerks Linz; Absolventin des Lehrgangs 19 der Ia:sf

#### **LITERATURVERZEICHNIS**

- Bateson, G. (1981). *Ökologie des Geistes. Anthropologische, psychologische, biologische und epistemologische Perspektiven.* Frankfurt a. M.: Suhrkamp
- De Shazer, S. (2008). *Der Dreh. Überraschende Wendungen und Lösungen in der Kurzzeittherapie.* 10. Aufl., Heidelberg: Auer
- Grossmann, K. P. (2007). *Therapeutische Landkarten.* Heidelberg: Carl-Auer-Systeme Verlag.
- Gschwend, G. (2009). *Mütter ohne Liebe.* Zürich: Hans Huber Verlag.
- Hellbrügge, K. H. (2008). *Die Anfänge der Eltern-Kind-Bindung.* Stuttgart: Klett-Cotta.
- Simon, F. B. (2008). *Einführung in die Systemtheorie und Konstruktivismus.* Heidelberg: Carl-Auer-Systeme Verlag.
- Schenk, H. (1996). *Wie viel Mutter braucht der Mensch.* Köln: Kiepenhauer und Witsch.
- Stern, D. N. (2006). *Die Mutterschaftskonstellation.* Stuttgart: Klett-Cotta.
- Foerster, H. (1973). *Über das Konstruieren von Möglichkeiten.*