

Mutterliebe zwischen Nahrung und Verhängnis

Fachklinik Flammersfeld „Mütter-Söhne-Sucht“ 15.06.2011



Ursula Dannhäuser Praxis für systemische Beratung Therapie und Supervision
www.paartherapie-bonn-koeln.de

Ach wehe, meine Mutter reißt mich ein.
Da hab ich Stein auf Stein zu mir gelegt,
und stand schon wie ein kleines Haus,
um das sich groß der Tag bewegt,
sogar allein.
Nun kommt die Mutter, kommt und reißt mich ein.

Sie reißt mich ein, indem sie kommt und schaut.
Sie sieht es nicht, daß einer baut.
Sie geht mir mitten durch die Wand von Stein.
Ach wehe, meine Mutter reißt mich ein.

Die Vögel fliegen leichter um mich her.
Die fremden Hunde wissen: das ist der.
Nur einzig meine Mutter kennt es nicht,
mein langsam mehr gewordenes Gesicht.

Von ihr zu mir war nie ein warmer Wind.
Sie lebt nicht dorten, wo die Lüfte sind.
Sie liegt in einem hohen Herz-Verschlag
und Christus kommt und wäscht sie jeden Tag.

R.M. Rilke Aus: Die Gedichte 1910 bis 1922 (München, 14.10.1915)

Mütter Söhne Sucht

Sehr geehrte Damen und Herren,

ich möchte mich herzlich für Ihre Einladung zu dieser Fachtagung bedanken, die ich zugegeben nur zögerlich angenommen habe.

Welchen Beitrag soll ich als Frau in einer Klinik mit einem männerspezifischen Ansatz liefern? Als Psychotherapeutin und als Mutter bin ich dankbar, dass sich Männer umeinander kümmern und davon gehe ich bei Ihrer Arbeit hier in der Klinik aus, dass Sie die männliche Identitätsentwicklung und Emanzipation ohne die Einmischung der Frauen voranbringen, heilen und stärken.

Wir haben doch schon genug damit zu tun, unsere Söhne groß zukriegen, die Kinder zu Hause, in Kindergarten und Schule zu erziehen, Jugendliche aus dem Nest zu werfen oder noch lange sorgend nach ihnen zu schauen, wenn erwachsene Lebensentwürfe nicht gelingen. Auch in den Heilberufen sind es schon immer und auch zunehmend in der Psychotherapie Frauen, die bei Lebenskrisen, Trauma, Sucht und vielfältigen psychischen Kränkungen stützen und einen Raum für Seelenheil bereit stellen.

Zudem zögerte ich – im Sinne von Selbstschutz – geht das gut bei diesem Thema als Mutter vor ihnen zu stehen - die Fachliteratur ist nicht unbedingt freundlich zu den Müttern. Oft sind sie schuld an negativen Entwicklungen ihrer Kinder und besonders der Söhne, sie binden zu wenig, sie binden zuviel, sorgen für Komplexe, können nicht loslassen, depotenzieren die Männer, sind Rabenmütter oder zu sehr dem Mutterethos verfallen. Viele verzweifelten mit Selbstzweifeln behaftete Mütter berichten in meiner Praxis von ihren ambivalenten Gefühlen in der Sorge um ihre Söhne.

Und doch erschien es mir sinnvoll, dieses Thema nicht den Männern allein zu überlassen, um aus einer weiblichen Perspektive die besondere Dynamik der Mutter-Sohn-Beziehung zu beschreiben und Zusammenhänge zum Suchtthema herstellen.

Ich möchte Sie nun in der nächsten Stunde einladen, mit mir auf die Reise zu gehen, dieser besonderen Beziehung von Müttern und Söhnen auf die Spur zu kommen, die Kraft und Nahrung dieser Bindung zu sehen sowie einen Blick für die Tragik unheilvoller Verwicklungen zu bekommen und erste Hypothesen für das Thema Sucht zu formulieren.

Als systemische Therapeutin schaue ich dabei auf das gesamte System. Die Mutter-Sohn-Dynamik ist nicht zu denken, zu beschreiben, zu erklären ohne den Blick auf die Paardynamik und ohne die Berücksichtigung der Vater-Sohn-Beziehung. Weiterhin müssen bei der Mutter-Sohn-Beziehung mehrgenerative Verstrickungen, historische und gesellschaftliche Rahmenbedingungen einbezogen werden.

Thesen

Das Thema Sucht ist eng verknüpft mit dem Thema Abhängigkeit, Symbiose und Autonomie

Das Zulassen von Symbiose und Autonomie sind lebenslange Notwendigkeiten.

Die Beziehung von Müttern und Söhnen ist in besondere Weise von diesem Thema geprägt biologisch sozial und psychodynamisch.

Die Abwesenheit der Väter verschärft die die Beziehungsdynamik von Mutter und Sohn

Sucht ist eine Überlebensstrategie, die oft in einer mehrgenerativen Sichtweise vertikal oder horizontal verstehbar wird.

Ko-Abhängigkeit ist weniger ein suchtspezifisches sondern eher ein frauenspezifisches Konzept

Suchttherapie braucht ein Verständnis für Bindungsverstrickungen und für Symbiosetraumatisierungen.

Ohne die Männer, oder besser gesagt ohne Männer, die aktiv bereit sind, sich um die Entwicklung, Erziehung und Heilung ihrer Söhne zu kümmern, beruflich und privat kriegen wir Frauen keine heilende männliche Entwicklung hin.

Symbiose und Autonomie im Spannungsfeld

Sucht ist eine Abhängigkeitserkrankung. Man ist abhängig vom Suchtmittel. Entweder kämpft der Betroffene selbst darum oder wird von Angehörigen Freunden Experten und der Gesellschaft ermutigt, genötigt, behandelt aufgeklärt, um davon wegzukommen.

Die Suchterkrankung und deren Behandlung spiegelt geradezu das ganze Drama vom Kampf um die Autonomie bei einer gleichzeitig starken Bindung an etwas Anderes wieder. Das Suchtmittel wird einverleibt und man verlässt sich auf dessen Wirkung, um emotional zu überleben. Will man sich vom Suchtmittel trennen, entsteht Angst vor Einsamkeit vor Schmerz und Veränderung. Denn es braucht mutige Schritte in die Eigenständigkeit und Selbstannahme.

Die menschliche Entwicklung ist geprägt von Symbiose- und Autonomiebedürfnissen. Auch in der Evolution sind Symbiose und Autonomie bedeutsam.

Symbiose in der Biologie beschreibt das Zusammenleben artverschiedener aneinander angepasster Organismen zum gegenseitigen Nutzen. So reißt das Krokodil seinen Rachen auf und lässt den kleinen Vogel ungestört nach Resten in seinen Zähnen herumstochern.

Bäume, Sträucher, Blumen sind auf die Bestäubung von Insekten angewiesen, die als Gegengabe den Nektar enthalten

Symbiose scheint ein Grundprinzip der Natur zu sein.

Das Verhältnis des Kindes im ersten Lebensjahr zu seiner Mutter hat der Schweizer Psychoanalytiker Rene Spitz als Symbiose beschrieben. Diese Abhängigkeit betrifft nicht nur die körperlichen, sondern genauso die seelischen Bedürfnisse des Kindes. Ein Mangel an Zuwendung kann wie bekannt schlimme Folgen haben. Doch empfängt das Kind nicht nur, es gibt der Mutter auch etwas zurück und beeinflusst durch seine Aktionen und Reaktionen ihr Verhalten.

In den psychologischen Konzepten sind Symbiosebedürfnisse eher frühkindlich, in späteren Entwicklungsstadien eher pathologisch, bestenfalls noch im Verliebtsein erlaubt, aber nicht sehr realitäts- und erwachsenenuntauglich. Sieht man die Fähigkeit zur Symbiose jedoch als einen Pol auf einem Kontinuum und als Möglichkeit, sich mit anderen Menschen zu verbinden, sich empathisch einzufühlen, Gemeinschaft zu erleben, so bleibt sie eine lebenslange Herausforderung in Balance zu Autonomie und Individualität.

Erst durch die geschlechtliche Vermehrung erlangten wir evolutionär gesehen, die Möglichkeit zur Differenzierung innerhalb der Arten. Einzigartigkeit wird dadurch zum Grundmerkmal eines Lebewesens.

Männchen und Weibchen werden füreinander einzigartig, die Eltern für die Jungen und die Jungen für die Eltern.

Franz Ruppert schreibt in seinem Buch „Symbiose und Autonomie“¹:

Auf uns Menschen bezogen bedeutet das: Jedes Kind ist für seine Individualentwicklung darauf angewiesen von seiner Mutter als ein besonderes Wesen wahrgenommen und angenommen zu werden. Die Liebe der Mutter zum Kind muss personell, d.h. genau auf dieses bestimmte Kind bezogen sein. Es ist kein x-beliebiges Kind, sondern ein Kind, das einen eigenen Namen erhält. Kein Kind ist durch ein anderes ersetzbar, keine Mutter durch eine andere. Wenn solche Versuche der Substituierung eines Menschen durch andere vorkommen, wird die Entwicklung eines Menschen empfindlich gestört. Ebenso darf das Kind auch für den Vater nicht austauschbar sein. Von Mutter wie Vater als ein besonderes Kind angesehen zu werden, ist die Basis für das Gefühl von Einmaligkeit, die sich weiter entwickelt,..“ (S. 44)

Hier wird deutlich, wie eng symbiotische Bedürfnisse und symbiotisches Erleben mit autonomen Bedürfnissen und autonomen Erleben zusammenhängen. Symbiose und Autonomie sind nicht nur die jeweiligen Enden auf einem Kontinuum, sondern die autonome Entwicklung braucht als Ausgangspunkt die symbiotische Nähe.

¹ Franz Ruppert, Symbiose und Autonomie: Symbiosetrauma und Liebe jenseits von Verstrickungen, Klett Cotta, 2010

Das stellt an die Lebensbeziehungen zwischen Eltern und Kindern eine enorme Herausforderung.

„Du bist mein Augensterne, mein geliebtes Kind und ich liebe dich in deinem so Sein, einzigartig.“

Erst durch eine personenzentrierte Zuwendung, erst in einer sicheren Bindung, lernt das Kind die Grenzen von vom ich und du und so gelingt die Hinwendung zu sich selbst. Bekommt die Sicherheit in der Bindung aber Züge von Kontrolle, ist eine autonome Entwicklung nicht möglich. Ähnliche Phänomene finden wir in Paarbeziehungen, in Familienbindungen und in Teams.

Auch in den Liebesbeziehungen suchen wir den Zustand von Symbiose.

Jede Liebeserklärung birgt die Sehnsucht nach Symbiose und genau darin die Bestätigung der Einzigartigkeit. „Weil ich dich so liebe, gebe ich dir die Bedeutung von Einmaligkeit und Individualität“.

In der Paarberatung sind dies grundlegende Themen, wie Bindung und Autonomie, Nähe und Distanz gelingen. Frühkindliche Trennungserfahrungen, Unsicherheiten im Willkommen- und Gemeintsein sowie Bindungstraumatisierungen werden reaktiviert, wirken zerstörerisch und können bestenfalls miteinander geheilt werden.

Der Wunsch nach Eigenständigkeit und persönlicher Freiheit entsteht auf der Basis von Abhängigkeit, um sich zunehmend als eigenständiges Individuum zu erfahren.

- Die Freude eines Kindes endlich wegkrabbeln zu können
- Die Forderung eines Kindes, es alleine machen zu wollen
- Nein sagen lernen
- Eigene Entscheidungen zu treffen
- Eigene Lebenspläne machen und verwirklichen

Gesunde Autonomie geht nicht auf Kosten anderer oder bleibt in narzisstischen Phantasien stecken, sondern sucht die Eigenständigkeit im sozialen Kontext. Autonomie zu entwickeln braucht die Erlaubnis der Eltern.

Sätze wie:

„Sei froh, dass es dich überhaupt gibt.“

„Solange du die Füße unter meinen Tisch stellst..“

„Wenn du nicht brav bist, dann bist du nicht mehr mein Kind.“

„Du bringst mich noch ins Grab.“

sind Gift, bei dem Versuch sich zu lösen

Die Herausbildung eines stabilen Ichs benötigt ein eigenständiges, stabiles Gegenüber. Haltgeben und Loslassen ist die hohe Kunst elterlicher Erziehungsbemühungen.

Die Beziehung von Müttern und Söhnen ist in besondere Weise vom Spannungsfeld der Symbiose und Autonomie geprägt. Dies hat biologische Ursachen aber ist auch Folge sozialgesellschaftlicher Entwicklungen.

„Am Anfang aller großen Dinge steht die Frau“

Diesen Satz haben Sie als Aufmacher für Ihre Tagung gewählt. Unter vielen Gesichtspunkten ist dem zuzustimmen.

Denn mütterliche Versorgung und Mutterliebe sind (lebens-)notwendig von Anfang an

Das Kind wächst als eigener Organismus über einen langen Zeitraum von neun Monaten im Mutterleib heran und macht die erste Trennungserfahrung von der Mutter mit der Geburt. Die Mutter stellt in dieser Zeit alles Lebensnotwendige zur Verfügung: Nahrung, Bewegung, Wärme, Schutz und Kontakt. Durch die Schwangerschaft und Geburt ist das Kind in seiner ersten Lebensphase vollkommen abhängig von der Mutter egal ob Junge oder Mädchen, das bedeutet, die Entwicklung des Jungen beginnt bei der Frau.

So sind Mutter und Sohn aneinander gebunden. Die Mutter bietet den ersten Entwicklungsraum.

Mit der Schwangerschaft stellt die Frau ihren Körper zur Verfügung und erfährt selbst hier anders als bisher im Leben, was es bedeuten kann Sorge, Verantwortung, Schutz zu entwickeln, einverlebte Nähe zur Verfügung zu stellen und auszuhalten. Mutter und Kind, beide, lernen symbiotisch miteinander verbunden zu sein als Lebensnotwendigkeit.

Wir wissen inzwischen, dass bereits in der Schwangerschaft erste Spuren der Bindung, der Sicherheit, des Willkommensein wie auch der Ablehnung, der Angst, der Traumatisierung gelegt werden können. Es gibt noch keine Ich-Struktur beim Kind. Vielmehr schwimmt es vermutlich in einer Fülle von Sinneseindrücken, ist eins mit ihnen. Wie anders mag es sich im Bauch der Mutter anfühlen, die auf der Flucht in Angst und Schrecken ist oder die ungewollt und ungeliebt einem Kind Raum bieten muss, als in einer Umgebung, in der die Mutter selbst Zuwendung, Sicherheit und Freude erlebt. Und wie anders kann die Mutter sich auf die Beziehung zum Kind einlassen, wenn sie seelisch gesund ist – auch dann gibt es noch genug Unsicherheiten und Ambivalenzen auf das Bevorstehende.

Stehen die Väter in der Schwangerschaft zur Verfügung, können Sie sowohl ersten Kontakt zum Kind aufnehmen und in der Mutter-Sohn-Dyade einen ersten Unterschied anbieten.

Ist dem nicht so, wenn die Männer z.B. ihre Frauen verlassen oder als Väter nicht zur Verfügung stehen können oder wollen, so werden Kinder eher zum alleinigen Bezugspunkt der Mutter. Schon das Kind im Bauch kann zur Projektionsfläche werden für Sehnsucht, Bindung oder aber Wut und Ablehnung.

Eine besondere Bindung schon in der Schwangerschaft beschreibt Frau H.: Als Nachkriegskind war sie in Heimen mit Gewalterfahrung und sexuellem Missbrauch groß geworden „Ich wollte das Kind damals unbedingt haben“. Obwohl sie Opfer einer Vergewaltigung war, bedeutete das Kind für sie der erste alleinige Besitz. „Endlich gab es etwas, was nur mir gehören sollte und dem ich all das geben kann, was mir so gefehlt hat.“

Ungewollte oder nicht geplante Kinder haben dennoch die Chance am Leben zu bleiben und oft ändert sich die Haltung der Mütter und Väter nach der Geburt und auch immer wieder in unterschiedlichen Lebens und Entwicklungsphasen der Kinder und Eltern.

Bei der Geburt findet die Trennung des Körpers der Mutter vom Körper des Kindes statt.

Jetzt beginnt all das, wovon mein Vorredner so eindrucksvoll berichtet hat.

Die Entwicklung von Bindung, von Bindungsverhalten einerseits und auf der anderen Seite der Beginn von Autonomie und Eigenständigkeit.

Was bedeutet dies für die Mutter-Sohn-Beziehung

Die Fähigkeit der Mutter und des Kindes sich auf symbiotische Nähe einzulassen ist eine Ressource.

Die Mutter entwickelt dadurch Empathiefähigkeit und stellt einen Raum der Zuwendung der Wärme und Sicherheit zur Verfügung. Das Kind wiederum entwickelt ein Bindungsverhalten, um genau bei dieser Mutter möglichst viel Sicherheit zu bekommen. Konstruktive Symbiose ist Nahrung.

Symbiose ist konstruktiv, wenn sie für alle Beteiligten Nutzen bringt, sie fördert die Entwicklung eines jeden auf körperlicher, geistiger und emotionaler Ebene

Zu einer **konstruktiven Symbiose** gehört:

- Das Erleben von Zugehörigkeit
- Die Bestätigung geliebt zu sein
- Emotionen wie Wut Trauer Schmerz Freude, Angst zeigen zu können
- Annahme in seiner Einzigartigkeit
- Achtung der Schamgrenzen
- Bereitschaft der Auflösung, wenn es an der Zeit ist, zu eng wird, Abhängigkeiten nicht mehr notwendig sind

Es gibt jedoch destruktive Formen der Symbiose. In der Mutter- Kind- Beziehung wird die die Symbiose destruktiv wenn:

die Mutter das Kind als etwas Eigenes betrachtet,
die Mutter das Kind braucht zur eigenen emotionalen Nahrung,
die Mutter das Kind eigentlich ablehnt.

Ist die Mutter selbst in einer stark belasteten emotionalen Verfassung oder gar selbst traumatisiert, so entstehen in dieser Bindung tiefe emotionale Verstörungen für das Kind.

Eine Mutter, deren älterer Sohn sich im frühen Erwachsenenalter suizidiert hatte, erzählte von ihren schweren Depressionen in den ersten Lebensjahren des Kindes. Eine vermutlich nicht erkannte postnatale Depression und eine zutiefst unglückliche Ehesituation brachten sie in Gefühle der Ohnmacht und Todessehnsucht. Sie kam jetzt in Beratung, weil auch ihr zweiter Sohn keine Initiative für das Leben zeigte. Mit 35 ohne Ausbildung und Arbeit, finanziell völlig abhängig von den Eltern, der Computerspielsucht und dem Alkohol verfallen verachte und quälte er die Eltern. Ich habe mich gefragt, wie mag sie als Mutter wohl ihre Söhne angeschaut haben, sie gebraucht und verachtet haben bis hin zur Idee eines erweiterten Suizids und wie spiegelt sich dies im Leben der Söhne wieder, die nicht frei sind, ins Leben zu gehen. Der Vater zog sich aus allem zurück, überließ die Fürsorge seiner Frau und gab schließlich auch noch seine Mutter in ihre Pflege. Als Eltern und Paar waren sie nicht in der Lage, sich emotional auszutauschen oder sich gar zu entlasten.

Die Kinder hatten möglicherweise sowohl die Funktion: „Haltet mich am Leben!“ als auch den Vorwurf: „Ihr hindert mich am Leben.“

Ist es dem Kind nicht möglich, ausreichend Halt zu finden und erfahren sie Ablehnung, spricht Franz Ruppert vom Symbiosetrauma.

Symbiosetrauma

Das Kind erlebt sich in seiner Liebe zu Mutter und Vater ohnmächtig. Seine Liebesbedürfnisse werden nicht gestillt. Es fühlt sich abgelehnt, alleingelassen, verlassen und nicht geliebt. Das Kind setzt als Überlebensstrategie seine Illusion von Liebe entgegen. Wenn ich selbst liebe, mich anstrenge, dann werden die Eltern mich dennoch lieben. Dies geht häufig einher mit einer massiven Selbstabwertung. Trauer und Wut werden eher unterdrückt.

Symbiosetrauma

Traumatisierte Anteile

- Verzweiflung, dass keine Mutter-/Elternliebe spürbar ist
- Verlassenheit- und Einsamkeitsgefühle
- Todesangst
- Unterdrückte Wut
- Unterdrückte Trauer
- Tendenz zur Selbstaufgabe, extremer Rückzug
-

Überlebensstrategien

- Zähes Ringen um den Kontakt mit den Eltern
- Idealisierung der Mutter/ des Vaters
- Identifikation mit den Überlebensmechanismen der Eltern

In der Beziehung zum Partner und zu den Kindern wird diese Strategie meist fortgesetzt: Je mehr ich mich anstrengende, je mehr ich es richtig und gut mache, werde ich vielleicht auch geliebt.

- Anstrengung und Anpassung in Freundschaften und Liebesbeziehungen
- Vermeidung von Bindung

Wenn Frauen und Mütter dann zu sehr lieben, verleugnen sie ihre eigene Bedürftigkeit und Ohnmacht.

Hilfreich kann es sein, den eigenen Schmerz anzuerkennen. Denn die Traumatisierung besteht darin, dass das Kind aufgrund seiner existenziellen Abhängigkeit von den Eltern insbesondere der Mutter Todesängste durchsteht, weil es keinen emotionalen Halt in seiner Mutter findet. Erst wenn dieser Schmerz gewürdigt und versorgt wird, ist es vielleicht möglich anzuerkennen, dass die Eltern selbst nicht in der Lage sind und waren, es als ihr Kind zu lieben.

Eine solche Dynamik macht eine Ablösung und die Entwicklung einer gesunden Identität schwer.

Der Weg in die Autonomie

Gelingt die Nahrung in der Bindung und Symbiose, so ist die zweite wichtige Nahrung von Eltern das Zutrauen und das Loslassen.

„Ich traue Dir zu, dass Du es schaffst“, „Du schaffst das alleine“

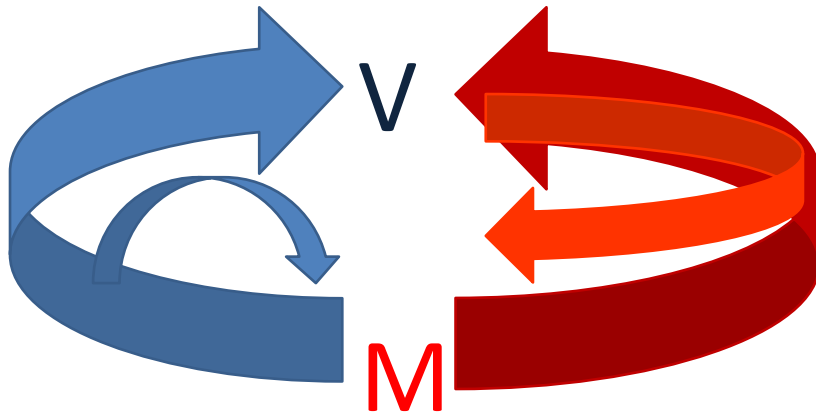
„Feinfühligkeit“ nennt die Forscherin Mary Ainsworth die Eigenschaft, die dem Kindeswohl dient. Und das bedeutet nichts anderes, als dass die Bezugsperson ihr Schutzbefohlenen als autonomes Wesen sehen lernt. Feinfühlig reagiert sie dann, wenn sie das gibt, was ihr Kind momentan wirklich braucht.

Verselbständigung in der Mutter-Sohn-Beziehung

Warum ist gerade in der Mutter-Sohn-Beziehung die Verselbständigung eine besondere Erfahrung.

Mit der Entwicklung der Individualität geht die Entwicklung der Geschlechtsidentität einher. Das bedeutet für den Jungen, dass der Junge von der Mutter weg hin zu den Männern gehen muss, zum Vater, zum Männlichen. Waren die Frauen bisher überwiegend für seine Nahrung zuständig, so geht es bei der geschlechtlichen Identitätsentwicklung darum, sich vom Weiblichen wegzubewegen. In Sagen und Legenden, in Literatur und Film, in psychodynamischen Konzepten sind die ungelösten und unerlöster Mutter –Sohn-Bindungen vielfältig beschrieben.

Entwicklung der geschlechtlichen Identität



Misslungene Ablösungsprozesse

Vater steht nicht zur Verfügung:

- Krieg
- Tod
- Trennung
- Arbeit
- Schwäche in der Männlichkeit im Vatersein

Sohn fühlt sich für die Mutter zuständig:

- Mutter ist schwach oder krank z.B. Alkohol
- Mutter erlebt Gewalt durch den Ehemann, Sohn schützt
- Mutter lebt alleine

Mutter braucht den Sohn und lässt ihn nicht gehen:

- als Partnerersatz
- als Lebensinhalt
- als das Fehlende (z.B. eigene Verluste und Bindungstraumatisierungen)

Das Drama des Jungen, der bei der Mutter bleibt, wird schon im Lied Hänschen klein besungen:

Abweichend vom Original:

Hänschen klein
ging allein
in die weite Welt hinein.
Stock und Hut
steht ihm gut,
ist gar wohlgenut.
Doch die Mutter weinet sehr,
hat ja nun kein Hänschen mehr!
da besinnt sich das Kind
läuft nach Haus geschwind

Die erste und zweite Strophe aus dem Original werden zusammengewürfelt und Hänschen kommt gar nicht weg

Hänschen klein
ging allein
in die weite Welt hinein.
Stock und Hut
steht ihm gut,
ist gar wohlgenut.
Doch die Mutter weinet sehr,
hat ja nun kein Hänschen mehr!
„Wünsch dir Glück!“
sagt ihr Blick,
„Kehr’ nur bald zurück!“

Sieben Jahr
trüb und klar
Hänschen in der Fremde war.
da besinnt
sich das Kind,
eilt nach Haus geschwind.
Doch nun ist’s kein Hänschen mehr.
Nein, ein großer Hans ist er.
Braun gebrannt
Stirn und Hand.
Wird er wohl erkannt?

Eins, zwei, drei
geh’n vorbei,
wissen nicht, wer das wohl sei.
Schwester spricht:
„Welch Gesicht?“
Kennt den Bruder nicht.
Kommt daher sein Mütterlein,
schaut ihm kaum ins Aug hinein,
ruft sie schon:

„Hans, mein Sohn!
Grüß dich Gott, mein Sohn!“

Warum weint die Mama. Soll Hänschen bleiben, weil er noch zu klein ist, um sich in der Welt zurecht zu finden, oder braucht die Mutter ihren Sohn, oder steckt noch eine ganz andere Geschichte dahinter.

Hänschen liebt und braucht die Mutter, aber er will auch hinaus in die Welt.

Wenn Hans und Mutter die Entwicklung nicht zulassen, wenn Hänschen verweigert erwachsen zu werden, wenn die Mutter ihn nicht ziehen lassen kann geraten sie miteinander in eine Verstrickung, die emotional kaum aushaltbar ist.

Beim Sohn:

Ich will weg und kann nicht oder darf nicht.

Ich muss gehen, traue es mir aber nicht zu

Bei der Mutter:

Er will weg und ich traue es ihm nicht zu.

Er will weg und ich kann es nicht aushalten

Im Bild wird deutlich, dass bei dieser Ent- Wicklung die Väter eine zentrale Bedeutung haben.

Überlassen sie den Müttern den Prozess alleine, stehen sie ihren Söhnen nicht zur Verfügung, gibt es für den Sohn keine Möglichkeit der Hinwendung

Zudem verhindert eine stabile liebevolle Beziehung der Eltern auf der Paarebene eine zu starke Bedeutung der Mutter-Kind-Beziehung.

Ist die Beziehung zum Partner konflikthaft, können sich in der Mutter-Sohn-Beziehung folgende Dynamiken entwickeln:

„Werd nur nicht wie dein Vater.“

„Du kannst mich jetzt nicht auch alleine lassen“

„Du bist genauso schrecklich wie dein Vater – hau ab.“

„Wenn schon nicht die Beziehung zum Mann erfolgreich ist, musst du wenigstens gedeihen.“

Die Ablösung der Kinder geht für die Mutter einher mit einer eigenen Entwicklungsaufgabe. Das empty nest gilt es zu füllen mit neuen Lebensaufgaben, mit eigener Autonomieentwicklung und mit der Hinwendung zu anderen sozialen Bezügen.

Ablösung von Kindern bedeutet für die Mütter auch eine Trennungserfahrung. Gibt es in ihrem eigenen Leben belastende Trennungserfahrungen, werden diese gegebenenfalls wieder bewusst oder unbewusst aktiviert.

Für die Jungen ist in dieser Lebensphase das Ausprobieren von Suchtmitteln normal.

Die Hinwendung zu einer peer-group, das Erleben von Autonomie durch Provokation, die Beruhigung von Suchtmitteln im Spannungsfeld von Konflikten sind hier entscheidende Lernerfahrungen für die mögliche Entwicklung eines süchtigen Verhaltens. Ist der Vater abgewertet oder selbst von Sucht betroffen, bietet der Suchtmittelkonsum möglicherweise eine Identifikationsmöglichkeit mit dem Vater und eine Abgrenzungsmöglichkeit gegenüber der Mutter.

Viele Mütter, die Partnerinnen von Alkoholikern sind, halten ihre Flügel oft eng über ihre Söhne gespannt mit viel Sorge, dass die Söhne nicht in die Fußstapfen des Vaters treten. Dabei übersehen sie, dass sie den Söhnen damit den Weg zum Vater versperren.

„Du darfst so sein wie Papa“ fällt als Haltung der Mutter, gerade bei eigenen negativen Erfahrungen mit dem Mann, sehr schwer.

Sucht als Überlebensstrategie - eine mehrgenerative Sichtweise

In der Arbeit mit meinen Klienten mache ich stets ein Genogramm, um Informationen über die Herkunftsfamilie, deren Schicksale und Überlebensstrategien zu bekommen. Auch in der Weiterbildung zum ehrenamtlichen Suchtkrankenhelfer hat das Thema Familie und Sucht einen zentralen Stellenwert im Rahmen der Selbsterfahrung.

Ich bin immer wieder erstaunt, wie wenige der Betroffenen ihre Suchterkrankung bisher in einen familiären Kontext gestellt haben und wie hilfreich es ist, die eigene Suchterkrankung genau in diesem Kontext zu verstehen, ihr eine Sinnhaftigkeit abzugewinnen. Die Bewusstwerdung womit die Suchterkrankung zu tun, halte ich für einen entscheidenden Schritt in der Suchttherapie, Veränderung zu ermöglichen. Wenn uns etwas Sinn macht, wenn wir durch Verstehen und Wissen entlastet sind, ist Heilung und Veränderung möglich.

Der Blick auf Herkunftsfamilie beschreibt in einem noch größeren Zusammenhang die Anforderung und Problematik von Zugehörigkeit und Ablösung. Es geht darum, die Entwicklung einer Suchtproblematik nicht nur in der Mutter-Kind-Dyade, der Kinder-Eltern-Triade zu sehen, sondern vielmehr in einen familiär, gesellschaftlichen, historischen Kontext zu setzen.

(Das Beispiel wird aus Gründen der Schweigepflicht an dieser Stelle nicht veröffentlicht.)

Hypothesen zur Entwicklung von süchtigem Verhalten und Sucht

Sucht ist eine Überlebensstrategie

- um unangenehme Gefühle zu kappen (traumatische Erfahrungen)
- Solche unangenehmen Gefühle entstehen auch in einem ungelösten Symbiose – Autonomiekonflikt.
- Sucht taucht auf, wenn die Väter fehlen → Krieg
- Sucht ermöglicht (Pseudo-)Autonomie
- Sucht wirkt identitätsstiftend mit dem Männlichen
- Sucht ist in bestimmten Systemen normal. Die „Aneignung“ einer über mehrere Generationen bekannten Symptomatik birgt einerseits die Möglichkeit, dazu zu gehören andererseits sich abzugrenzen und zu distanzieren.
- Emotionale Defizite zwischen Familienmitgliedern werden „aufgefüllt“, ertragbar gemacht.

Arbeitet man mit Genogrammen, ist man immer auch mit der Geschichte insgesamt und den gesellschaftlichen Rahmenbedingungen konfrontiert.

Frauen sind nicht alleine aufgrund biologischer Gegebenheiten aufs Versorgen ausgerichtet sondern das Bild von Müttern und Frauen über Jahrhunderte ist geprägt von einer emotional nährenden Rollenzuschreibung aber auch durch die Erfahrungen von Unterdrückung und Gewalt. Von den Männern existentiell abhängige Frauen, Frauen mit Gewalterfahrungen, Frauen mit Missbrauchserfahrungen versorgen die Söhne. Frauen, die gelernt haben sich zur Verfügung zu stellen, aufzuopfern, anzupassen bieten den entscheidenden Entwicklungsraum für die Jungen. Dies birgt die Gefahr der Übergriffigkeit und Projektion nicht gelebter Wünsche und Gefühle auf die Söhne. Andererseits haben Mütter eine enorme Fähigkeit zur bedingungslosen Zuwendung, der Empathie und Hilfsbereitschaft und lassen sich nicht so schnell entmutigen, ihre Söhne zu retten.

Unter diesem Aspekt gilt es auch das Konzept der Ko-Abhängigkeit zu bedenken.

Symbiose im Ko-Konzept

Mütter und Frauen geraten beim Thema Sucht häufig in die pathologische Sichtweise der Ko-Abhängigkeit, der Abhängigkeit vom Abhängigen.

In einer Studie über die Partnerzentriertheit in Beziehungen mit und ohne Alkoholproblematik von M. Galliker et al. 2004² wurde deutlich, dass Frauen sich im

² Familiendynamik, 31. Jahrgang Heft 1, Januar 2006, Klett-Cotta, S.26-46

Verhalten gegenüber ihren abhängigen bzw. nicht abhängigen Männer bzgl. der Partnerzentrierung nicht signifikant unterscheiden. Hingegen erweisen sich Frauen ohne Kinder, sowie Frauen, die nicht erwerbstätig sind relativ häufig als partnerzentriert.

Die Ergebnisse sprechen nach Aussage der Autoren gegen ein rein psychologisch verstandenes Konzept der Ko-Abhängigkeit, das wichtige Lebensumstände der Frauen nicht berücksichtigt.

Die Ko-Abhängigkeit beschreibt eine eher weibliche Problematik von Versorgen und Loslassen. Für die Mütter ist es eben eine Herausforderung, diese Balance für sich und die Kinder bzw. den Partner zu finden.

Müttern und Frauen wird man nicht gerecht, wenn man sie pathologisiert. Wir wissen es oft nicht, wo Halt noch nährend und wo Loslassen angesagt ist.

So berichten Abhängige über ihre Partnerinnen: „ Wenn sie nicht die ganz Zeit zu mir gestanden hätte, ich hätte es nicht geschafft.“ Genauso überzeugend verdeutlichen andere: „Wenn sie nicht gegangen wäre, ich hätte es nicht geschafft.“ (eine ähnliche Dynamik in der Mutter-Sohn-Beziehung)

Hilfreich ist das Konzept der Ko-Abhängigkeit, um Angehörigen zu helfen, bei sich selbst anzukommen und sich ihren eigenen Bedürfnissen und dem eigenen Erleben bezüglich Fürsorge und Loslassen, Bindung und Autonomie, Trennung und Zugehörigkeit zuzuwenden.

In der Therapie macht es Sinn, sie respektvoll in den Prozess einzubeziehen und suchterhaltende Interaktionsmuster zu verstören.

Abschlussbemerkung

Zum Schluss möchte ich noch einmal die verhängnisvollen und die nährenden Faktoren in der Mutter-Sohn-Beziehung zusammenfassen und deren mögliche Bedeutung für die Suchttherapie

Verhängnisvolle Mutter-Sohn-Beziehungen

- Mutter ist nicht in der Lage, die Grundbedürfnisse des Sohnes zu versorgen (selbst schlecht emotional versorgt, traumatisiert)
- Mutter sieht in ihrem Sohn jemand anderen (z.B. Verlobter, verstorbener Bruder, vermisster Vater)
- Mutter hat starke Hassgefühle Männern gegenüber. Sohn darf den Vater nicht nehmen
- Mutter ist überfordert.

- Mutter bindet ihren Sohn durch ein zu viel an Liebe, Geborgenheit. Weggehen ist nicht erlaubt (sie nährt sich selbst über die Kinder).

Zuspitzung dieser Dynamik durch chronische Partnerschaftskonflikte, Trennung, Gewalt in der Ehe

Nährende Mutter-Sohn- Beziehungen

- Die Mutter ist in der Lage, dem Kind die Nähe eines symbiotischen Raumes in der Schwangerschaft und frühen Kindheit zur Verfügung zu stellen
- Mit der Geburt gelingt der erste Ablösungsprozess
- Das Kind wird als eigenständiges Wesen wahrgenommen
- Der Mutter gelingt es, eigene Bedürfnisse zu zeigen und sich abzugrenzen.
- Der Lebensraum der Mutter ist gefüllt von anderen sinnstiftenden Bereichen
- In der Beziehung zum Vater und Sohn ist Wertschätzung und Unterschiedlichkeit möglich
- Unentbehrlich sind Männer:
die Verantwortung für die Sorge der Kinder übernehmen
Väter, die sich aktiv als männliches Identifikationsmodell zur Verfügung stellen

Bedeutung für die Suchthilfe

Mehrgenerative Sichtweise einbeziehen

- um eigene Suchtgeschichte zu verstehen
- um verhängnisvolle Beziehungskonstellationen zu verstehen
- um Identifikationen zu lösen
- um einen heilenden Platz zu finden
- um Ressourcen wahrzunehmen und Überlebensstrategien zu würdigen

Symbiose – Autonomiekonflikt in den Blick nehmen

- Symbiotische Verstrickungen verstehen
- Traumata verstehen und anerkennen, evtl. Traumatherapie
- Auf symbiotisch übernommene Gefühle achten. „Ich lass es bei Dir“

- Gesunde Anteile stärken
- Ein gesundes Körpergefühl unterstützen
- Mit sich selbst sein können
- aktuelle Verstrickungen lösen
(Paartherapie, Trennung)
- Angebote im therapeutischen Setting
und in der Klinik nähernd und
autonomiefördernd gestalten.

Ich bedanke mich für Ihre Aufmerksamkeit.

„Eure Kinder sind nicht eure Kinder.

Sie sind die Söhne und Töchter der Sehnsucht des Lebens nach sich selber.“

Khalil Gibran