

Im Märchen symbolisieren sie oft das Böse, den Gegensatz zur lieben, leiblichen Mutter. Und auch heute steht der Begriff „stiefmütterlich behandeln“ noch dafür, mit anderen Menschen schlecht umzugehen. Doch sind Stiefmütter wirklich „böse“? Tobias Glenz sprach mit Diplom-Psychologin Katharina Grünewald über das Thema. Grünewald ist selbst Stiefmutter und betreibt in Köln eine Beratungspraxis für sogenannte Patchworkfamilien. Jüngst ist ihr Ratgeber „Glückliche Stiefmutter“ erschienen.

K Woher kommt eigentlich der Mythos von der „bösen Stiefmutter“?

GRÜNEWALD: Wenn man von der „bösen Stiefmutter“ spricht, hat man immer ein Märchenbild vor Augen. Sei es Aschenputtel, Hänsel und Gretel oder Schneewittchen. Aber diese Märchen sind ja Geschichten, die aus dem Alltag der Menschen vor Jahrhunderten überliefert wurden. Und dass sich das Bild der „bösen Stiefmutter“ bis heute hält, zeigt eigentlich, dass da auch immer schon irgendwas dran war.



Katharina Grünewald.
(Foto: Jurga Graf)

K Trotzdem würden Sie diesem Bild für heute widersprechen?

GRÜNEWALD: Man muss sich die Situation immer genau angucken. Stiefmütter, die in meine Praxis kommen, haben wenig mit den „Hexen“ aus den Märchen zu tun. Sie treten mit viel Liebe und Herzblut an und wollen in ihrer Situation alles richtig machen. Sie kommen mit der Frage: Wie geht denn eigentlich „Stiefmutter in gut“? Da wird es schwierig. Was hier nämlich psychologisch passiert: Wenn man „Stiefmutter in gut“ möchte, hat man als Abgrenzung das Bild der bösen Stiefmutter vor Augen und will das auf keinen Fall. Man geht direkt auf die andere Seite und orientiert sich unbewusst am Bild der lieben, guten Mutter. Da haben die Frauen als Vorbild durchaus die eigene Mutter oder ein idealisiertes Bild aus Büchern oder Filmen oder auch die Muttergottesgestalt: auf-

opferungsvoll, hingebungsvoll, leidenschaftlich um die Kinder kümmern. Diesen Weg wollen sie dann unbedingt beschreiten.

K Und das klappt nicht?

GRÜNEWALD: Nein, das ist nämlich genau der Weg, der zur „bösen Stiefmutter“ führt. Je richtiger man es machen will, je klarer man das Bild der guten Mutter vor Augen hat, umso mehr tritt man zum Beispiel in Konkurrenz zur leiblichen Mutter der Kinder und will auf jeden Fall „besser“ sein – das nenne ich „Mütterfalle“. Und umso mehr verpflichtet man sich einem Rollenbild und hat für seine eigenen Bedürfnisse und Gefühle keinen Platz mehr. Man lässt also nur noch dieses Bild im Alltag Regie führen und kommt selbst zu kurz. Und dieses Zu-kurz-kommen ist der Ursprung für das „Gemeine“, wenn man es so ausdrücken will. Ein Teil in uns sagt: „Wo bleib ich? Ich bin auch noch da.“ Und das führt im Extremfall zur egoistischen, eigennützigen Stiefmutter.

K Was sind denn typische Konflikte in Familien mit Stiefmutter?

GRÜNEWALD: Oft hat die Stiefmutter das Gefühl, für den Partner nicht die Nummer 1 zu sein. Der Mann hat nun mal seine Kinder. Und viele Väter ändern sich heute in ihrer Rolle: Sie wollen ihre Kinder mehr sehen, mehr für sie da sein. Die Stiefmutter kann also gar nicht in allen Belangen Nummer 1 sein. Allein chronologisch gesehen waren die Kinder ja zuerst da. Und da kommt es zur Konkurrenz mit den Stiefkindern. Die Stiefmutter tappt in die „Prinzessinnenfalle“: Sie will alles tun, was von ihr erwartet wird, und sie kann es dann kaum ertragen, dass der Partner nicht sie belohnt, sondern diese „unverschämte, dreiste Tochter“. Sie wird hochgehoben und der Vater sagt zu ihr: „Du bist meine Prinzessin!“ Die Stiefmutter steht da mit diesem kindlichen Part in sich, hat doch alles richtig gemacht, kommt aber nicht zum Zug und fühlt sich zurückgesetzt.

K Welche Probleme kennen Sie aus Ihrer Beratung noch?

GRÜNEWALD: Oft sind es Verhaltensauffälligkeiten der Kinder. Sie machen Probleme, lügen zum Beispiel permanent. Ich gehe allerdings davon aus, dass das Verhalten der Kinder immer auch Sinn macht: dass ihr Verhalten vielleicht der Schlüssel zur Lösung eines dahinterliegenden Problems ist. Das weiß man natürlich nicht direkt, dem gehe ich in der Beratung nach. Man darf auch nicht vergessen, dass die Kinder in der Situation genauso Probleme haben wie die Stiefmutter. Zum Beispiel stehen sie in einem Loyalitätskonflikt zwischen Stief- und leiblicher Mutter. Häufig höre ich in der Beratung auch von Schwierigkeiten mit der Ex-Frau; gerade wenn der Partner es nicht



Spieglein, Spieglein an der Wand...: In Märchen wie Schneewittchen

schafft, sich mit seiner Ex so auseinanderzusetzen, dass da Klarheit herrscht. Oft springt dann die Stiefmutter ein. Oder sie ärgert sich, dass Absprachen nicht eingehalten werden. – Insgesamt gibt es einfach viele Kommunikationsprobleme.

K Und was raten Sie bei diesen verschiedenen Konflikten?

GRÜNEWALD: Oft läuft es darauf hinaus, dass wir in der Beratung Beziehungs- und Kommunikationsrituale einüben. Also wie man zum Beispiel Absprachen einhält oder wie man eine Familienkonferenz – auch mit den Kindern – macht und Problemlösegespräche durchführt. Häufig mache ich die Erfahrung, dass die ganze Familie traumatisiert ist, wenn Menschen sich getrennt haben. Alle Beteiligten wollen, dass so eine Trennung nie wieder passiert. Trennung wird dann oft gleichgesetzt mit Auseinandersetzung. Das ist fatal. Wenn man nicht mehr streiten, sich nicht mehr auseinanderetzen kann, weil der Gedanke vorherrscht: Wenn ich mich streite, kommt es zur Trennung. Somit ist mein Hauptansatzpunkt der Beratung, dass man wieder streiten lernt – Auseinandersetzung wagen statt Trennung riskieren. Es gibt auch die Fälle, in denen zwar geredet wird, aber die Art und Weise geringschätzend und verletzend ist. Das ist natürlich genauso problematisch wie keine Kommunikation.



spielt die Stiefmutter oft den Fiesling.

(Foto/Bearbeitung: Glenz)

K In Ihrem Buch schreiben Sie vom „Spagat zwischen Beziehung und Erziehung“. Was ist damit gemeint?

GRÜNEWALD: Viele Stiefmütter leiden darunter, dass sie keine Erziehungsberechtigung haben. Die haben nur die leiblichen Eltern. Und es wird deutlich, dass sich die Stiefmutter durch diesen Umstand zurückgesetzt fühlt. Sie sind ja oft diejenigen, die den Haushalt führen und die Kinder versorgen. Dann schmeißen aber zum Beispiel die Kinder ihre Schultaschen einfach in den Flur. Und die Stiefmutter erlebt das als persönlichen Angriff. Sie hätte nun gerne einen Hebel, womit man die Kinder zum Aufräumen verdonnern kann. Aber man hört in der Situation leicht: „Du hast mir gar nichts zu sagen, du bist nicht meine Mutter!“

K Was kann die Stiefmutter in dem Fall tun, wo doch die „rechtlichen Grundlagen“ fehlen?

GRÜNEWALD: Es hängt immer von der Beziehung zum Kind ab. Wenn die Stiefmutter persönliche Autorität zeigt, merkt das Kind schnell: „Oh, der ist es ernst. Wenn ich mit ihr auskommen will, bin ich gut beraten, wenn ich das nächste Mal meine Sachen wegräume.“ Oder aber das Kind empfindet die Stiefmutter als Eindringling, als störend: Dann wird es gerade das nicht tun. Von wegen: „Das hier ist mein Haus...“ Daran hat die Stiefmutter oft zu knabbern.

K Was können Sie in dieser Situation empfehlen?

GRÜNEWALD: Es gibt kein Patentrezept, aber wiederum kann Kommunikation helfen. Im Gespräch können die Logik des Kindes wie auch die Logik der Stiefmutter nachvollzogen werden. Also kann sich auch ein Verständnis für die Stiefmutter entwickeln: Was sind ihre Bedürfnisse, Wünsche, Sehnsüchte? Was will sie? Oftmals ist in einer Trennungssituation nämlich das Bild von den armen Kindern sehr präsent – wie bei Hänsel und Gretel. Aber wenn nur diese Situation beleuchtet wird, rückt die Situation der Stiefmutter in den Hintergrund. Sie kommt gar nicht in die Lage, ihre eigenen Bedürfnisse zu artikulieren.

K Stichwort Hänsel und Gretel. In Ihrem Ratgeber orientieren sich Ihre Tipps – passend zum Ursprung des Bildes von der „bösen Stiefmutter“ – an Märchen. Wie kann denn beispielsweise das Vorbild „Schneewittchen“ einer Stiefmutter helfen?

GRÜNEWALD: Wie bei Schneewittchen stehen auch heute viele Stiefmütter – im übertragenen Sinn – vor dem Spiegel und fragen: „Wer ist die Schönste im ganzen Land?“ Und sie warten auf die Antwort: „Du bist die Schönste.“ Aber es gibt Konkurrenz: Schneewittchen, in dem Fall die Stiefkinder, die einem gegenüber dem Partner die Show stehlen. Oder aber die leib-

liche Mutter, die einem gegenüber den Stiefkindern die Show stiehlt. In jedem Fall kommt die Stiefmutter aus der Konkurrenzsituation heraus, wenn sie sich auf sich selbst konzentriert: Was ist meins, was sind meine Maßstäbe? Denn die Antwort „Du bist die Schönste hier“ reicht ja oft nicht, weil es eben noch Schneewittchen gibt. Heute herrscht bei vielen ein Perfektionsanspruch: „Ich kann gut organisieren, gut kochen, ...“ reicht dann nicht; man erwartet in allen Belangen die Beste zu sein. Das kriegt man aber nicht hin und dessen muss man sich bewusst werden.

K Mehrmals haben Sie jetzt die leibliche Mutter erwähnt. Wie sollte denn das Verhältnis zwischen ihr und der Stiefmutter sein?

GRÜNEWALD: Es ist natürlich toll, wenn es freundschaftliche Gefühle gibt. Das ist auch für die Kinder gut. Aber es kann auch einen wertschätzenden Umgang geben, ohne dass Mutter und Stiefmutter miteinander telefonieren oder sich treffen. Man muss nicht viel Kontakt haben, aber man sollte anerkennen, was die leibliche Mutter tut und leistet, und diese Wertschätzung den Kindern gegenüber deutlich machen.

K Sie schließen Ihr Buch mit einem Plädoyer für die „neue Stiefmütterlichkeit“. Was muss man sich darunter vorstellen?

GRÜNEWALD: Es ist wirklich Zeit, die Stiefmutter aus diesem bösen Bild herauszuholen. Und es gibt so viele Chancen: Die Stiefmutter ist oft die Einzige im System Familie, die nicht blind vor Liebe ist. Die Kritik, die sie oft hat, die dann als gemein und hart empfunden wird, hat daher häufig einen wahren Kern. Ich nenne das „produktive Distanz“ zum Familiengeschehen: Man hat einen umfassenden Blick und sieht mehr. Es sollte der Stiefmutter außerdem möglich sein, einen inneren Freiraum zu halten. Der ist ganz wichtig, um eigene Bedürfnisse und Gefühlswelten wahrzunehmen. Dieses Prinzip der Selbstfürsorge ist für die ganze Familie von Bedeutung. Nach dem Motto: „Geht’s mir gut, dann kann ich mich auch glücklich um andere kümmern.“ Das ist ja auch im christlichen Glauben formuliert: „Liebe deinen Nächsten wie dich selbst.“

→ www.patchworkfamilien.com

KATHARINA GRÜNEWALD

Glückliche Stiefmutter

Geht's mir gut, geht's allen gut



Katharina Grünwald, Glückliche Stiefmutter. Geht's mir gut, geht's allen gut. Kreuz Verlag. ISBN 978-3-451-61323-4. 192 Seiten, 14,99 Euro.