



„Wenn es anders kommt und anders ist – Elternsein und frühe Kindheit in der Erwartungsfalle und was ist wenn sich die Erwartungen nicht erfüllen“

Elternschaft heute - neue Erwartungen, neue Ansprüche

Die Institution der Elternschaft ist nachhaltigen Veränderungsprozessen unterworfen. Zunächst möchte ich Bereiche aufführen, in Elternrollen anspruchsvoller geworden ist und auch zu den „Erwartungsfällen“ beitragen. Ich möchte den Betrachtungswinkel erst nach außen richten um gesellschaftliche Veränderungen zu markieren, die auch das innere Bild von Elternwerden und Elternsein betreffen. Innenansicht meint, die Wechselwirkungen zu beschreiben, wie äußeren Erwartungen auf das innere Selbst- und Fremdbild der Eltern haben und dieses wiederum den Beziehungsaufbau zum Baby prägt und beeinflusst. Wie uns diese Erkenntnisse helfen können und wie wir Einfluss als helfende Profession nehmen können, damit soll mein Vortrag abschließen und den weiteren Raum für Diskussionen und Fragen eröffnen. Da es keinen Katalog und keine Erfolgsrezept gibt, wie man Eltern in der Erwartungsfalle heraus helfen kann, werden wir immer wieder genötigt sein, unser Wissen zu erweitern- also uns immer wieder Gedanken zu machen um Einflussfaktoren- um danach zu überlegen, wie wir kreativ unterstützen können.

Neben Rechtsreformen, Wandel der Geschlechterrollen und einer De-Institutionalisierung von Paarbeziehungen trug auch die Reproduktionsmedizin entscheidend zu einer Veränderung in der Elternschaft bei. Wir haben heute eine so hohe Pluralität zu verzeichnen, die von Ersatzmutterschaft, Leihmutterschaft über Samenspende die Entstehung des werdenden Kindes beeinflusst als auch die Beziehungssysteme, in die diese Kinder hineingeboren werden. Es gibt neben der traditionellen Familie sehr viele alleinerziehende Elternteile, zahlreiche homosexuelle Elternpaare, Adoptiveltern usw.. Die kulturelle Vielfalt ist deutlich größer geworden, Eltern, die aus anderen Kulturkreisen stammen und sich anderen Religionen zugehörig fühlen. Daraus sind auch Muttersprache und Familiengefüge sehr vielfältig und z.T. in ihrem Funktionieren von außen kaum erkennbar. Es kommt dadurch auch zu einer größeren Individualisierung von Elternschaft. Diese Entwicklungen könnten suggerieren, dass Elternschaft heute freier eingegangen und auch gelebt werden könnte als früher. Mit Blick auf Institutionalisierung, Heiratsbeschränkungen, moralischer Sanktionierung oder der individueller Entscheidungen bei der Partnerwahl mag das wohl stimmen aber diese Erweiterungen haben auch dazu geführt, dass die Eltern ganz erhebliche Leistungen für die Gestaltung ihres Paar- und Familienlebens erbringen müssen und damit doch innerlich oft auf sich gestellt und überfordert sind, obwohl es äußerlich den Eindruck macht, als gäbe es eine Unmenge von Unterstützung. Die Unterstützung wird häufig nicht als solche erlebt sondern hinterlässt bei Eltern Druck und Versagensgefühle- also eine paradoxe Wirkung. Eine Studie der Konrad-Adenauer-Stiftung „Eltern unter Druck“ (Borchard u. a. 2008) zeigt einige Zahlen auf, die ich in meiner Präsentation zeige. Ein wichtiger Punkt ist, dass die Quelle des sehr hohen empfundenen Drucks im Auseinanderklaffen von Vorstellungen über Elternschaft, sog. Leitbildern und der praktischen Alltagsbewältigung liegen, wo Eltern an ihre Grenzen geraten oder hinter ihren eigenen Standards zurück bleiben und damit nur schwer zurecht kommen.

Nun kommen wir zu weiter zum nächsten Punkt, bei dem das Wechselspiel zwischen äußeren Bildern (Leitbilder genannt) und dem individuellen Selbstbild betrachtet werden soll.

Familienleben ist von Leitbildern geprägt, darin verankern sich Wert- und Moralvorstellungen, Erwartungen an Erziehung, Verhalten, Rolle, mitmenschlichem Miteinander, gesellschaftlicher Verantwortung. Es bietet ein Modell, *wie man als Eltern sein soll*. Sie beziehen sich ebenso auf

strukturelle Aspekte, d. h. auf die ideale Zusammensetzung von Familien, Vorstellungen vom Ablauf des Familienlebens, Gründungsvoraussetzungen von Familien, Abfolge unterschiedlicher Phasen und die Verteilung bestimmter Rollenverteilungen vermittelt. Leitbilder dienen der Orientierung, geben Struktur, neigen aber auch dazu zu erstarren und mit den Lebensanforderungen nicht Schritt halten zu können. Daneben steht, *was Eltern tatsächlich erleben und wie sie sich damit fühlen*. Einige Befunde aus der Leitbilduntersuchung stelle ich Ihnen in der Präsentation vor. Auffallend ist, dass das eigene (Wunsch-) Bild als Eltern sehr stark von den vermuteten Erwartungen des gesellschaftlichen Wunschbildes an Eltern abweicht. Diese Dissonanz erzeugt bei Eltern eine erhöhte Unsicherheit und ist ein besonderes Phänomen unserer Zeit und unterscheidet aktuelle Elternschaft deutlich von der Situation vor 20-30 Jahren.

Weitere Erwartungsfallen sind z.B. die vorverlagerte Elternschaft, in denen Eltern frühzeitig nahegelegt wird, dass sie in hohem Maße verantwortlich sind dafür, ob sie ein gesundes Kind auf die Welt bringen. Dies erzeugt bewussten und unbewussten Druck, löst Schuldgefühle und Versagensängste aus, die die Zeit „in froher Erwartung“ zu sein zu einem Horrorszenario machen können. Es gleicht einem Hochleistungsprogramm, alle nur möglichen Risikofaktoren unter Kontrolle zu bringen und suggeriert die Größenfantasie, wir hätten die Natur unter Kontrolle. Der psychische Druck ist enorm, der selbst bei den Eltern nach einer möglichst komplikationslosen Geburtsphase auch danach noch nachwirkt und den offenen intuitiven Zugang in den Aufbau einer frühen Bindungsbeziehung mit dem Kind erschweren kann. Die Anspannung „etwas falsch zu machen“ hält auf jeden Fall meist im ersten Lebensjahr noch an (Bsp. Angst vor „Plötzlichem Kindstod“, Erreichen von verschiedenen Entwicklungsschritten.) Das Kontrollsystem in Deutschland von ärztlicher und psychologischer Überwachung ist oft eng gestrickt und schätzt nach aktuellen Zahlen 70% der Schwangerschaften als Risikoschwangerschaften ein. (In Holland ist der Prozentsatz genau umgekehrt). Hinter dem Fürsorgeaspekt verbergen sich auch andere Motive: Es ist der Wunsch nach einem gesunden Kind oder, schärfer formuliert, der Zwang zum unbehinderten Kind, den die gesellschaftlichen Erwartungen mit forcieren.

Mit dem zweiten Teil: Die Geburt einer neugeborenen Mutter (The birth of a newborn mother) möchte ich auf die optimistischer stimmenden Aspekte des Themas eingehen. Hierzu stelle ich drei nachfolgende Konzepte kurz vor, die uns helfen sollen, aus der inneren Perspektive der Eltern zu blicken, empathisch sein zu können und auch so nur in der Lage zu sein, wirklich zu helfen. Konzepte Mutterschaftskonstellation (Stern, 1995) , Das imaginäre Kind Lebovicis (1983, 1984) , Mothering the mother (Klaus & Kennell, 1993)

Daniel Stern hat den Perspektivwechsel, den eine Mutter durch die Geburt eines Kindes in unserem Kulturkreis vollzieht, als Mutterschaftskonstellation bezeichnet und beschrieben. Lange vor der Geburt, vor allem aber in den folgenden Monaten nach der Geburt ihres Kindes ordnet sich in der Seele der Mutter vieles neu. Sie setzt innerlich und zum Teil auch äußerlich sichtbar andere Prioritäten. Es geht um das von ihr ausgetragene und dann geborene Baby, um dieses ist sie ab dann vorzugsweise zentriert, sie konzentriert sich im Zuge ihres „innerpsychischen Umbaus“, ihrer Neuorganisation ganz auf ihr Kind. Die entsprechende Neuausrichtung erfolgt auch bei Vätern, nur nicht so ausgeprägt. Der zentrale Blick richtet sich auf das Überleben und Gedeihen des Babys. Die Gedanken der Mutter kreisen insbesondere um die Themen: Wachstum und Gedeihen, emotionale Bezogenheit zum Kind herstellen, Unterstützungssysteme etablieren und eigener Umbau der Persönlichkeit. Damit verbunden sind eine Vielzahl von Ängsten und Beunruhigungen, die die Mutter bzw. die Eltern bewältigen müssen. Innerliche Diskurse über die selbst erlebte Mutterschaft durch die eigene Mutter, die Fähigkeit, selbst Mutter zu sein und der selbst gestaltete Kontakt zum Baby beschäftigen die Mutter in dieser Phase sehr.

Kinderwunsch und Wunschkind-Phantasien entstehen in der Schwangerschaft nicht aus dem Nichts. Sie haben lebensgeschichtliche Vorläufer und sind individuell. Lebovici (1983, 1984) unterscheidet neben dem imaginären Kind, als dem Kind der bewussten Vorstellung, noch das phantasmatische Kind, das die unbewussten elterlichen Phantasien enthält. Daneben gibt es noch das reale Kind, das sich in den ersten Kindsbewegungen real bemerkbar macht und dann nach der Geburt sichtbar und erlebbar wird.

„Mothering the Mother“ ist ein Konzept, was darauf aufbaut, dass Kleinfamilien nicht im isolierten Raum existieren und evolutionsbiologisch nicht vorgesehen ist, dass Mütter und Väter ihren Nachwuchs nahezu alleine groß ziehen. „Es braucht ein ganzes Dorf, um ein Kind groß zu ziehen.“ steht dafür, wie wichtig transgenerationale Weitergabe von intuitivem Wissen ist, Verantwortungsübernahme durch dritte oder einfach liebevolle Umsorgung und empathische Anteilnahme an der Situation der Familien. Es geht auch um lebenspraktische Hilfen auf die Familien einerseits äußerlich angewiesen sind aber auch in der inneren Bestärkung für ihre Elternrolle. Es geht um die Fragen, welche Bindungen das Kind eingeht und welche Qualität die Beziehungen zu Mutter, Vater, Großmutter und anderen Familienmitgliedern oder außerhalb der Familie stehenden Betreuungspersonen haben können. Schließlich geht es auch um die Frage, inwieweit sich eine multiple Betreuung für das Kind als förderlich erweist und wie viel exklusive Aufmerksamkeit ein Kind für eine gute Entwicklung benötigt.

Professionelle Hilfe anzunehmen bedeutet für Eltern subjektiv oft ein schambesetztes Eingeständnis über das erlebte eigene Versagen. Sie haben etwas Krankes zur Welt gebracht oder erschaffen und sehen dies unter einem starken Blickwinkel des Mangels und Defizits. Schuldgefühle sind oft überaus ausgeprägt und lassen sich durch rationale Beschwichtigung nicht unterbinden. Hier bedarf es einer feinfühligem empathischen Unterstützung durch Helfer, die die Kompetenz und die Expertenrolle der Eltern nicht anzweifeln sondern fördern. Die Gradwanderung ist schwierig aber nicht unmöglich, lässt sich sowohl durch die eigene immer wieder überprüfbare innere Haltung, durch Wissen und auch durch Techniken des spezifischen Fragens erlernen. Besonderes Augenmerk gilt den bestehenden Schutzfaktoren, die es nahezu in jedem System gibt. Diese muss man jedoch erst entdecken lernen und verstehen als etwas Wirksames, was Resilienz und Eigenverantwortung der Eltern fördert. Resilienzen entstehen da, wo es verlässliche innere Bindungsmodelle gibt, auch wenn diese Beziehungen oft nicht lange bestehen. Das Entscheidende ist, ob sie im Innern der Psyche Spuren hinterlassen, die dann als etwas Hilfreiches wieder entdeckt werden, wenn Gefahr, Mangel oder Not da ist. Erstaunlich ist immer wieder die Tatsache, dass Resilienz nicht dort vorherrscht, wo es paradiesische Umstände gibt. Oft ist das Gegenteil der Fall und es wirkt wie eine „Laune der Natur“, dass wider Erwarten eine positive schützende Konstellation dort entstehen kann, wo wir es aus rationalen Überlegungen heraus am wenigsten erwarten. Eine der wichtigsten Punkte auf der Seite der professionellen Helfer scheint mir zu sein, wie wir uns selbst immer wieder aus den eigenen Erwartungsfalle befreien können, um hilfreich zu sein. Erwartungsfalle können z.B. sein, die eigene Wirkungsmöglichkeit zu überschätzen. Wenn wir hinter uns zurück bleiben, geraten wir dann selbst in eine Enttäuschung über uns und die anderen, die dann wiederum zu Resignation und Kraftlosigkeit führt.