



# Böse Hexe oder armes Aschenputtel? Das Los der Stiefmütter

Eva Schreuer im Gespräch mit Katharina Grünewald

**WEGE:** Katharina, dein neuestes Buch beschäftigt sich vorwiegend mit dem Unglück und Glück der „Stiefmütter“. Haben's die denn besonders schwer?

**Katharina Grünewald:** Irgendwie schon. Stiefmütter haben in unserer Gesellschaft mit vielen Vorurteilen zu kämpfen. Man stärkt eher den leiblichen Müttern den Rücken, sieht die Stiefmutter als Eindringling ins System, nicht selten sogar als „Schuldige“ am Scheitern der Kernfamilie. Wir behandeln sie meist „stiefmütterlich“ und zeigen viel zu wenig Verständnis für die Herausforderungen, mit denen Stiefmütter konfrontiert sind: Sie wollen mit ganzem Herzen die Geliebte des Mannes sein, sollen aber Platz lassen für die Kinder seiner ersten Liebe. Sie sollen

eine liebevolle, mütterliche Bezugsperson sein, sich aber nicht zu sehr einmischen und schon gar nicht die Mutter ersetzen. Klassische Kernfamiliensysteme haben es ja viel einfacher: Da wächst man erst mal als Paar zusammen – und dann, erst nach einiger Zeit, kommt zu dieser Liebesbeziehung ein Kind dazu. Das heißt, das Paar bildet schon vor der Familiengründung ein Gefüge von Selbstverständlichkeiten, zum Beispiel, wann man zu Bett geht und morgens aufsteht, wer sonntags den Frühstückstisch deckt, ob an Geburtstagen ein Ständchen gesungen wird, wer abends für alle kocht und und und... In diesen gemeinsamen Alltag wächst das gemeinsame Kind ganz natürlich hinein – und später vielleicht auch noch weitere Geschwister.

*Und plötzlich trennen sich die Eltern, und alles ist anders.*

Genau. Wenn ein Paar neu zusammenfindet, muss sich auch dieses Gefüge neu bilden. Im Miteinander zu zweit, und dann auch noch mit den Kindern des Partners, die man ja noch nicht kennt. Dann entstehen z.B. Situationen wie diese: Das Kind hat Hunger und ist es von zu Hause gewöhnt, dass ihm seine Mutter ein Brot schmiert, sobald es nur hungrig dreinschaut. Die Stiefmutter findet es aber normal, dass sich ein Kind, wenn es hungrig ist, selber etwas zu essen holt. Das Kind wird von der Stiefmutter also enttäuscht sein, sie vielleicht sogar „blöd“ oder „gemein“ finden, nur weil sie etwas anderes für selbstverständlich hält, als es gewohnt ist.

**Und schon wird die neue Frau vom Papa zur „bösen Stiefmutter“. Was hat es mit diesem Klischee auf sich?**

In Märchen wie Aschenputtel, Hänsel und Gretel oder Schneewittchen werden Stiefmütter immer als böse, gemeine Frauen dargestellt, die vergiftete Äpfel verteilen, kleine Kinder allein in den dunklen Wald schicken oder sie zu Sklaven erniedrigen. Allein in Grimms Märchen kommen 13 Stiefmütter vor – keine davon ist gut! Studien belegen tatsächlich, dass in früheren Zeiten die Sterblichkeitsrate vor allem bei Mädchen deutlich gestiegen ist, sobald eine Stiefmutter ins Spiel kam. Es ist also etwas dran an den alten Geschichten. Und dass sich das Bild der „bösen Stiefmutter“ über Jahrhunderte gehalten hat, zeigt eigentlich, dass es auch in unserer Gesellschaft noch lebt. Die Rolle der Stiefmutter war und ist nun mal eine schwierige Gratwanderung. Es besteht die Gefahr, ins „Böse“ abzugleiten...

**Auch heute noch können Stiefmütter „boshaft“ werden?**

Das kommt auf die Persönlichkeit und auf die Situation an. Die Stiefmütter, die in meine Praxis kommen, sind beileibe keine „Hexen“, sondern gehen meist mit viel Liebe und Herzblut an ihre neue Rolle heran. Sie wollen alles richtig machen und fragen: *Wie geht denn eigentlich „Stiefmutter in gut“?*... Und da wird es schwierig. Was hier nämlich psychologisch passiert: Wer unbedingt „*Stiefmutter in gut*“ möchte, orientiert sich unbewusst ausschließlich am Idealbild der „lieben, guten Mutter“, nimmt sich als Vorbild durchaus die eigene Mutter oder ein idealisiertes Bild aus Büchern oder Filmen oder auch die Muttergottesgestalt, will sich aufopfernd, hingebungsvoll, leidenschaftlich um die Kinder kümmern...

**Und das klappt nicht?**

Nein, dieser Weg führt nämlich genau zur „bösen Stiefmutter“. Je richtiger man es machen will, je klarer man das Bild der hingebungsvollen Übermutter vor Augen hat, umso mehr gleitet man in die „Boshaftigkeit“. Zum Beispiel indem man beginnt, mit der leiblichen Mutter der Kinder zu konkurrieren und

auf jeden Fall besser sein will – ich nenne das die „Mütterfalle“. Und umso mehr verpflichtet man sich einem Rollenbild und kümmert sich nicht mehr um die eigenen Bedürfnisse und Gefühle. Man lässt im Alltag nur noch dieses Bild Regie führen und kommt selbst zu kurz. Das ist der Ursprung für die „Gemeinheit“, wenn man es so ausdrücken will. Denn irgendwann wird ein Teil in uns sagen: *„Und wo bleib eigentlich ich? Ich bin doch auch noch da.“* Und das führt im Extremfall zu Egoismus, Eigennützigkeit bis Bosheit – und zu einer Menge Konflikten.

**Warum sprechen wir eigentlich nie vom „bösen Stiefvater“? Es gibt doch auch genügend Männer, die mit den Kindern ihrer Partnerin zusammenleben.**

Das Bild des „Stiefvaters“ lässt mehr Gestaltungsspielraum zu. Während das der Stiefmutter überlastet ist mit Ansprüchen und Anforderungen, hat der Stiefvater seine Rolle bisher gut erfüllt, wenn er sich weitestgehend herausgehalten hat. Das ändert sich aber im Moment, weil sich das Männerbild ändert. Immer mehr Stiefväter lassen sich aktiv auf ihre Patchwork-Kinder ein, begleiten sie zum Training, machen mit ihnen Hausaufgaben, reparieren Spielzeug und möchten Vertrauter und Freund der Kinder sein. Das konfrontiert heutige Stiefväter natürlich immer öfter mit den gleichen Problemen und Fallen, mit denen auch Stiefmütter zu kämpfen

haben. Im Grunde genommen gilt alles, was hier gesagt wird, genauso für die Väter.

**Was sind denn deiner Erfahrung nach die häufigsten Konflikte in Patchworkfamilien?**

Stiefmütter leiden sehr oft darunter, für ihren Partner nicht die Nummer Eins zu sein. Der Mann hat zwar wegen der Liebe zu ihr seine Familie verlassen – aber er bleibt nun mal der Vater seiner Kinder. Immer mehr Väter nehmen diese Rolle heute ernst und bemühen sich, für ihre Kinder wirklich da zu sein. Das ist auch gut so. Kinder brauchen ihren Vater, und allein chronologisch gesehen waren die Kinder ja zuerst da.

Manche Stiefmütter beginnen aber dann, mit den Kindern zu konkurrieren und tappen prompt in die „Prinzessinnenfalle“: Sie wollen besonders gut und brav sein, tun alles, was von ihnen erwartet wird und noch mehr – und können es dann kaum ertragen, dass der Partner nicht sie belohnt, sondern sein „unverschämtes, dreistes Kind“. Seine Tochter hebt er hoch und nennt sie zärtlich *„meine kleine Prinzessin“* – und das innere Kind der Frau ist beleidigt und wird eifersüchtig. Sie hat doch alles richtig gemacht, kommt aber nicht zum Zug. Sie fühlt sich zurückgesetzt, wie ein Aschenputtel – und kann dann schnell zur „Hexe“ werden, wenn sie diese unbewussten Muster nicht durchschaut.



### **So wie die Stiefmutter vom Schneewittchen?**

Gewissermaßen. Auch heute noch stehen viele Stiefmütter – sinngemäß – vor dem Spiegel, fragen „*Wer ist die Schönste, die Beste im ganzen Land?*“ und warten auf eine positive Bestätigung. Aber da gibt es nicht nur die Konkurrenz von Schneewittchen, also von den Stiefkindern, die einem gegenüber dem Partner die Show stellen – manchmal kommt auch noch die Kritik der leiblichen Mutter dazu, die sagt „*Du machst das nicht gut genug!*“. Aus so einer Konkurrenzsituation kommt man als Stiefmutter nur dann heraus, wenn man sich auf sich selbst konzentriert: Wer bin ich? Was ist meins, was sind meine Maßstäbe? Wie definiere ich meine Beziehung zu den Kindern meines Partners, und wie will ich sie gestalten? Man muss sich von Perfektionsansprüchen verabschieden. Man kann gar nicht in allen Belangen die Beste sein, das kriegt man nicht hin, und dessen muss man sich bewusst werden.

### **Wirklich „unschuldig zum Zug“ kommen in Trennungssituationen ja eher die Kinder... Wie reagieren denn die auf solche Veränderungen?**

Die Kinder zeigen oft Verhaltensauffälligkeiten. Sie machen Probleme, lügen zum Beispiel permanent oder werden extrem rebellisch und frech. Ich gehe allerdings davon aus, dass das Verhalten der Kinder immer auch Sinn macht. Oft liefert es sogar den Schlüssel zur Lösung eines Problems. Dem gehen wir in der Beratung nach, schauen genauer hin.

Man darf auch nicht vergessen, dass die Kinder in solchen Situationen genauso Probleme haben wie die Erwachsenen. Sie leiden unter dem Verlust der Kernfamilie. Viele Kinder stehen auch in einem Loyalitätskonflikt zwischen Stief- und leiblicher Mutter. Sie haben Angst, ihre eigene Mutter zu „verraten“, wenn sie sich zu sehr auf die Stiefmutter mehr einlassen.

Häufig höre ich in der Beratung auch von Schwierigkeiten mit der Ex-Frau. Wenn der Mann es nicht schafft, mit seiner Ex klar zu kommunizieren, oder



wenn Abmachungen nicht eingehalten werden, springt dann die Stiefmutter ein und versucht die Dinge zu klären – für ihren Partner, denn eigentlich wäre das seine Aufgabe.

### **Sollten Stiefmütter denn auch den Kontakt zur leiblichen Mutter der Kinder pflegen?**

Für die Kinder ist es natürlich toll, wenn beide „Mütter“ sich gut verstehen oder gar Freundinnen sind. Aber das klappt in den wenigsten Fällen und ist auch gar nicht notwendig. Man muss nicht viel Kontakt haben, aber man sollte anerkennen, wie die jeweils andere ist, was sie tut und leistet, und diese Wertschätzung auch den Kindern gegenüber ausdrücken.

Da ist auch die leibliche Mutter gefordert: Sie muss ihre eigenen Gefühle von denen der Kinder trennen können und ihnen erlauben, eine Beziehung zur neuen Frau des Vaters aufzubauen. Die Kinder sollten doch vom tollen Wochenende bei Papa erzählen können, ohne dabei ein schlechtes Gewissen zu haben. Wenn Kinder ständig das Gefühl haben, jemanden den sie lieben, vor Angriffen schützen und verteidigen zu müssen, können sie sich in der neuen Situation nur schwer zurechtfinden und entspannen. Geschweige denn, neue, funktionierende Beziehungen aufbauen.

### **In Patchworksituationen müssen alle Beteiligten neue Beziehungen aufbauen. Ohne Konflikte wird das wohl kaum gehen?**

Konflikte sind wichtig. Jede Familie muss sie aushalten und bewältigen. Ein häufiges Problem beim Patchwork ist jedoch, dass nach einer Trennung die ganze Familie traumatisiert ist. Alle Beteiligten wollen, dass so etwas nie wieder passiert und bemühen sich krampfhaft um Harmonie. Aus Angst vor einer neuen Trennung hat man Angst vor Konflikten. Das ist fatal, denn erst durch Streit bzw. Auseinandersetzung werden Beziehungen gefestigt und können wachsen. Deshalb bemühe ich mich in der Beratung, dass die Menschen wieder streiten lernen, dass sie Auseinandersetzung wagen statt Trennung riskieren.

### **Stiefeltern haben ja zusätzlich auch noch das Problem, keine „Erziehungsberechtigten“ zu sein. Wie können sie diesen Spagat schaffen?**

Tatsächlich leiden viele Stiefeltern darunter, dass das Recht auf Erziehung nun mal bei den leiblichen Eltern liegt. Wichtig ist, sich mit dem Partner darüber auszutauschen: Was erwartet er oder sie von mir? Soll ich mich in die Erziehung einbringen oder eher zurückhalten? In welchen Bereichen darf ich mich den Kindern gegenüber auch durchsetzen?... Wenn einem der leibliche Elternteil den Rücken stärkt, wird vieles einfacher.

Gerade die Stiefmütter sind ja oft diejenigen, die den Haushalt führen und die Kinder versorgen, wenn sie beim Papa sind. Und wenn die dann zum Beispiel ihre Jacken und Schultaschen ein-



fach in den Flur schmeißen, erleben sie das fast als persönlichen Angriff, möchten die Kinder zum Aufräumen verdonnern – und bekommen dann womöglich zu hören: „Du hast mir gar nichts zu sagen, du bist nicht meine Mutter!“

#### **Was tun in einer solchen Situation?**

Es hängt immer von der Beziehung zum Kind ab. Wenn die Stiefmutter zu ihren Bedürfnissen stehen kann und ihre Rolle klar definiert hat, dann kann sie auch persönliche Autorität zeigen, und das Kind merkt: „Oh, der ist es ernst. Wenn ich mit ihr auskommen will, sollte ich das nächste Mal lieber gleich meine Sachen wegräumen.“ Ist die Stiefmutter eher unsicher oder traut sich nicht, klar Position zu beziehen, spürt ein Kind das ganz schnell und zeigt ihr hinterrücks den Stinkefinger. Ähnliches habe ich auch schon erlebt, wenn die Stiefmutter in den väterlichen Haushalt eingezogen ist: Das Kind empfindet sie als störenden Eindringling und tut absichtlich nicht, was sie will, so nach dem Motto „Das hier ist mein Haus, mein Revier...“. Auch daran haben Stiefmütter oft zu knabbern.

#### **Auch dafür gibt's vermutlich kein Patentrezept?**

Nein, gibt es nicht. Es hängt ja auch von den Persönlichkeiten ab, die im Patchwork zusammenkommen. Aber Kommunikation kann immer helfen. Im Gespräch kann die Logik des Kindes wie

auch die Logik der Stiefmutter nachvollzogen werden. So kann sich auch beim Kind ein Verständnis für die Situation der Stiefmutter entwickeln: Was will sie? Was sind ihre Ängste, Bedürfnisse, Wünsche, Sehnsüchte?

In Trennungssituationen überlagert ja oft das Bild von den „armen Kindern“ alle anderen Befindlichkeiten. Wie bei Hänsel und Gretel. Aber wenn nur deren Situation beleuchtet wird, kommen die beteiligten Erwachsenen gar nicht in die Lage, ihre eigenen Bedürfnisse zu artikulieren.

#### **Oft kommen dann auch noch eigene Kinder aus früheren Beziehungen oder gemeinsame dazu – und damit noch mehr verschiedene Bedürfnisse. Wie schafft man das?**

Sich in so einem „Deine-Meine-Unsere-Beziehungs-Kuddelmuddel“ zurechtzufinden, ist ein ganz besonderer Balanceakt. Das Konfliktpotenzial ist hoch, und ein Hauptthema ist dabei oft die Gleichberechtigung: Viele Stiefeltern meinen nämlich, sie müssten für alle Kinder die gleiche Liebe empfinden – oder der Partner stellt diese Forderung – aber diesen Anspruch kann man gar nicht erfüllen. Es ist doch ganz natürlich, dass einem die eigenen Kinder näher stehen, dass man sie mehr liebt als Stiefkinder. Die stehen ja auch bei ihren leiblichen Eltern an erster Stelle. Von solchen Ansprüchen muss man sich ver-

abschieden. Umgekehrt bedeutet das aber auch, dass man Verständnis dafür haben muss, wenn der Partner seinen eigenen Kindern mehr Aufmerksamkeit schenkt. Wenn das kommuniziert und geklärt wird, dann kann auch die komplizierteste Patchwork-Variante super klappen.

#### **Du plädiert in deinem Buch für eine „neue Stiefmütterlichkeit“. Was ist damit gemeint?**

Wir, also die Gesellschaft, sollten die Stiefmütter schleunigst von ihrem „bösen“ Image befreien, mehr Verständnis für ihre Situation zeigen und sie auch unterstützen. Stiefmütter haben eine wichtige Rolle in Patchworkfamilien – und sie sind oft die Einzigen im System, die nicht „blind vor Liebe“ sind. Ihre Kritik, die oft als „gemein“ und „hart“ empfunden wird, hat häufig einen wahren Kern. Ich nenne das „produktive Distanz“ zum Familiengeschehen: Stiefelternteile haben meist einen objektiveren und umfassenderen Blick als leibliche Eltern. Außerdem sollte jede Stiefmutter einen inneren Freiraum haben, um ihre eigenen Bedürfnisse und Gefühlswelten wahrzunehmen. Dieses Prinzip der Selbstfürsorge ist nicht nur für sie wichtig, sondern für die ganze Familie. Denn wenn's der Stiefmutter gut geht, kann sie sich auch glücklich um alle anderen kümmern.

