

PSYCHOLOGIE HEUTE

FAMILIE

Frauen und ihre Mütter

Frauen haben meist eine liebevolle Beziehung zu ihrer Mutter – aber auch eine spannungsreiche. Wie kann das Verhältnis besser gelingen?

VON ANNE-EV USTORE

 08. JUL 2022

Neulich war es mal wieder so weit. Katrin Jacob hatte einen anstrengenden Arbeitstag in der Klinik gehabt, Spätschicht, einen Notfall nach dem nächsten und kaum eine Pause, um zwischendurch auch nur einen Schluck Wasser zu trinken. Zu Hause angekommen, sagte sie noch schnell ihren Kindern gute Nacht und ließ sich dann erschöpft aufs Sofa fallen. Ihre Mutter stellte ihr einen Teller Lasagne auf den Tisch, genau das, was sie jetzt brauchte. „Du siehst müde aus“, bemerkte da die Mutter. „Warum machst du dir bloß immer so einen Stress?“

Als Katrin Jacob das erzählt, lacht sie. Doch der Ärger ist ihr noch anzumerken. „Diese Situation ist wirklich ein totaler Klassiker in der Beziehung zu meiner Mutter“, sagt sie. „Einerseits ist da diese große

Fürsorge, sie kümmert sich um ganz vieles und hilft mir. Dafür bin ich ihr dankbar. Andererseits bringt sie mich schnell auf die Palme. *Natürlich* bin ich gestresst. Ich arbeite, bin alleinerziehend und habe drei Kinder. So sieht mein Leben nun mal aus!“

Frauen und ihre Mütter – das ist eine Beziehung, die im Laufe des Lebens kompliziert werden kann. Denn die innige Nähe der Kindheit weicht spätestens im Erwachsenenalter oft einer Ambivalenz. Die Beziehung zur Mutter kann dann einerseits noch immer von Liebe und Fürsorge geprägt sein und andererseits von durchaus unterschiedlichen Wünschen und Erwartungen. Auch alte Beziehungserfahrungen können immer wieder in Form von Kränkungen oder Schuldgefühlen auf die Mutter-Tochter-Beziehung einwirken.

Den kompletten Artikel können Sie bei uns kaufen oder freischalten.

DIE REDAKTION EMPFIEHLT

BEZIEHUNG

Und wenn ich ihn nun doch nicht liebe?

Zweifel an der eigenen Beziehung sind eine große Belastung – für den Partner und insbesondere den Betroffenen.

LEBEN

Narzissmus

Die Persönlichkeitsstörung ist in aller Munde – überall lauern scheinbar selbstverliebte Egomaneen ► Doch wie tickt ein Narzisst wirklich?

BERUF

Burn on

Viele Menschen fühlen sich erschöpft: zu viele Pflichten, zu viel Druck. Über den Zustand kurz vorm Burn-out – und wie wir uns daraus befreien.

MEISTGELESEN

1 GESELLSCHAFT

Passiv-aggressiv?

Psychologie nach Zahlen: Fünf Erkenntnisse über passiv-aggressives Verhalten – und wie man ihm begegnen kann.

2 LEBEN

Narzissmus

Die Persönlichkeitsstörung ist in aller Munde – überall lauern scheinbar selbstverliebte Egomanen. ► Doch wie tickt ein Narzisst wirklich?

3 LEBEN

„Dinge in ihrer Tiefe verstehen“

Was zeichnet weise Menschen aus? Und welche Persönlichkeitseigenschaften fördern Weisheit? Ein Gespräch mit Weisheitsforscherin Judith Glück