

# „Die Kröte, die eine Stiefmutter schlucken muss“

Was Frauen gegen die Stigmatisierung und Ablehnung der neuen Familie tun können

**D**ie Stiefmutter hat es wahrlich nicht einfach. Ihre Geschichte ist vorbelastet durch Märchen wie Aschenputtel oder Schneewittchen. Das meist falsche Bild von ihr hat es sogar in die Umgangssprache geschafft; oder wer fühlte sich noch nicht „stiefmütterlich behandelt“?

VON STEFAN FROMMANN

Die Psychologin und Autorin Katharina Grünewald („Glückliche Patchworkpaare“) kennt die Probleme, die Menschen bekommen können, die sich in einen neuen Partner verlieben und dadurch gleich auf eine ganze Familie einlassen müssen.

**WELT:** Die Stiefmutter hat im Vergleich zum Stiefvater den deutlich schwierigeren Job, oder?

**KATHARINA GRÜNEWALD:** Man könnte meinen, in einer aufgeklärten modernen Gesellschaft, die wir ja eigentlich sind, müsste das in etwa gleich verteilt sein. Ist es aber nicht. Es gibt zwar auch Stiefväter, die ähnliche Schwierigkeiten bekommen wie Stiefmütter, aber sie sind verhältnismäßig wenige. Patchworkfamilien, Regenbogenfamilien und Co-Parenting gehören zu unserem Sprachgebrauch und haben das Familienbild total geweitet, wir haben aber trotzdem noch ein ganz rigides Leitbild im Unbewussten, und das ist nach wie vor Vater, Mutter, Kind, und da hat die Mutter noch immer eine enorm große Verantwortung für alles, was mit der Familie zusammenhängt.

**Früher ersetzte die Stiefmutter meist eine verstorbene Mutter, heute ist das anders.**

Früher kam die neue Frau zur Versorgung der armen Kinder in die Familie. Heute kommt sie aus Liebe zum Mann hinein, und die Kinder haben noch eine leibliche Mutter und sind gar nicht so arm dran.

**Was kann die Stiefmutter tun, wenn sie bei dem Kind auf Ablehnung stößt?**

Es gibt keine Vorbilder für gute Stiefmütter. Frauen, die in diese Rolle geraten, distanzieren sich von dem Klischee, das aus Märchen entstand. Sie gehen häufig in Konkurrenz zur eigentlichen Mutter, wollen 24/7 für das Kind zuständig sein und stellen eigene Bedürfnisse ganz hinten an. Diese Beziehung ist zum Scheitern verurteilt, weil man sich selbst gar nicht mitnimmt. So ist man auf dem besten Weg genau in diese böse Stiefmutterrolle, weil man sich für ein fremdes Kind aufopfert, was weder Danke sagt noch glücklich darüber ist, dass man sich seiner annimmt.

**Das Kind könnte von der leiblichen Mutter beeinflusst sein.**

Es kann gut sein, dass das Kind instrumentalisiert wird. Das ist aber ein Konstruktionsproblem. Ich rate diesen Frauen immer: nichts wie raus aus der Rolle der Stiefmutter! Sie sollten sich lieber vorstellen als die Person, die sie sind. Sagen, was sie mögen, was sie gerne spielen. Nicht unhinterfragt eine Rolle einnehmen, nur weil sie einem zugeschustert wird. Lieber mit dem Kind überlegen: Wie wollen wir das nennen, was wir haben? Wer bist du für mich? Wer bin ich für dich? Dabei kommen die unterschiedlichsten Bezeichnungen heraus: Du bist meine Blumenmama. Oder: Du bist mein Herzensmädchen. Manchmal bleibt man auch beim Vornamen, um diese Beziehungsdefinition zu umgehen. Meine Stieftochter nennt mich ihre Lieblingsstiefmutter. Dann sage ich: Und du bist meine Lieblingsstieftochter, obwohl sie die einzige ist. Es kommt auf den Prozess an.

**Sollte man als Stiefmutter den Kontakt zur leiblichen Mutter suchen oder besser meiden?**

Manchmal ist die Ex ja die ehemals beste Freundin der Stiefmutter. Dann wäre es gut, wenn dieser Konflikt erst einmal geklärt werden könnte. Hatte man früher überhaupt nichts miteinander zu tun, rutscht die Stiefmutter häufig in

Streitereien, die eigentlich das Ex-Paar miteinander hatte. Dann besteht eine große Gefahr, dass die Stiefmutter als Zielscheibe missbraucht wird. Weil alte Kränkungen noch nicht ausgetragen werden konnten. Also kriegt die Neue die Schuld für alles, wird beleidigt und beschimpft. Bei Kindern ist das nachvollziehbar, sie sind eigentlich sauer auf den Vater, möchten ihn aber nicht verlieren. Also bekommt die neue Partnerin ihre Wut ab, damit der Papa heile bleiben kann.

**Ist es entscheidend, ob die Stiefmutter schuld an der Trennung gewesen ist?**

Aus meiner Erfahrung macht das keinen Unterschied. Für eine Affäre gab es ja Gründe. Funktioniert eine Beziehung gut, gibt es keinen One-Night-Stand, schon gar keine Affäre. Sollte die Neue nicht der Trennungsgrund gewesen sein – in ein paar Jahren wird es garantiert so wahrgenommen, als sei sie es gewesen. Eine Schuldkonstruktion ist leichter zu bauen, als sich mit der eigenen Verantwortung am Bruch einer Beziehung auseinanderzusetzen.

**Stiefmütter müssen akzeptieren, beim Partner nicht in allen Dingen mehr die Nummer eins zu sein. Gibt es einen Punkt, an dem eine Stiefmutter besser aufgeben sollte?**

Doch nicht die Nummer eins bei ihrem Partner zu sein ist die größte Kröte, die eine Stiefmutter schlucken muss. Mindestens chronologisch waren die Ex und die Kinder immer schon da. Wichtig ist, wie verantwortungsvoll der Mann mit seiner Rolle umgeht. Er hat eine Schar-



Psychologin  
Katharina  
Grünewald  
berät  
Patchwork-  
familien

nierfunktion, denn er steht dazwischen. Hat er aber ein besonders großes Schuldgefühl, tut er alles für das Kind – und das geht bis zu gemeinsamen Wochenendausflügen, wo sogar die Ex dabei sein darf, da gibt es abenteuerliche Konstruktionen. Wenn er sich aus dem alten System nicht löst, wird er die Ansprüche der neuen Partnerin als Bedrohung betrachten. Irgendwann wird er die Ex verteidigen, obwohl er sich von ihr getrennt hat. Es wird mit der Neuen zu massiven Streitereien kommen. Dann ist eine erneute Trennung meist die einzige Lösung.

**Kommen wir zu ihm: Gibt es überhaupt Fallen für Stiefväter?**

Das Gros der Stiefväter hat wenig Schwierigkeiten mit ihrer Rolle. Männer können es leichter akzeptieren, wenn die Kinder gerade nichts mit ihnen zu tun haben wollen oder dass die Mütter mehr Zeit mit ihren Kindern brauchen. Dann gehen sie halt mit Freunden in die Kneipe, gucken Fußball oder bleiben länger auf der Arbeit, kurz: Sie beschäftigen sich mit ihren Angelegenheiten. Das ist etwas, das Frauen längst nicht so gut können. Sie treffen sich vielleicht auch mit Freundinnen, aber dann wird die ganze Zeit die Situation zu Hause diskutiert.

**Die Vorstellungen, Erwartungen oder Wünsche der Männer sind aber auch nicht vergleichbar mit denen der Frauen, oder?**

Eine Frau mit Kindern ist vom gesellschaftlichen Blick immer noch eher die arme Alleinerziehende. Kommt dann ein Mann hinzu, nimmt er sich ihrer an, er ist quasi der Retter. Andersherum bekommt ein Mann, der alleine mit Kindern ist, schon mal sehr viel mehr Hochachtung, weil er das so alleine schafft. Kommt nun eine Frau hinzu, wird sie eher als Störenfrieda betrachtet, die alles durcheinanderbringt. Das legt daran, dass Frauen die Verantwortung für familiäre Dinge stärker an sich heranziehen als Männer.