

SWR2 Leben

## **Mütter und ihre Mütter – Das Mutterbild im Wandel**

Von Eunike Kramer und Martha Hennersdorf

Sendung vom: 13.04.2022, 15.05 Uhr

Redaktion: Petra Mallwitz

Regie: Eunike Kramer und Martha Hennersdorf

Produktion: SWR 2022

SWR2 können Sie auch im **SWR2 Webradio** unter [www.SWR2.de](http://www.SWR2.de) und auf Mobilgeräten in der **SWR2 App** hören – oder als **Podcast** nachhören:

---

**Bitte beachten Sie:**

Das Manuskript ist ausschließlich zum persönlichen, privaten Gebrauch bestimmt. Jede weitere Vervielfältigung und Verbreitung bedarf der ausdrücklichen Genehmigung des Urhebers bzw. des SWR.

---

### **Die SWR2 App für Android und iOS**

Hören Sie das SWR2 Programm, wann und wo Sie wollen. Jederzeit live oder zeitversetzt, online oder offline. Alle Sendung stehen mindestens sieben Tage lang zum Nachhören bereit. Nutzen Sie die neuen Funktionen der SWR2 App: abonnieren, offline hören, stöbern, meistgehört, Themenbereiche, Empfehlungen, Entdeckungen ...

Kostenlos herunterladen: [www.swr2.de/app](http://www.swr2.de/app)

## Gesang

„Sometimes I feel like a powerless woman“

### AUSSCHNITT AUS FRANZISKAS PERFORMANCE:

„Was habe ich mir dabei gedacht, als ich gesagt habe: Ich will. Ich mach das. Ich mache das auch allein. Habe ich überhaupt darüber nachgedacht, was es bedeutet, Mutter zu sein? Ich will keine Mutter sein. Ich bin erschöpft.“

### ERZÄHLSTIMME:

Franziska Burkhardt ist Performance-Künstlerin und lebt mit ihrer mittlerweile 8-jährigen Tochter in Weimar. Als ihre Tochter 2013 zur Welt kommt, ist Franziska bald darauf allein. Sie lebt vom Vater getrennt, der sich zunächst fast nicht an der Erziehung beteiligt.

### FRANZISKA:

Als ich schwanger geworden bin, da kannten wir uns noch nicht so gut. Damals wollte er auf gar keinen Fall Vater werden und ich aber von meinem ganzen Körperempfinden auf jeden Fall. Und als Ida ein Monat da war, kam er dann von irgendeinem Montagejob oder so und ich weiß noch genau - er saß hier rechts in der Ecke und ich saß hier links und er hat gesagt: Ich kann das nicht.

Und ich war einfach total geschockt und habe so gedacht...also in mir gingen so tausend Dinge und Gefühle durch. Aber es war dann so: Krass, ich mach das jetzt alleine. Er verlässt mich. Und dann war der auch erst mal weg.

### ERZÄHLERIN:

Zwei Jahre später gerät sie an einen Tiefpunkt. Sie ist erschöpft. So sehr, dass sie ihre Entscheidung, Mutter zu werden, lieber rückgängig gemacht hätte.

### FRANZISKA:

Ich hatte - das wusste ich damals nicht - eine Panikattacke.

Und ich habe hier nachts den Notarzt gerufen, weil ich echt gedacht habe, ich sterbe.

Mein Kind hat hier unten geschlafen und der Auslöser war, dass ich den Vater des Kindes gebeten hatte zu kommen, weil ich schon gemerkt habe, dass es mir nicht gut geht, und er kam aber nicht.

Und dann hab ich ihn aber angerufen und hab gesagt, der Notarzt ist jetzt hier, ich fahre jetzt mit denen mit und du musst jetzt auf das Kind aufpassen. Und ich wollte das einfach abgeben. Ich hatte einfach das Bedürfnis, dass sich jemand um mich kümmert. Und dann war ich eine Nacht in der Psychiatrie. Und das war einfach nur so: Hier ist ein Raum, da ist ein Bett und ich kann jetzt hier schlafen und muss mich um nichts kümmern. Und dann bin ich zu meiner Schwester gefahren und hatte Zeit, mal über alles nachzudenken. Und in der Zeit sind diese Reuegefühle entstanden.

Ich habe das aber niemandem erzählt irgendwie. Ich habe das so mit mir herumgetragen und habe dann 2015 dieses Buch entdeckt, was genau in diesem Jahr herauskam.

„Regretting Motherhood“ von Orna Donath und habe mir das dann sofort gekauft und habe gedacht: Krass, es geht ja nicht nur mir so, sondern vielen Frauen.

### ERZÄHLERIN:

Das Buch „Regretting Motherhood“ von Orna Donath sorgte 2015 für Aufsehen.

Besonders in den sozialen Medien löste es eine regelrechte Bewegung aus. Franziska griff das Thema künstlerisch auf und entwickelte die Performance „Eine Mutter schafft“.

### AUSSCHNITT PERFORMANCE:

*"Ich dachte immer: Das kann einfach jede Frau. Es ist doch ihre Natur, Kinder zu gebären und Mutter zu werden. Bin ich jetzt, weil ich Reue empfinde, eine Rabenmutter?"*

### FRANZISKA:

Ich habe mir unter Mutterschaft ganz andere Sachen vorgestellt. Also auch so dieses die rosarote Brille, das Erfüllendste in meinem Leben. Dieses Bild, was wahrscheinlich schon in meiner Kindheit durch irgendwelche Märchen und Bücher transportiert wurde, was eine Mutter alles sein kann. Und die Vorstellung ist auch echt schön, aber die Realität ist halt nun mal anders. Ich will das gar nicht so negativ sehen, aber es gibt halt überall dieses Scheitern. Und das gibt es auch bei Müttern. Das müssen Menschen begreifen - dass ich nicht nur weil ich das Kind geboren habe, Expertin darin bin Mutter zu sein.

### ERZÄHLERIN

Was Franziska bereut, hat nichts mit der Liebe zu ihrer Tochter zu tun. Es ist die Rolle, die sie einengt, die Erwartungen von Außen und ihre Erwartungen an sich selbst. Schuldgefühle tauchen in ihr auf, sie fragt sich: „Bin ich unnormal? Warum fällt es mir so schwer?“

### FRANZISKA:

Das war bei mir auch ziemlich stark, so diese Gedanken von: Mach ich das richtig so? Und immer total viel Gedanken gemacht, ob ich ne gute Mutter bin. Die gute Mutter...und ich finde aber - man kann nicht immer ne gute Mutter sein, weil man ist halt ein Mensch und nicht jeder Tag ist gleich und ja... wir können das gar nicht leisten. Das geht einfach nicht, das ist einfach zu viel.

### ERZÄHLERIN:

Je mehr Franziska sich mit ihrer eigenen Mutterrolle befasst, desto mehr hinterfragt sie das gesellschaftlich konstruierte Narrativ der „guten Mutter“. Die Mutter, die in ihrer Rolle aufgeht und dabei glücklich ist: Sie nennt es den „Mutter Mythos“. Ihr wird klar, dass sie versucht, einem Bild gerecht zu werden, an dem sie nur scheitern kann - an dem jede Mutter nur scheitern kann.

### FRANZISKA:

Also der Muttermythos beschreibt meines Erachtens nach - oder formt - ein Bild von Mutterschaft, was idealisiert ist. Also die aufopferungsvolle Mutter, die fürsorgliche Mutter, dass es natürlich ist, sein Kind zu lieben zu jeder Zeit. So und der Muttermythos lässt es meines Erachtens nach nicht zu, diese anderen Gefühle auch zu haben, weil er eben so idealisiert.

### ERZÄHLERIN:

Wenn Mütter erkennen, dass sie auch überfordert und wütend sind, nicht immer liebevoll, oftmals hilflos und verzweifelt dann, sagt Franziska, machen sich bei vielen Schuld- und Schamgefühle breit. Auf ihrer Suche nach Gründen kommt Franziska von ihrer eigenen Biografie zu den gesellschaftlichen Missständen und wieder zurück zu sich selbst: Sie erkennt, dass ihre Probleme als Mutter auch in ihrer eigenen Kindheit begründet liegen.

### FRANZISKA:

Du wirst mit deiner eigenen Kindheit konfrontiert. Das ist einfach so. Das macht es auch so herausfordernd, weil dein Kind dir Dinge zeigt - und ich sag immer Kinder sind

eigentlich unsere Lehrer - weil sie dir Dinge zeigen, die total tief in dir verborgen sind. Also ich hatte hier auch mit meinem Kind unglaublich viele krasse, unterschiedliche Phasen. Und auch als sie drei war, da habe ich in der Öffentlichkeit geheult. Zum Beispiel erinnere ich mich gerade an eine Situation, wo das auch war: Sie schrie und ich wusste nicht, was sie wollte, und es ging um ihren Willen. Also mein Kind hat einen wirklich sehr starken Willen und ich hatte den nicht als Kind. Und ich bin damit total überfordert und auch empört, dass sie so einen krassen Willen hat, obwohl das total gut ist. Und dann stehst du in der Öffentlichkeit und die Öffentlichkeit reagiert dann auch noch mal auf dich und dein Kind und du bist so total fertig. Also ich war total fertig, weil ich einfach nur so dachte: Das ist mir gerade total unangenehm, alle sehen ich krieg's nicht hin, ich bin total hilflos, ich weiß nicht, was ich hier gerade mache. Und es geht allen so... und eigentlich, was ich jetzt gelernt habe, ist, diese Situationen anders zu begleiten. Und ich konnte es nicht wissen, weil man es mit mir nicht so gemacht hat. Weil ich auch immer mitlaufen musste und auch in diesem Funktionieren drin war: Jetzt rei dich mal zusammen, jetzt heul doch nicht, es geht jetzt weiter. Und mein Kind hat mir beigebracht, dass das alles sein darf.

#### *AUSSCHNITT PERFORMANCE:*

Ich bin am 13.12.1985 in der DDR geboren. Meine Mutter und mein Vater waren 40 Stunden arbeiten. Meine Schwester und ich waren von früh bis spät im Kindergarten. Meine Mutter ist nach der ersten Schicht die zweite Schicht angetreten. Die zweite Schicht meint, uns aus dem Kindergarten abholen, uns behüten, versorgen, kochen, putzen, Wäsche waschen, einkaufen.

#### ERZÄHLERIN:

Franziskas Mutter Angela wurde 1962 in Halle in der damaligen DDR geboren. Als junge Frau zog sie mit ihrem Mann nach Saalfeld und war im Kreiskabinett für Kulturarbeit tätig. Mit 23 bekam sie ihr erstes Kind: Franziska.

#### MUTTER:

Ich war eine schöne Schwangere. Ich hab mich auf mein Kind gefreut. Also Franziska ist an und für sich mein Sonnenschein gewesen.

#### ERZÄHLERIN:

Die Frage, ob sie eine glückliche Mutter gewesen sei, bejaht Angela. Auch deshalb, weil es damals mehr Fürsorge durch Familienmitglieder und Nachbarn gegeben habe - alle hätten nacheinander geguckt und achtgegeben. Auch auf der Arbeit herrschte eine unterstützende Atmosphäre.

#### MUTTER:

Franziska war ein ruhiges Kind, die hat schön geschlafen...also für mich war das optimal, also ein pflegeleichtes Kind. Und als ich dann nach einem Jahr wieder arbeiten gegangen bin, da wars dann auch so, dass wenn ein Kind krank war, mal, ja dann bist du zu Hause geblieben und dann hast du dir auch keinen Stress gemacht - ich könnte jetzt vielleicht meinen Job verlieren oder irgendwie so. Das gabs eben nicht. Es wurde noch nachgefragt: Gehts dir gut, können wir irgendwas helfen, brauchst du irgendwas? Du warst also rundherum eigentlich mental in so 'ner Hängematte... Es war in Ordnung.

#### FRANZISKA:

Meine Mutter - es gibt ein Bild, das ist da oben im Regal. Da kannst du mal gucken, da sieht sie ganz dünn aus. Also ich bin das rechts, und das in der Mitte ist meine Schwester, und daneben ist meine Mutter. Ich hab mir das letztens nochmal angeguckt und dachte:

Mein Gott, sie sieht da so dünn aus.  
(Holt Bild aus dem Regal)

ERZÄHLERIN:

Angelas zweites Kind, Franziskas Schwester, ist weniger pflegeleicht. Sie war oft krank - insgesamt ein anstrengendes Kind, sagt ihre Mutter heute.

MUTTER:

Der Stress beginnt dann denke ich, wenn du ein Kind hast, was viel krank ist oder was in irgendeiner Form Sorgen macht. Das sieht man den Menschen natürlich auch an. Ich hab dann rapide abgenommen. Da haben dann auch die Nachbarn gefragt: Mensch, bist du krank? Wie siehst'n du aus? Iss mal was. Ich hab das aber selber gar nicht so als so fürchterlich erdrückend empfunden. Ich hab eben dann funktioniert. Unsere Generation ist dann vielleicht auch irgendwie anders gewesen. Erschöpfungszustände gab es ja damals auch schon, aber ich habe das nicht so wirklich empfunden, sagen wir es mal so.

ERZÄHLERIN:

Mit dreißig Jahren - im gleichen Alter, in dem auch Franziska ihren psychischen Zusammenbruch erlitt - erkrankt auch Angela an Depressionen.

MUTTER:

...die hab ich aber auch gar nicht so richtig verstanden. Erst als die Ärztin es mir dann gesagt hat. Das war eben auch eine Form der Überbelastung. Aber das wurde eigentlich nicht so wirklich kommuniziert. Hast mehr auf dich gehört und hast gedacht: Was ist denn mit dir los? Irgendwas ist doch komisch. Alles fiel mir schwer. Aber wenn du das dann einmal durchlebt hast, dann weißt du erstmal was es ist, das weißt du in dem Moment nicht, dass du nicht ausm Bett rauskommst...Aber das war dann durch. Ich hab das dann auch verstanden, dass ich auch für mich Zeit brauche. Aber wie gesagt, das wurde bei uns auch nicht so thematisiert. Ich könnte jetzt nicht sagen, dass ich damals zu irgendwem hingegangen bin, um zu sagen: Oh weißte ich fühl mich - gehts dir denn auch so? Da kann ich mich überhaupt nicht dran erinnern. Mein Mann, der kam ja dann auch immer spät. Früh schon weg und abends spät gekommen - was wollte der mir helfen ne? Deswegen...ich hab das für mich wahrscheinlich dann so durchgelebt.

FRANZISKA:

Meine Mama sagt immer, ihr seid so die Therapiegeneration und dann denke ich immer ja, aber das ist gut so. Ich glaube, wir sind gerade die Generation, die darüber spricht, weil es es uns erlaubt.

MUTTER:

Ich kann mich noch gut erinnern, als ich dreißig war da hatte ich auch mal so 'ne Phase, da habe ich irgendwie Panik gekriegt. Da hab ich gedacht: Scheiße, jetzt bist du schon dreißig, dein Leben ist bald vorbei, was hast du jetzt alles geschafft? Und da hab ich dann immer so Panikattacken gekriegt. Und da bin ich dann mal hoch ins Krankenhaus, als es wieder so war und da hat der Arzt mich abgehört und hat gesagt: Alles in Ordnung, das ist da oben. Ok. Wenn`s wieder mal so weit ist, ziehst du den Jogginganzug an und dann rennst'e mal richtig los. Und dann war das dann nachher gegessen.

FRANZISKA:

Meine Mutter war immer am Start. Und sie ist heute noch so, dass sie einfach nicht zur Ruhe findet. Sie ist immer am Machen und am Tun und eigentlich ist sie total erschöpft, aber sie lässt die Erschöpfung nicht zu. Damals zu DDR-Zeiten war mein Vater auch viel arbeiten, der war richtig viel weg und wir waren einfach ewig in diesem Kindergarten. Ich glaube, wir sind auch diese Burn-out-Generation, weil wir so das so gelernt haben, mitzulaufen, zu funktionieren die ganze Zeit. Und dann hab ich sie mal gefragt, sag mal, warum hast eigentlich den Vati nicht mal gefragt nach Hilfe, wieso hast du das alles alleine gemacht. Und dann hat sie gesagt, weil sie das so wollte. Und dann hab ich so gedacht, so - mhm - ich kann ihr das nicht abkaufen.

MUTTER:

Manchmal, da hab ich auch so gedacht, pfft...jetzt lässt du das hier stehen. Ich schaff's jetzt einfach nicht. Aber das ich jetzt deswegen übellaunig gewesen wäre oder so, nee. Ich wollte mich auch nicht immerzu nur streiten.

AUSSCHNITT PERFORMANCE

Am Abendbrottisch. Der Tisch war durch uns gedeckt. Mein Vater erschien, wir aßen. Als wir fertig waren, sagte er: Danke, fein wars. Ich geh mal wieder in die Garage. Auf die Frage, warum - also meine Schwester, meine Mutter und ich - den Abendbrottisch decken, den Abendbrottisch wieder abdecken, bekam ich keine Antwort. Wer macht eigentlich den Haushalt?

FRANZISKA:

Meine Mutter hätte eigentlich meinen Vater einbeziehen müssen und ich habe aber die Rolle der Unterstützerin übernommen und auch diese Verantwortung getragen als Kind. Das war nicht meine Aufgabe, aber ich habs gemacht. Eine Frau, die mit Müttern arbeitet, hat mal zu mir gesagt: Du trägst die Erschöpfung deiner Mutter in dir.

ERZÄHLERIN:

Doris, geboren 1937, ist Angelas Mutter und Franziskas Großmutter. Ihr erstes Kind bekam sie mit zwanzig. Zu dem Zeitpunkt lebte sie mit ihrem Mann noch bei ihrer Mutter und kümmerte sich neben dem eigenen Baby noch um die drei jüngeren Geschwister.

GROßMUTTER

Ich habe manchmal mittags gedacht: Du hast ja noch überhaupt nichts gegessen heute. Du hast dich weder gewaschen noch hast du was gegessen, nur ums Baby gekümmert, Essen gekocht, na ja, da weißt'e... mit dem Kind spazieren gewesen, die Wohnung geputzt. Na ja, habe ich alles alleine gemacht. Da habe ich keinen gebraucht.

MUTTER

Meine Mutter war mitunter auch - also sie selbst fand ich - überfordert. Meine Mutter war halt immer beschäftigt. Die musste rühren und kochen und Wäsche waschen und was denn nun schon wieder. Meine Mutter liebt mich, die liebt mich heute noch und ich liebe sie auch eben auf unsere Art und Weise. Es war ja nun auch so - heute machst du überall die Heizung an, bei uns war's ja überall kalt. Wir hatten einen Ofen im Wohnzimmer stehen und der war warm und in der Küche noch der Kohleherd und alle anderen Zimmer im Winter waren eiskalt. Na ja und deswegen...(lacht) das sind so die Dinge - es ist schon ein ganz schöner Luxus, den wir heute leben.

ERZÄHLERIN:

Franziskas Großmutter Doris fragt sich, was mit den Frauen heute bloß los ist: Nur ein Kind und trotzdem überfordert. Damals wäre das alles kein Thema gewesen. Woher kommt nun diese Überforderung? Sind Mütter heute zu schwach, zu verwöhnt oder funktioniert einfach das gesellschaftliche Credo: „Zähne zusammenbeißen und weitermachen“ nicht mehr? Es scheint, als wäre es heute für Frauen erstmals möglich, sich ihre Überforderung einzugestehen und offen zu kommunizieren.

FRANZISKA:

Sie sagt dann auch so Sachen wie - ja, wir waren damals auch erschöpft - aber es wird so als normal angesehen. Ja, was ihr heute habt. Was habt ihr denn auszustehen? Die haben halt einfach nicht drüber geredet, also das war wirklich tabu. Auch über Gefühle zu reden. Selbst in der Generation meiner Eltern. Ich glaube, dass wir ne Generation sind, die über Gefühle reden. Wir sollten uns mehr zuhören. Nicht so dieses naja komm, da müssen wir alle durch und so, sondern viel mehr füreinander da sein.

ERZÄHLERIN:

Um mehr gegenseitige Unterstützung und Austausch unter Müttern zu initiieren, gründete Franziska im letzten Jahr einen Frauenkreis. Ein regelmäßiges Zusammenkommen mit der Idee, dass Mütter sich auch außerhalb des Treffens gegenseitig unterstützen und weniger mit ihren Problemen alleine sind.

FRANZISKA:

Genau, also der Impuls war ja und die große Frage, was braucht es, um irgendetwas zu verändern und das war halt für mich so, ok, ich möchte diesen Raum schaffen, dass sich Mütter miteinander verbinden können.

Ich habe mich damals auch alleine gefühlt mit dieser Gesamtsituation. Ich war ja dazu auch noch alleinerziehend, also allein mit einem Säugling. Und ich habe ganz viel gejammert, auch. Und ich habe immer gedacht, was ist mit den anderen? Aber habe immer gedacht, weil die einen Partner haben, so, aber eigentlich geht es wirklich vielen Frauen so. Und jede ist in ihrer eigenen Erschöpfung gefangen. Aber irgendwie müssten wir uns mehr verbinden. Und das hat mir damals gefehlt.

Also ich hätte mir das damals gewünscht. Dass es diese Gruppe gibt. Bei ganz vielen Dingen hätte ich mir einfach Frauen gewünscht, oder Menschen, die da sind füreinander.

ERZÄHLERIN:

Auch die Wissenschaft, sagt Franziska, hat es inzwischen belegt. Eine Studie des Deutschen Instituts für Wirtschaftsforschung zeigt, dass ihre Geschichte kein Einzelfall ist: In den sieben Jahren nach der Geburt eines Kindes verschlechterte sich das mentale Wohlbefinden von einem Drittel aller Mütter deutlich. Es äußerte sich in mentalem Stress, stressbedingtem und sozialem Rückzug, depressiven Verstimmungen und Angstgefühlen.

FRANZISKA:

Also ich bin jetzt erst - nach acht Jahren - an dem Punkt, wo ich sagen kann, ich Sorge gerade gut für mich. Die große Aufgabe von Frauen ist es, Dinge abzugeben und zu sagen: Nein.

*Gesang*

*„Sometimes I feel like a powerless woman“*

#### AUSSCHNITT PERFORMANCE:

Ich hatte ein Bild, eine Vorstellung von einer Mutter. Ich dachte, weil ich eine Frau bin, schaffe ich das auch allein. Aufgrund der Erfahrungen musste ich mir ein Zugeständnis machen: Eine Mutter schafft das nicht alleine. Dass Kinder groß werden können, braucht es mehr als eine und mehr als zwei Bezugspersonen. Warum machen eigentlich immer noch 80 Prozent der Frauen die Fürsorgearbeit? Wie wollen wir in unserer Gesellschaft leben? Wir brauchen eine Gesellschaft, die fürsorglich ist. Fürsorglichkeit hat kein Geschlecht. Jeder Mensch kann fürsorglich sein. Und was ist eigentlich Familie? Und wie wollen wir diese gestalten?

#### FRANZISKA:

Ja und mein Lösungsvorschlag oder meine Idee wäre eben, dass Kinder von vornherein ein vielfältigeres, offeneres Bild - Familienbild - kennenlernen. Weil sonst wiederholt sich die Geschichte einfach immer wieder.

Und das hat ja Mariam Tazi-Preve auch gesagt; so wie es den Muttermythos gibt, gibts eben auch diesen Kleinfamilienmythos.

#### ERZÄHLERIN:

Franziska erzählt von der Politikwissenschaftlerin Mariam Tazi-Preve. Sie beschreibt, wie in deren Buch *„Das Versagen der Kleinfamilie: Kapitalismus, Liebe und der Staat“* die Kleinfamilie als Lebenskonzept hinterfragt wird.

#### FRANZISKA:

Was ich auch spannend finde, ist der Satz: *„Im ersten Schritt muss man vom Glauben abfallen, wie ich es nenne. Man muss aufhören zu glauben, dass die Kleinfamilie die ideale Form sei.“*

Diese romantische Vorstellung von Mutter, Vater und zwei Kindern.

Und ich habe immer wieder diesen Gedanken und den Wunsch nach einer Gemeinschaft, in der sich mein Kind frei bewegen kann. Hier im Haus wohnen auch Kinder, die spielen auch miteinander, ich würde mir halt einfach noch mehr Gemeinschaft wünschen, wo man sich sehr viel mehr noch teilt.

Und spannend auch, wie kann ich Menschen ins Boot holen, die vielleicht keine Kinder wollen, also die aber trotzdem sagen würden, ok, ich kann mich vielleicht mal kümmern oder so. Es müssen ja auch nicht immer alle Kinder wollen.

#### ERZÄHLERIN:

Für Franziska ist klar, was sich verändern muss: Wir brauchen ein neues Mutterbild. Mutterschaft sei etwas Hochindividuelles und für jede Frau völlig anders. Und: Wir brauchen mehr Gemeinschaft. Gemeinschaft jenseits der Kleinfamilie. Mutterschaft geht uns alle etwas an.