Was *schulden* wir unseren *ELTERN?*

Fast alles im Leben können wir uns aussuchen, Vater und Mutter nicht. Deutschlands führende Familientherapeutin ANKE LINGNAU-CARDUCK über Dankbarkeit – und wie unsere wichtigste unfreiwillige Beziehung harmonisch gelingen kann

Mutter oder Vater sind jetzt über 80 Jahre alt und werden plötzlich unheilbar krank. Muss ich mich um sie kümmern, Frau Lingnau-Carduck?

Lingnau-Carduck: Nein, Sie *müssen* nicht. Aus philosophischer Sicht schon mal gar nicht: Was können *Sie* dafür, dass und durch wen Sie auf die Welt gekommen sind? Fast alles im Leben können wir im Prinzip selbst bestimmen: Wie und wo und mit welchem Partner wir leben, was und für wen wir arbeiten, ob wir Kinder wollen und wer unsere Freunde sind. Nur eines im Leben können wir uns nicht aussuchen: Wer unsere Eltern sind. Von den Geschwistern jetzt mal abgesehen. Es ist eine Beziehung ohne Alternative, die uns zwangsläufig zusammenschweißt.

Immanuel Kant, einer der ganz Großen in Sachen „Was wirklich zählt", meinte, wir seien zwar ohne Einwilligung auf die Welt gekommen – es gäbe aber die „Tugendpflicht der Dankbarkeit" …

Das hieße ja, wir hätten etwas quasi „auf Pump" bekommen, was wir zurückzahlen müssten. Eine Schuld. Ich glaube, das denken unsere Eltern so auch nicht. Natürlich haben sie uns oft die besten Jahre ihres Lebens gewidmet. Natürlich glauben sie, sie hätten stets ihr Bestes gegeben – wobei sie oft aus jener Nachkriegsgeneration stammen, in der man nicht in der Lage war, all jenes zu geben, was heute selbstverständlich erscheint, auch und oft vor allem emotional. Die Kriegskinder von früher sind heute die alten Menschen.

Haben diese denn nicht trotzdem Dankbarkeit verdient?

Aus meiner Erfahrung als Familientherapeutin: Dankbarkeit ist ein ganz großer Beweggrund und ein wunderbares Gefühl. Aus Dankbarkeit, am Leben zu sein. Und aus Liebe darüber. Immanuel Kant würde sich freuen, wenn er noch lebte und mitbekäme, was ich oft in meiner Praxis zu hören bekomme. Aber das ist etwas ganz anderes als ein *Schuld*gefühl!

Also schulden wir unseren Eltern nichts?

Nein. Ich beobachte aber bei vielen Ratsuchenden eine ungute Mischung aus sozialem Druck und schlechtem Gewissen. Aus Erwartungen, die an die Menschen herangetragen werden, und solchen, die sie an sich selbst haben.

Und welche Fragen richten Sie dann an Ihre Klienten?

Was wollen Sie denn wirklich, also Sie persönlich? Was möchten Sie Ihren Eltern geben? Und aus welchem guten Grund? Aus Dankbarkeit, Mitgefühl, Empathie? Oder bloß aus der Einsicht heraus: Es gibt sonst niemanden, der sich kümmern könnte? Das sind alles bessere Gründe als das Gefühl, einer wie auch immer geachteten Konvention folgen zu müssen. Denn das ist ja das Problem mit den Konventionen: Sie passen heute meist hinten und vorn nicht mehr.

Können Sie ein Beispiel nennen?

Das Mehrgenerationenhaus, in dem sehr junge, mittelalte und sehr alte Menschen sich unter einem Dach umeinander kümmern, ist zwar ein Modell, das immer mehr Menschen attraktiv finden, aber es ist von der Lebenswirklichkeit der meisten Leute doch meilenweit entfernt. Kinder und Eltern leben heute nicht nur in unterschiedlichen Haushalten, sondern oft auch in verschiedenen Städten, gar nicht so selten sogar in verschiedenen Ländern. Die Töchter, die früher oft die Pflege der Eltern übernahmen, haben außerdem Berufe, die sie nicht aufgeben können. Und die meisten Eltern wollen das auch gar nicht.

> „Sagen Sie einfach: Liebe Eltern, ihr seid meine Wurzeln, ein wichtiger Teil meines Lebens. Und ich helfe euch heute gerne, aus Dankbarkeit. Aber nicht, weil ich es muss"
>
> Anke Lingnau-Carduck

Warum nicht?

Ich habe schon viele alte Menschen kennengelernt, die von ihrer Gebrechlichkeit genauso kalt erwischt wurden wie ihre Kinder. Sie sind bis vor Kurzem noch durch die Welt gereist, haben die höchsten Berge bestiegen, waren tolle Großeltern – und können oder wollen nun lange nicht akzeptieren, dass das alles nicht mehr gehen soll. Und sie wollen nicht, dass ihre Kinder darunter leiden.

Muss ich ein schlechtes Gewissen haben, wenn ich mich aufgrund meiner eigenen Lebensumstände nicht um die Eltern kümmern kann?

Was eine gute Tochter, ein guter Sohn ist, das können nur Sie entscheiden.

Heißt das für die Eltern: Ihr habt da eigentlich wenig zu sagen?

Ja. Und das darf man durchaus heikel finden.

Anke Lingnau-Carduck

Die Familientherapeutin und Dozentin Anke Lingnau-Carduck (57) berät in ihrer Praxis in Haan bei Düsseldorf. Sie ist seit 2019 Vorsitzende der Deutschen Gesellschaft für Systemische Therapie, Beratung und Familientherapie (DGSF)

Denn frühere Gesellschaften hatten sich ja auf Regeln und Konventionen geeinigt, um das Zusammenleben der Menschen von der Gefühlslage ihrer einzelnen Mitglieder unabhängig zu machen. Aber wir leben nun im 21. Jahrhundert, und viele dieser Pflichten haben wir auf den Staat, die Gesellschaft delegiert. Mit durchaus plausiblen Gründen – und wir alle zahlen ja auch dafür, auch die Betroffenen. Die Pflegeversicherung ist ja kein Almosen, auch wenn sie vorne und hinten nicht reicht.

Erleben Sie es, dass erwachsene Kinder die Beziehung zu ihren Eltern beenden möchten, weil ihnen spät klar geworden ist, dass es eben doch keine schöne Kindheit war?

Das kommt sogar häufig vor. Wenn Kindern klar wird, dass es ja nicht selbstgewählt ist, wer die Eltern sind. Dass es früher nicht so schön war, wie die Eltern denken. Und sie sagen möchten: Ich brauche hier eine Trennung.

Können Eltern denn mit so einer harten Entscheidung leben?

Ihnen bleibt ja nichts anderes übrig. Obwohl sie das nicht immer verstehen. Sie können sich schlecht in die Schuhe ihrer Kinder stellen und aus ihren Augen gucken. Bei Eltern bleibt häufig ein Unverständnis zurück. Ich habe aber viele Familien begleitet, die nach langer Zeit von solchen Trennungen wieder eng zusammengefunden haben. Nicht selten wegen eines Schlaganfalls bei der Mama oder Papas Herzinfarkt. Ich habe das oft erlebt: Eltern verstehen plötzlich: Ich muss jetzt nicht mehr meine Stärke nach außen kehren. Ich muss zulassen, dass auch meine schwache Seite gesehen wird. Sie hatten ja immer die Vorstellung: Ich bin die starke Leitplanke für meine Kinder. Sie wollten immer alles richtig machen.

Und dann?

Manchmal bietet eine ehrliche, schonungslose Aussprache unter dann ja Erwachsenen die Chance für eine neue Harmonie, oder zumindest eine späte Versöhnung. Aus der Erkenntnis heraus: Wir Kinder *müssen* uns nicht um unsere Eltern kümmern – aber wir sind viel glücklicher, wenn wir es *freiwillig* tun.

INTERVIEW **THORSTEN EHRENBERG** FOTO **BARBARA BECHTLOFF**