



Lieselotte Ahnert ist  
Professorin für Angewandte  
Entwicklungspsychologie an  
der Universität Wien

# Was ist eine »gute Mutter«?

Viele Frauen sind unsicher, wie sie mit ihrem Baby umgehen sollen, verwirrt von Ratschlägen aus Büchern und von Freundinnen.

Die Entwicklungspsychologin Lieselotte Ahnert rät Müttern, vor allem auf ihr Gefühl zu hören. Aber sie sagt auch: Frauen sollten sich nicht ausschließlich über ihre Kinder definieren

Interview: CLAUS PETER SIMON;  
Fotos: ANDREAS NESTL

**GEO WISSEN: Frau Professor Ahnert, können Sie die Frage beantworten, was eine gute Mutter ist?**

Professor Lieselotte Ahnert: Das ist natürlich alles andere als einfach zu sagen. Denn die Frage suggeriert ja, dass es einen festen Kriterienkatalog gibt oder gar ein Patentrezept. So etwas existiert aber nicht. Der renommierte britische Bindungsforscher Donald Winnicott rät, dass wir uns von der Vorstellung einer idealen Mutter verabschieden sollten. Er spricht stattdessen von der „good enough mother“, also von der „hinreichend guten Mutter“.

**Wieso sollten Kinder mit weniger zufrieden sein als mit einer idealen Mutter?**

Da die klassische Hausfrau und Mutter ausgedient hat, werden Mütter heute von vielen Seiten mit Anforderungen überhäuft: Sie sollen in unserer modernen Welt beruflich eingebunden sein und dort weiterkommen, sich jedoch auch hingebungsvoll um Familie und Kind kümmern, ein abwechslungsreiches Familienleben organisieren und dem Mann Partnerin und Geliebte sein.

Das ist ein großes Programm, das über viele Lebensjahre aufrechterhalten werden soll und unweigerlich zur Überforderung führt, wenn die Kräfte nicht richtig verteilt werden.

Dabei ist es auch ein Mythos, zu glauben, dass nur in den ersten zwei oder drei Jahren das Fundament für alles gelegt wird, was später aus dem Kind wird. Mütter – wie übrigens auch Väter – müssen sich auf viele Jahre der Entwicklungsbegleitung einstellen und sich an die wechselnden Anforderungen anpassen, die die wachsende Kindheit, aber auch Jugendzeit und Pubertät mit sich bringen. Elternschaft ist nicht kündbar, was in der Konsequenz heißt,

**»Nicht nur in den ersten zwei, drei Jahren wird das Fundament für das spätere Leben gelegt«**

dass die Ressourcen für diese Aufgabe gepflegt werden müssen. Frauen müssen deshalb, um gute Mütter zu sein, auch auf ihre Bedürfnisse neben der Mutterrolle achten. Sie sind gut beraten, wenn sie ihr Leben nicht allein über das Muttersein definieren.

**Was heißt denn das konkret: eine „hinreichend gute“ Mutter?**

Der zentrale Begriff ist für mich zunächst die „Feinfühligkeit“ im Umgang mit dem Kind: Man muss dessen

Bedürfnisse erkennen, sich auf den Nachwuchs einlassen und ihm helfen, unsere komplizierte Welt zu erkennen und sich in ihr zurechtzufinden. Das Was und Wie des Einlassens und Unterstützens unterliegt dabei den Möglichkeiten, die Mütter von ihren eigenen Einstellungen und Erfahrungen her einsetzen können und wollen. So entstehen verschiedenste Varianten des Mutterseins, die alle stets „hinreichend gut“ sind.

**Und was ist demgegenüber für Sie eine eindeutig schlechte Mutter?**

Eine, die alles laufen lässt, die davon ausgeht, dass ein Kind von selbst bekommt, was es braucht; eine Mutter, die an den kindlichen Bedürfnissen kaum interessiert ist und sie auch nicht erkennt. Allerdings ist es auch wenig hilfreich, zu viel in die kindlichen Bedürfnisse hineinzulegen und sie nach eigenen Vorstellungen ausrichten zu wollen. Das Kind einer solchen Mutter kann kaum eigene Lernerfahrungen machen und keine Selbstwirksamkeit entwickeln; es kann kaum erfahren, dass es das, was es tun will, auch tun kann – und damit verstanden wird.

**Worin besteht denn der Unterschied zwischen einer solchen Überbehütung und der Feinfühligkeit?**

Bei der Feinfühligkeit steht eine Kindesorientierung im Vordergrund,

bei der Überbehütung geht es zumeist um eine Erwachsenenorientierung, bei der die Eltern viele Erwartungen und Wünsche in das heranwachsende Kind projizieren. Wenn das Kind dann unter dieser Maßgabe betreut wird, stellt sich die Frage, wie es seine Autonomie entwickeln kann. Denn es erlebt sich ständig als unvermögend und fremdbestimmt, anstatt sich auszuprobieren und auch eigene Ziele zu verfolgen.

**Wann beginnt die Entwicklung der kindlichen Autonomie?**

Schon ein Baby erlebt relativ früh, dass es etwas bewältigen kann und dass es sich gut anfühlt, selbstwirksam zu sein.

**Was ist die Rolle der Mutter dabei?**

Sie muss Unterstützung geben, wo es nötig ist, dabei aber den Blick auch auf die „Zone der nächsten Entwicklung“ richten, wie es in der Pädagogik heißt. Dies bedeutet, dass es für Eltern gut ist, sich den derzeitigen Entwicklungsstand des Kindes vor Augen zu führen, dass sie sich aber stets auch fragen sollten, was die nächsten Entwicklungsschritte sind – und wie sie die unterstützen können. Hat das Kind beispielsweise im Bilderbuch ein Schaukelpferd entdeckt, könnte es angeregt werden, die eigene Motorik auch einmal auf einem echten Schaukelpferd auszuprobieren.

**Mütter machen sich meist sehr viele Gedanken um den richtigen Umgang mit dem Kind, lesen Ratgeber, sprechen mit Freundinnen. Auf was kann man sich am besten verlassen?**

Vor allem zunächst auf das eigene Einfühlungsvermögen, denn in den ersten sechs Monaten läuft gewissermaßen ein „intuitives Elternprogramm“ ab – beim Vater wie bei der Mutter. Es liegt in unserem evolutionären Erbe, das Eltern in der Regel genau das machen, was im Kontakt mit einem Baby nötig ist: Sie halten jenen Abstand ein, von dem wir wissen, dass das Kind sie so am besten sehen kann; sie sprechen in einer Tonlage, die für das Baby am

angenehmsten ist; und sie übertreiben Gestik und Mimik, um sich leichter verständlich zu machen.

**Wieso lassen sich Mütter heutzutage so schnell verunsichern und vertrauen nicht auf diese Gefühle?**

In unserer Wissensgesellschaft wollen wir immer alles genau wissen. Die Buchläden sind voller Ratgeber, die sich leider allzu oft widersprechen, da die frühe Kindheit ein noch junges Wissensgebiet ist und daher zu wenig erforscht. Außerdem werden zu voreilig Schlussfolgerungen aus dem derzeitigen Wissen gezogen. Anstatt viele Ratgeber miteinander zu vergleichen, erscheint es mir daher sinnvoller, sich über grundlegende Entwicklungsprozesse eines Kindes zu informieren, womöglich in einem Elternseminar. Dort könnte man dann auch von den Erfah-

rungen anderer Eltern profitieren, da den Müttern heutzutage zumeist ein Austausch in der eigenen Familie fehlt, also etwa mit Tanten oder Cousinen.

**Machen sich Frauen heute zunehmend Illusionen darüber, welche große persönliche Investition an Zeit und Zuneigung mit einem Kind verbunden ist?**

Beim ersten Kind werden die Anforderungen tatsächlich in der Regel unterschätzt. Es kommt dann sehr darauf an, wie die Frauen unterstützt werden, damit sie ihre Mütterlichkeit angemessen entwickeln können.

**Gefährdet es die Entwicklung eines kleinen Kindes, wenn es für mehrere Stunden täglich in eine Krippe kommt?**

Das ist eine zentrale Frage, welche die Erforscher der frühen Kindheit seit vielen Jahren bewegt. Sie konnten feststellen, dass eine Mutter die enge Bindung zu ihrem Kind aufrechterhalten kann, selbst wenn es schon sehr früh von anderen Personen mitbetreut wird. Wenn sich die Mutter in der verbleibenden Zeit weiterhin feinfühlig um das Kind kümmert und es in der

**»Die »natürliche«  
Betreuung des  
Kindes war nie eine  
rein mütterliche«**



Beim ersten Kind unterschätzen viele Frauen die Anforderungen an die Betreuung, sagt Lieselotte Ahnert

Entwicklung fördert, bleibt auch die Qualität ihrer Beziehung zum Kind bestehen.

***Eine Mutter muss demnach nicht unbedingt Wert darauf legen, dass sie alleinigen, exklusiven Zugang zum Kind hat?***

Keineswegs. Andere Bezugspersonen stören die Entwicklung eines Kindes in der Regel nicht – ganz im Gegenteil: Vielfältige Erfahrungen nutzen der Entwicklung des kindlichen Sozialverhaltens.

In der Menschheitsgeschichte war über Jahrtausende die kollektive Unterstützung durch Verwandtschaft, Freunde, Nachbarn wichtig, um ein Kind groß zu kriegen. Eine Mutter konnte vor allem in den harten Lebenswirklichkeiten unserer Vorfahren auch mal völlig ausfallen. Die „natürliche“ Betreuung des Kindes war daher nie eine rein mütterliche.

***Wie wichtig ist es, dass eine Mutter schon ihrem sehr jungen Kind den Kontakt zu Gleichaltrigen ermöglicht?***

In einem solchen Kontakt entstehen bereits am Ende des zweiten Lebensjahres Kompetenzen, die das Kind bei dem Umgang mit Erwachsenen nicht erwerben kann; es ergeben sich also Entwicklungsimpulse. So lernt das Kind auf diese Weise etwa, sich mit Situationen „auf Augenhöhe“ zu arrangieren, Konflikte auszuhandeln und Kompromisse zu schließen.

Im Kontakt mit Erwachsenen kann ein Kind dies nicht lernen, da sie sozial kompetenter sind und eine bessere Lösung schnell finden.

***In Deutschland wird das System der Kindertagesstätten massiv ausgebaut – andererseits setzen viele Eltern auf Tagesmütter. Was ist die bessere Alternative?***

Wir haben in Wien und Niederösterreich 2011 eine aufwendige Studie gemacht, bei der Kleinkinder bei ihren Tagesmüttern und zu Hause beobachtet und untersucht wurden. Dabei haben wir festgestellt, dass die Bindungs-



Bei Kleinkindern ist die Bindung zu Tagesmüttern meist besser als zu Kita-Betreuerinnen, so Lieselotte Ahnert

qualität der Kinder zu ihren Tagesmüttern in der Regel besser war als bei Kindern, die in Kitas gehen.

***Was genau ist der Vorteil der Tagesmütter?***

Sie können besser individuell auf die Kinder eingehen, was sicher vor allem damit zusammenhängt, dass sie prinzipiell weniger Kinder betreuen als eine Erzieherin – und ihre Beziehung zu den Eltern des Kindes viel persönlicher ist. Auch wird die Betreuungsqualität einer Tagesmutter mit ihrer Person verbunden, während bei den Kitas die gesamte Einrichtung dafür geradesteht, die Einblicke dabei für die Eltern jedoch nicht immer so greifbar vorhanden sind.

***Muss man dann nicht fragen, warum in Deutschland ein derart hoher Aufwand im Krippenausbau betrieben wird, wenn eine kinderliebe Frau das offenbar auch hinbekommt?***

Unsere Studie hat ausdrücklich nur Kinder bis zum Alter von 24 Monaten beobachtet. Und da haben gut ausgebildete Tagesmütter Vorteile. Es kommt eben auf die individuelle Betreuung durch eine liebevolle Erwach-

sene an. Da die Kinder zudem sehr viel durch Imitation lernen und sie Erwachsene viel lieber als Gleichaltrige imitieren, hat diese Betreuungsart einen zusätzlichen Vorteil – immer vorausgesetzt, dass die Tagesmutter sich engagiert kümmert. Später dagegen profitieren Kinder mehr und mehr von den Bildungsangeboten guter Kindertagesstätten. Die gruppenbezogenen Strategien der Kitas stellen dann neue Herausforderungen an das kindliche Lernen dar, die für die wachsenden geistigen Leistungen in dieser Entwicklungsstufe unabdingbar sind.

***Eine letzte Frage: Kann ein Vater eine ebenso gute Mutter sein wie die tatsächliche Mutter?***

Stillen kann er nicht, aber alles andere können Väter ähnlich gut.



Lieselotte Ahnert, 62, hat vor allem zur Entwicklung von Kleinkindern in familiärer und außerfamiliärer Betreuung gearbeitet. Sie ist Autorin des Buches »Wieviel Mutter braucht ein Kind?«.