Sozialpsychiatrischer Dienst Psychiatrische Klinik Königsfelden

Vortrag vor dem Hauspflegeverein Villnachern am 16.3.1981
von U. Davatz

Ablösungskonflikt zwischen erwachsenen "Kindern" und ihren betagten Eltern

Der Begriff des Ablösungskonfliktes wurde in der Adoleszentenpsychiatrie geprägt. Er bezeichnet die Schwierigkeiten, Auseinandersetzungen und Probleme, die auftreten zwischen Eltern und heranwachsenden Jugendlichen während der Phase, da sich die Kinder von ihren Eltern emotionell und finanziell vermehrt selbständig machen. Meist fängt diese Phase mit der Pubertät an und ist normalerweise beendet, sobald das Kind aus dem Haus ausgezogen ist und finanziell auf eigenen Beinen steht. Oft wurde diese Phase auch beendet durch die Verheiratung des Kindes. Die Heirat eines Kindes scheint für die Eltern ein akzeptierter sozialer Markstein zu sein, der sie veranlasst, sich vermehrt von ihrem Kinde zurückzuziehen, es mehr freizugeben und als selbständiges Individuum zu betrachten. Man hört in dieser Hinsicht auch oft Aussprüche von den Eltern wie "jetzt ist er/sie verheiratet, jetzt muss er selber wissen was er will". Die gleichen Eltern würden es aber bei einem nicht verheirateten gleichaltrigen Kinde als absolut normal ansehen, diesem Kinde noch intensiv "drein zu reden", ihm versuchen mit allen möglichen Mitteln klar zu machen, was gut ist und was nicht.

Im Vergleiche zu früher ist diese Ablösungsphase heute oft verlängert, verursacht durch die Tatsache, dass die Ausbildungszeit und somit die finanzielle Abhängigkeit des Jugendlichen meist viel länger dauert. Dazu kommt, dass viele junge Leute erst später heiraten heutzutage, vielleicht gerade aus diesem Grunde der verlängerten Ausbildungszeit, und somit fällt auch der Stimulus zur Ablösung, die Heirat weg!

https://adhs.expert

Diese Veränderungen der sozialen Umstände bringen notgedrungen eine Verlängrung des Ablösungskonfliktes mit sich, was vielen Jugendlichen sowie Eltern schwer zu schaffen macht.

Wir wollen hier jedoch nicht näher auf den Ablösungskonflikt zwischen adoleszentem Kind und seinen Eltern eingehen, sondern diesen nur als Einleitung für unser Thema verwenden. Der Ablösungskonflikt zwischen erwachsenen Kindern und ihren Eltern kann von zwei verschiedenen Gesichtspunkten her betrachtet werden, dem Gesichtspunkt der finanziellen und der emotionellen Loslösung. Obwohl beide Vorgänge meist verknüpft sind, können sie sehr unterschiedlich verlaufen in bezug auf den Grad der Ablösung. So kann ein Sohn oder eine Tochter, obwohl schon für viele Jahre finanziell unabhängig, emotionell noch sehr stark an seine/ihre Eltern gebunden sein. Diese starke emotionelle Bindung braucht nicht weiter zu Konflikten zu führen solange sie nicht andern Interessen oder Bindungen der Familie entgegenläuft. Sie mag sich lediglich darin ausdrücken, dass sich Mutter und Tochter (bzw. Mutter und Sohn oder Vater und Tochter, Vater und Sohn) sehr oft treffen und sehr viel persönliche, intime Informationen austauschen. Die enge Bindung kann aber dann zu Konflikten führen, wenn der angeheiratete Ehepartner den Eindruck bekommt, er komme zu kurz in seiner ehelichen Beziehung, d.h. wenn die Frau z.B. findet, ihr Ehemann sei mehr mit seiner Mutter als mit ihr verheiratet, oder der Mann findet, seine Frau sei nur an ihre Mutter gebunden und lasse sich von dieser zu fest beeinflussen und er habe gar nichts zu sagen. In solchen Situationen kann es dann oft zu einem langwierigen Seilziehen zwischen den verschiedenen Parteien kommen, das oft zu grossen Spannungen in der ganzen Familie führt und solche Spannungen auf die Kinder überträgt. Besonders schwierig und nervenaufreibend kann es werden, wenn alle Parteien noch im gleichen Hause wohnen oder zumindest sehr nahe beieinander. Demjenigen Individuum, das speziell stark an seine Eltern gebunden ist, d.h. das den emotionellen Ablösungskonflikt noch nicht ganz bewältigt hat, fällt es oft schwer, seiner Mutter oder seinem Vater oder beiden gegenüber bestimmte Grenzen zu ziehen, aus Angst, man könnte die Eltern verletzen. Gleichzeitig gibt man aber etwas von sich selbst auf und kompromitiert auch seine eigenen Familienmitglieder, d.h. man bringt ein chronisches Opfer, das nach einiger Zeit meist zu starken inneren und auch interpersonellen Spannungen

https://adhs.expert

führt, die sich dann in einem oder mehreren der Familienmitglieder in Form eines Krankheitssymptomes niederschlägt. Das Krankheitssymptom kann in einem der Ehepartner oder in einem Kinde auftreten, in letzterem oft auch erst viele Jahre später, z.B. in Form einer psychischen Erkrankung. Der Konflikt kann auch zu einer Scheidung führen.

Ein weiteres Beispiel für einen Zeitpunkt, bei welchem der nicht gelöste Ablösungskonflikt zwischen Eltern und erwachsenem Kind oft zum Ausdruck kommt, ist der Augenblick, da die Eltern gebrechlich werden und die Frage aufkommt, ob sie in ein Altersheim oder zu einem Sohn oder einer Tochter ziehen sollen. Demjenigen Individuum, das die emotionelle Ablösungsphase nicht ganz durchgemacht hat, wird es in diesem Augenblicke sehr schwer fallen zu sagen: "Nein, ich kann meine Mutter/meinen Vater nicht zu mir nehmen"; selbst wenn die gegebenen Umstände denkbar ungünstig sind. Man wird sich versuchen einzurichten, trotz schwieriger Umstände mit kleiner Wohnung etc., und obwohl man es persönlich fast nicht verkraftet und selbst wenn die Mutter oder der Vater noch so schwierig ist und alle Familienmitglieder wieder ein chronisches Opfer bringen müssten. Die Worte lauten dann oft : "Ich bringe es nicht übers Herz, die Mutter wegzugeben, ich kann ihr dies doch nicht antun". Dann aber auch wieder: "Ich halte es fast nicht mehr aus zusammen mit meiner Mutter (oder Schwiegermutter) zu leben, ich werde noch wahnsinnig".

In einem solchen Falle pflegen die Hausärzte oft helfend einzugreifen, indem sie der erwachsenen Person dringend anraten, die Mutter oder den Vater ins Altersheim zu schicken, was dann zu einer gewaltsamen Ablösung führt und nicht zu einer eigentlichen Verarbeitung des Ablösungskonfliktes. Obwohl viele Menschen für das Abnehmen dieses schmerzhaften Entscheides dankbar sind, hat man aus familientherapeutischer Sicht die Erfahrung gemacht, dass es besser ist, wenn das erwachsene Individuum es selbst fertigbringt, sich durch diesen Ablösungskonflikt hindurchzuarbeiten, so schwierig und schmerzhaft dies auch immer sein mag, und sich nicht einfach nach einem von aussen gegebenen Befehl richtet. Hiermit soll nicht etwa zum Ausdruck kommen, dass man betagte Eltern auf jeden Fall ins Altersheim abschieben soll. Ein jeder muss sich seine Lösung <u>selbst erarbeiten</u>, wie er am besten mit seinen betagten Eltern umgeht.

https://adhs.expert

Eine andere Art und Weise, wie sich Ablösungskonflikte zwischen erwachsenen Kindern und Eltern ausdrücken kann, ist in Form von ausgedehnten Erbstreitigkeiten.

Eine bewusste Verarbeitung des Ablösungskonfliktes im Erwachsenenalter ist aus dem Grunde sehr wichtig, da sich der Konflikt wie schon erwähnt oft auf die Kinder überträgt und dort zu mehr oder weniger starken Störungen führen kann, die psychischer oder verhaltensmässiger Natur sein können. Auch wenn man die genauen Uebertragungsmechanismen vielleicht noch nicht kennt, kann man doch anhand von detaillierten Familienanamnesen feststellen, dass gerade die emotionell stärker gestörten Individuen, wie z.B. Schizophrene, oft aus einer Familie stammen, bei welcher diese Ablösungsphase eigentlich nie durchgemacht wurde, d.h. der Ablösungskonflikt nie klar ausgetragen wurde und somit auch nie abgeschlossen werden konnte. Ja, man ist sogar der Ansicht, dass sich dieser Konflikt nicht nur auf die nächstfolgende Generation zu übertragen braucht, sondern auch von Generation zu Generation weitergeschleppt werden kann.

Aus diesem Grunde scheint es uns ausserordentlich wichtig, dass der Ablösungsphase zwischen einem erwachsenen Kind und seinen betagten Eltern genauso grosse Beachtung geschenkt wird wie der Ablösungsphase eines adoleszenten Kindes. Ein jeder, der einer Familie, die an dieser Nahtstelle ihres Lebenszyklus steht, eine Hilfestellung anbieten kann zur Erarbeitung dieses schwierigen Entscheidungsprozesses ohne den Entscheid der Familie abzunehmen, hat einen wichtigen Beitrag zur Gesundheit der nächstfolgenden Generation geleistet.

9.3.1981/Da-we

https://adhs.expert