

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 93 (2015)
Heft: 4

Artikel: Der schmerzhafteste Riss zwischen den Generationen
Autor: Novak, Martina
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1078827>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 04.05.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Der schmerzhafteste Riss zwischen den Generationen

Wenn erwachsene Kinder den Kontakt zu den Eltern abbrechen, ist dies für sie häufig der einzige Ausweg aus einer jahrelangen belastenden Situation. Für die Eltern bedeutet die plötzliche Funkstille in den meisten Fällen eine Katastrophe. Vier Mütter erzählen, wie es dazu kam und wie sie damit umgehen. Von Martina Novak, mit Illustrationen von Stephan Schmitz

Zu Weihnachten und an Geburtstagen ist es am schlimmsten. Kein Lebenszeichen von Tochter oder Sohn, kein selbst gemaltes Kärtchen oder Foto der Enkelkinder. Keine Hilfe von den Nächsten, wenn man sie bräuchte. Keine Liebe von dem Menschen, dem man das Leben geschenkt hat. Nur Funkstille und die quälende Frage, warum das eigene Kind den Kontakt abgebrochen hat.

Verlassene Eltern sind Mütter und Väter, denen die heranwachsenden oder erwachsenen Töchter und Söhne mitten im Leben den Rücken kehren. Nach einer Auseinandersetzung, begleitet von einem Brief oder ganz wortlos zieht sich der Nachwuchs zurück und hinterlässt Verzweiflung und Ratlosigkeit. Telefonanrufe werden nicht angenommen, Briefe und Pakete ungeöffnet an den Absender zurückgeschickt, bei zufälligen Begegnungen auf der Strasse wird demonstrativ weggeschaut.

Die Konsequenz, mit der viele erwachsene Kinder jeglichen Kontakt zu den Eltern vermeiden, ist brutal. «Auch Schweigen ist eine Art Kommunikation, mit der eine stille Botschaft an die Mitwelt gesendet wird, in der einfachsten Form, dass man mit ihr – der Welt und den anderen – nichts mehr zu tun oder gemein haben will», schreiben Ursula Schröter und Dieter Kirhhöfer in ihrer Publika-

tion «Zerrissene Familien: Generationskonflikte und Kontaktabbrüche».

Indem sie das eigentlich unzertrennbare Band zwischen sich und den Eltern lautlos durchschneiden, gehen erwachsene Kinder auf Distanz. Sie entziehen sich dem Einfluss ihrer Erzeuger, die sie ihrer Meinung nach nicht verstehen, kritisieren, unterdrücken oder ungerecht behandeln. Die Väter und Mütter hingegen sind sich dessen vielfach nicht bewusst und fallen aus allen Wolken.

Verschiedene Gründe

Damit zwei Menschen sich entzweien, braucht es zwei, sagt der Volksmund. Nicht immer geht einem Kontaktstopp ein handfester Streit oder eine Auseinandersetzung, Gewalt oder ein Übergriff voraus. Ebenso können latente Probleme und Unstimmigkeiten dazu führen, dass sich Kinder von ihren Eltern lossagen, sobald sie die Verantwortung für ihr Leben übernehmen. «Ein Bruch passiert nicht von heute auf morgen, er ist meist das Resultat von Vorfällen, nachdem sich das Kind oft schon jahrelang innerlich zurückgezogen hatte», erklärt der deutsche Psychologieprofessor Hartmut Kasten in der Zeitschrift «Psychologie compact».

«Warum nur?», fragen verlassene Mütter verzweifelt. «Ich habe doch nur sein (oder ihr) Bestes gewollt und alles dafür getan!» Und übersehen dabei, dass sie möglicherweise dem Sohn oder der

Tochter ihren Willen aufgezwungen, dem längst erwachsenen jungen Menschen keine Möglichkeit zur Selbstbestimmung gelassen haben. Besonders in Familien, in denen keine gute Gesprächskultur herrschte, ist der Rückzug ins Schweigen die einzige Möglichkeit für ein schwächeres Mitglied, um sich zu schützen. Funkstille als Schutzraum, manchmal für eine beschränkte Zeitspanne, bis sich die Wogen geglättet haben, manchmal für immer.

Maria Steiner* wird seit 18 Jahren von ihrer Tochter Denise* abgewiesen. Jegliche Versuche der Mutter, an sie heranzukommen, scheiterten. Weder Weihnachtskarten noch Geburtstagsgeschenke erreichten Denise, sie warf sie ungelesen fort oder liess sie postwendend zurückgehen. Einzig mit dem jüngsten Bruder telefoniert sie sporadisch, dieser versorgt die Eltern mit spärlichen Informationen. Dass sich die einzige Tochter als junge Erwachsene von Mutter und Stiefvater lossagte, während ihre drei Brüder samt Familien einen herzlichen Umgang mit diesen pflegen, das bereitet Maria Steiner auch nach so vielen Jahren noch immer grossen Kummer.

Die möglichen Gründe hat sich die 72-Jährige schon tausendmal überlegt. Konnte es Denise wirklich nicht verwinden, dass die Mutter vor Jahren ihre Be-

Lesen Sie bitte weiter auf Seite 12



ziehung zu einem deutlich älteren Mann missbilligte? Warum reagierte sie so heftig, als einer ihrer Brüder seine Frau verliess, um mit einer anderen ein Kind zu bekommen, und die Eltern die junge Familie unterstützten? «Sie hat uns vorgeworfen, dass wir wegen dieses ersten Enkelkinds alles machen würden», klagt Maria Steiner. Die Tochter zog in eine weit entfernte Stadt – und meldete sich nie wieder.

Sie selbst habe früher auch über ein Jahr lang zum Vater keinen Kontakt gehabt, erkennt Maria Steiner Parallelen zu ihrer eigenen Biografie, doch das habe sich wieder gegeben. Denise sei halt sehr «geradlinig». Was sie ganz besonders schmerzt: Die Tochter scheint nicht glücklich zu sein, ist partner- und kinderlos geblieben und musste aus gesundheitlichen Gründen sogar die Stelle aufgeben. So gerne würde ihr die Mutter helfen, wie sie es bei ihren Söhnen tut. Doch die Tochter blockt konsequent ab. «Im Frühling wird Denise fünfzig Jahre alt. Ich werde ihr auch diesmal wieder einen Brief zum Geburtstag schreiben und hoffen, dass sie endlich ein Lebenszeichen schickt. Ich gebe nicht auf», sagt Maria Steiner unter Tränen.

Unterschiedliche Werte

Auf den ersten Blick wirken erwachsene Söhne und Töchter, die ihren Eltern die Beziehung aufkündigen, als undankbar. Verständnis dafür, dass man die eigenen Eltern verleugnet, so wie man unerwünschte Freunde aus den sozialen Medien entfernt, hat kaum jemand. Auch wenn Kinder ihren Eltern niemals das zurückgeben können, was sie von ihnen an Liebe und Unterstützung erhalten haben, so sollten Jung und Alt zumindest ein formales Verhältnis unterhalten können, meint man.

Gegensätzliche Wertvorstellungen, so Soziologin Schröter und Erziehungswissenschaftler Kirchhöfer, scheinen die Hauptursache für den Abbruch von Beziehungen zwischen Jung und Alt zu sein. Der ungeschriebene Generationenvertrag mit den ökonomischen, sozialen und ethischen Aspekten wird von heutigen jungen Generationen anders ausgelegt. Schwindende Machtunterschiede zwischen Eltern und Kind, aber auch zwischen den Partnern, stärkeres Beharren der Kinder auf ihrem Recht zur Selbstbestimmung führen zu einer Neuinterpretation der Vorstellung von Elternschaft.

Laut Experten sind es die immer gleichen Reizthemen, die den Anstoss zum



Kontaktabbruch geben: neue Partner der Eltern, Partner der Kinder, Erziehung der Enkel, Finanzfragen. Nicht auszuschliessen sind auch psychische Störungen oder der Einfluss Dritter – etwa von Sekten. Jedenfalls sind die Faktoren, die letztlich zum Bruch führen, im Nachhinein oft besser zu erkennen als im Vorfeld. Wie Puzzleteile fügen sie sich zusammen. So wächst mit der Zeit zwar das Verständnis, der Schmerz nimmt aber nicht ab.

Erika Pfiffner* hat schon lange nicht mehr mit ihrem einzigen Sohn Peter* sprechen können. Um die zwanzig Jahre sei es her, seit sich der heute 44-Jährige von ihr und dem Rest der Verwandtschaft losgesagt hatte. Ohne Vorankündigung, dafür mit einer unerklärlichen Tat: Als der junge Mann und gelernte Zimmermann im Haus seines Onkels, mit dem und dessen Familie er sich sehr gut verstand, die Wohnung des verstorbenen Grossvaters renovieren sollte, um dann darin zu wohnen, riss er alles heraus – und tauchte ab. Für Erika Pfiffner ist es unerklärlich, warum ihr Sohn genau mit den Menschen brach, die ihm am nächsten standen. Denn Freunde oder Partnerinnen habe Peter eigentlich nie gehabt. Schon als Kleinkind habe er die Mutter zurückgestossen, wenn sie ihm vorsingen oder mit ihm kuscheln wollte. Auch in der Schule und in der Ausbildung sei er ein Einzelgänger gewesen, lieb und sozial zwar, aber immer allein.

Eigene Schuldgefühle

Die ehemalige Krankenschwester sucht wie viele Mütter die Schuld bei sich selbst: «Ich war nicht oft genug für mein Kind da. Nach der Scheidung von seinem leiblichen Vater musste ich ja für uns zwei Geld verdienen.» Zu gerne würde sie

jetzt, wo sie pensioniert ist, mehr Zeit mit dem Sohn verbringen. Per Mail hat sie ihm das auch schon mehrfach mitgeteilt. Eine Antwort darauf kam nie. Wenn sie Peter, der in der gleichen Stadt lebt und als Busfahrer arbeitet, zufällig begegnet, grüsst dieser sie höchstens knapp.

Eine Therapie bei einem Psychologen brach Erika Pfiffner ab, weil der nie auf ihr Hauptproblem eingegangen sei. Mit anderen Menschen mag sie nicht darüber sprechen. «Diejenigen, die mich gut kennen, wissen, was los ist. Anderen erzähle ich nichts davon. Es bringt ja doch nichts», sagt sie. Mit ehrenamtlichen Tätigkeiten und regelmässigen Ausflügen in die Natur lenkt sie sich ab. «Ich glaube, ich kann jetzt damit umgehen.» Im



Innersten hofft sie aber, dass der Sohn eines Tages zu ihr zurückkommt.

Verlassene Eltern haben nicht nur den Verlust ihres Ein und Alles zu bewältigen, sie werden auch von der Gesellschaft argwöhnisch beäugt. Da müsse ja etwas faul sein in der Familie, die Eltern hätten sich diese Trennung vom Kind sicher selbst zuzuschreiben, müssen sich Betroffene anhören. Sofern sie überhaupt über ihre familiäre Tragödie sprechen. Denn ein Kontaktabbruch ist ein Tabuthema. Zwar scheint es, dass zunehmend mehr Familien mit ähnlichen Problemen zu kämpfen haben, wie die Zulaufzahlen von Selbsthilfegruppen und Benutzerzahlen einschlägiger Internetseiten zeigen. Doch darüber zu sprechen fällt vielen unendlich schwer – Männern noch mehr als Frauen. Bei näherem Hinsehen fällt auf, dass beim Bruch zwischen Kindern und Eltern Väter oft als passiv Leidende erscheinen, während die Mütter mehr nach Erklärungen und auch nach Lösungen suchen.

Damit zwei Parteien, zwischen denen Funkstille herrscht, sich einander wieder annähern können, braucht es die Bereitschaft beider Seiten und viel Fingerspitzengefühl (siehe Interview mit Dominik Schöbi auf Seite 15). Ein allgemeingültiges Rezept, wie sich zerschnittene Familienbande reparieren lassen, gibt es nicht.

Auch Psychologen sind sich in ihren Empfehlungen nicht einig: Die einen raten den verlassenen Eltern zur völligen Distanz, andere machen Mut, eine Wiederannäherung immer wieder zu versuchen, die Kinder beispielsweise zu Familienfeiern einzuladen, auch wenn eigentlich Funkstille herrscht. Letztlich muss aber jede Mutter und jeder Vater den für sich selbst richtigen Weg finden, mit der Situation fertig zu werden und auch Rückschläge einzustecken. Bei manchen ist die Annahme der «Kündigung» so radikal wie diese selbst.

Die 69-jährige Eva Müller* ist so ein Fall. «Ich finde, dass ich mir nichts vorwerfen muss. Als Mutter darf man auch ein Mindestmass an Anstand erwarten. Daher bin ich zu stolz, meine Töchter darum zu bitten, dass sie mit mir reden», sagt sie. «Seit 14 Jahren habe ich nichts mehr von ihnen gehört, nachdem mir die Ältere im Streit die Türe zugeschlagen hatte. Es ist traurig, aber ich habe mich daran gewöhnt. Irgendwann werden sie in der Zeitung lesen, dass ich gestorben bin.»

Besonders schmerzhaft ist es, wenn Sohn, Tochter und Enkel deshalb auf Dis-

Lesen Sie bitte weiter auf Seite 14



IM TV GEGEHEN



ERHÄLTlich
IN APOTHEKEN

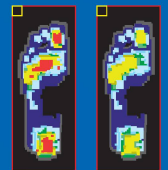
FUSSSOHLENSCHMERZEN, SCHWIELEN

FUSSSOHLEN- KISSEN



Das sich unter dem Vorderfuss befindende Fusspolster verteilt Druck. Mit zunehmendem Alter wird dieses abgenutzt und verursacht Schmerzen, ein brennendes Gefühl und Schwielen. Die Epitact® Fusssohlenkissen mit dem Epithelium 26®, welches das natürliche Fusspolster ersetzt, sind in der Maschine waschbar, über längere Zeit tragbar und werden diskret in Ihren gewohnten Schuhen getragen.

EPITHELIUM 26®
PATENTIERTES
SILIKONGEL



OHNE E26® MIT E26®

Fusssohlenkissen: 1 Paar
S [36-38] Code : 3443732 M [39-41] Code : 3443749
L [42-45] Code : 3443755

Waschbar und
wiederverwendbar

FUSSSOHLENSCHMERZEN + HALLUX VALGUS

DOPPELSCHUTZ- KISSEN



Wenn Sie sowohl an schmerzenden Fusssohlen, als auch an einem Hallux Valgus leiden, entscheiden Sie sich für die Doppelschutzkissen. Sie sind waschbar und wiederverwendbar und lassen sich über mehrere Monate tragen.

Doppelschutzkissen: 1 Paar
S (<24 cm*) Code : 3692257 M (24-27 cm*) Code : 3692240
L (>27 cm*) Code : 3692234

*Fussumfang messen

HÜHNERAUGEN

DIGITUBES®



Mit der nur 1mm dünnen Epithelium™ Schicht schützen die Digitubes® Zehen und lindern den Schmerz. Dieser waschbare und wiederverwendbare Schutz hilft Hühneraugen zum Verschwinden zu bringen, sofern er während mindestens einem Monat getragen wird.

Digitubes® : 1 x 10 cm zum Zuschneiden
S (Ø 22 mm) Code : 3446653 M (Ø 25 mm) Code : 3446682
L (Ø 33 mm) Code : 3446707

Erhältlich in Apotheken, Drogerien und spezialisierten Verkaufsstellen.

Vertrieb: F. Uhlmann-Eyraud SA - 1217 MEYRIN
www.uhlmann.ch - Email : epitact@uhlmann.ch

OTTO'S Webshop

Einkaufen bei OTTO'S
zahlt sich immer aus.
Auch online...

Gratislieferung*

Über 2000
Artikel online
einkaufen.



ottos.ch

*ausser Linsen, Parfum, Pflegeprodukte, moebel.ottos.ch und foto.ottos.ch

**Sessantuno
Primitivo
di Manduria,
Conte di
Campiano,
2013***

Apulien, 4 Monate in
französischen
Eichenfässern,
75 cl



13.90
Konnkurrenzvergleich **16.-**

**Sessantanni
Primitivo
di Manduria
DOC, 2011***

Apulien, 75 cl

ab 6 Flaschen **25.90**



ab 12 Flaschen/
Vorteilspreis

23.90
Konnkurrenzvergleich **29.90**

Mindestbestellmenge: 6/12 Flaschen Nur solange Vorrat! *Jahrgangsänderungen vorbehalten!

**Farnese
Edizione
Cinque
Autoctoni,
2012***

Apulien, 12 Monate
im Barrique,
75 cl



ab 6 Flaschen **26.90**

ab 12 Flaschen/
Vorteilspreis

24.90
Konnkurrenzvergleich **34.90**

**Mille e una
Notte von
Donnafugata,
2008***

Sizilien,
75 cl



49.90
Konnkurrenzvergleich **69.-**

Mauro, 2011*
Spanien, 16 Monate
in französischen und
amerikanischen
Barriques,
75 cl



32.50
Konnkurrenzvergleich **36.90**

**Puro Corte,
Dieter Meier,
2013***

Argentinien, teilweise
im Barrique ausgebauter
Blend, Cabernet
Sauvignon/ Malbec,
75 cl



18.50
Konnkurrenzvergleich **21.50**

ottos.ch

tanz gehen, weil ihre Partner mit der älteren Generation nicht klarkommen und sozusagen einen Keil ins Familiengefüge treiben. Die Probleme mit der Familie ihres mittleren Sohnes Manuel* hätten nach der Geburt des ersten Kindes begonnen, erzählt die Innerschweizerin Ingrid Neumann*. Die Schwiegertochter fiel in eine postnatale Depression, war ein Nervenbündel und bekam den Alltag mit einem Schreibaby nicht in den Griff.

Als sie ausrastete, aber weder von den Schwiegereltern noch von anderen Personen Hilfe annehmen wollte, flüchtete der Sohn mit dem Töchterchen zu seinen in der Nähe lebenden Eltern. Auf die Drohung der Kindsmutter hin, dass sie sich etwas antun würde, war der Sohn vor die Wahl gestellt: entweder Partnerin oder Eltern. Manuel kehrte mit dem Kind zur Ehefrau zurück.

Gegenseitige Rücksichtnahme

Drei Jahre dauerte der Zustand, dass Ingrid Neumann weder mit ihrem Sohn sprechen noch ihre Enkelin sehen konnte. Sie fuhr sogar freiwillig in den übernächsten Ort zum Einkaufen, um der jungen Familie ja nicht zu begegnen und eine Konfrontation heraufzubeschwören. Mit der Vollzeitpflege ihres schwerkranken Ehemannes selbst am Anschlag, entschied sie sich dann schweren Herzens, Manuel in Ruhe zu lassen. Eine Psychotherapie und der regelmässige Austausch mit Gleichgesinnten in einer Selbsthilfegruppe halfen ihr sehr dabei.

Erst als ihr Mann starb, kontaktierte Ingrid Neumann ihren «verlorenen» Sohn. Dieser stand innerhalb von wenigen Minuten vor ihr. «Wir fielen uns in die Arme», erzählt sie. «Das war für mich das Natürlichste der Welt.» Zwei Jahre ist das her. Zwei Jahre, in denen Mutter, Sohn und Schwiegertochter den Umgang miteinander wieder sorgfältig üben.

Für Ingrid Neumann heisst das, dass sie sich extrem zurückhält: Sämtliche Kommunikation läuft über die Schwiegertochter, damit diese sich nicht ausgeschlossen fühlt. Bei gemeinsamen Treffen werden Reizthemen ausgeklammert, die Unterhaltung bleibt oberflächlich.

Ihre Zurückhaltung ist der Preis dafür, dass Ingrid Neumann überhaupt wieder Kontakt zu ihrem Sohn haben kann – und vor allem auch zu den beiden Enkelinnen. Mit der bald siebenjährigen Nina unternimmt sie regelmässig etwas. «Kürzlich wünschte die Kleine, sie wolle jetzt mal beim Grosi übernachten. Sie kann sich halt nicht daran erinnern, dass sie als Baby schon oft hier geschlafen hat.»

*Alle Namen geändert

Infos

- Ostschweiz:**
Selbsthilfezentrum
Region Winterthur,
Tel. 052 213 80 60,
info@selbsthilfe-winterthur.ch
- Berner Oberland:**
Selbsthilfe BE – Beratungszentrum Thun,
Tel. 033 221 75 76,
thun@selbsthilfe-be.ch
- Innerschweiz:**
Selbsthilfe
Luzern, Obwalden,
Nidwalden,
Tel. 041 210 34 44,
mail@selbsthilfe-luzern.ch