

Simone D.* (38) ist gereizt – ihre Schwiegermutter kritisiert sie ständig. Was soll sie tun?

Allein der Gedanke an Weihnachten bereitet mir große Magenschmerzen. Ich habe Angst, dass meine Schwiegermutter Dorothea (72) und ich wieder aneinandergeraten könnten. Unser Verhältnis ist schwierig – sie mäkkelt ständig an mir herum, nichts kann ich ihr recht machen.

In unserer kleinen Familie läuft an sich alles rund. Mein Mann Theo (40) und ich haben mit unseren Kindern Mia (10) und Tom (6) ein gutes Leben. Aber seitdem mein Schwiegervater vor zwei Jahren gestorben ist, besucht Dorothea uns recht häufig. Schließlich ist Theo ihr einziger Sohn. Das ist auch kein Problem –

EXPERTEN-TIPP

Psychotherapeutin
Dr. A. C. Mess



„Kritik unter vier Augen üben“

Mischt sich die Schwiegermutter ein, kann man ihr sagen, dass man offen für Verbesserungsvorschläge ist. Dass man allerdings in motivierender Weise ermuntert und nicht kleingemacht oder zugepredigt werden will. Kritik sollte unter vier Augen stattfinden; es beschämt und verärgert, geschieht das vor Dritten. Die Nörgelei der Schwiegermutter kann ein Versuch sein, dass man sie wahrnimmt – auch wenn das ein ungünstiger Weg ist. Damit Weihnachten entspannt wird, sollte jedes Familienmitglied vorher seine Wünsche äußern. Unausgesprochene Erwartungen und unreflektiertes Wiederholen alter Gewohnheiten sorgen oft für Frust“, erklärt Dr. Anne Christina Mess (www.acmess.de).

wenn sie sich bloß nicht überall einmischen würde. Immerzu stellt sie meine Kochkünste infrage oder kommentiert meine Erziehungsmethoden mit spitzer Zunge. Schon bei unserem Adventessen kam es zu einem heftigen Streit.

Sie überhörte meine Worte einfach

Auf sechs Uhr hatten wir sie eingeladen. Doch meine Schwiegermutter hielt sich nicht an unsere Vereinbarung. Sie stand schon zwei Stunden vorher vor der Tür – vollbepackt mit Tüten. „Simone, ich habe gerade noch ein wenig eingekauft, damit ich uns was Schönes kochen kann“, erklärte sie lautstark. Ich traute meinen Ohren kaum und konnte nicht anders, als aufgebracht herauszuschleudern: „Dorothea, darf ich dich daran erinnern: Wir befinden uns in meinem Haus. Also kümmer ich mich um alles!“

Doch sie überhörte meine Worte einfach und ging schnurstracks an mir vorbei in die Küche. Energisch stellte sie die Tüten ab, packte die Lebensmittel aus. Hilfesuchend schaute ich zu Theo. Immerhin reagierte er dieses Mal und redete beschwichtigend auf seine Mutter ein. „Dann setz ich mich halt still in die Ecke und mache gar nichts mehr“, zischte sie beleidigt.

Doch lange hielt sie sich nicht daran. Während ich den Salat vorbereitete, stand sie plötzlich neben mir und guckte mir über die Schulter. „Soll ich dir nicht doch lieber helfen?“, fragte sie mit Unschuldsmiene. Angespannt umklammerte ich die Möhre. „Vielen Dank, Dorothea, aber ich komme schon zurecht.“ Gekränkt hob sie die Hände und stolzierte mit einem pikierten „Na gut, dann eben nicht!“ aus dem Raum. Nur mit Mühe brachte ich heraus: „Spiel doch mit Mia und Tom. Das freut sie.“

Wenig später saßen wir zusammen am Tisch. Ich servierte den Hauptgang – doch meine Schwiegermutter



Nur zum Schein reißen sich Simone und ihre Schwiegermutter zusammen

Szene nachgestellt

„Das Familienessen endete in einem furchtbaren Streit“

ter rührte keinen Bissen der duftenden Mahlzeit an. „Das soll ein Schweinebraten sein? Die Kruste ist völlig verbrannt“, moserte sie. „So etwas wäre bei mir nicht auf den Tisch gekommen.“ Ich versuchte, mich nicht provozieren zu lassen. „Dann lass es halt stehen“, erwiderte ich. Die Luft war zum Zerreißen gespannt, die Kinder sahen mich mit großen Augen an.

„Das wäre mir nie passiert!“

Beim Nachtschoss schoss Dorothea die nächste Spitze gegen mich ab. „Deine Tochter hat erzählt, dass sie in letzter Zeit häufig bis zehn Uhr aufbleibt. Findest du das in Ordnung?“, fragte sie missbilligend. Ich kochte innerlich. „Ich wüsste nicht, was dich das angeht“, presste ich heraus und räumte geräuschvoll den Tisch ab. Als ich mich genervt Richtung Küche drehte, verlor ich den Halt – die Teller fielen mir

aus der Hand und zersprangen klirrend auf dem Boden. Die Kinder schrieten vor Schreck auf und Dorothea machte sich über mich lustig. „Das wäre mir ja nie passiert. Teller zu stapeln ist ja nun wirklich keine Kunst.“

Das Maß war endgültig voll. „Wenn du nichts Besseres zu tun hast, als mich zu kritisieren und schlechte Stimmung zu verbreiten, kannst du gern gehen“, brüllte ich sie an. Ohne ein Wort stand sie auf, gab den Kindern einen Kuss, verließ mich mit den Worten „Nichts lieber als das!“ das Haus.

Damit war die Adventsstimmung endgültig hinüber. Die Kinder wollten, dass Omi wiederkommt, mein Mann machte mir Vorwürfe und ich war mit den Nerven am Ende. Während der nächsten Tage dachte ich über den misslungenen Abend nach. War ich zu weit gegangen? Vielleicht hätte ich mich um des lieben Friedens willen doch zurücknehmen sollen.

Schweren Herzens griff ich zum Telefon und rief für ein klärendes Gespräch bei Dorothea an. Zu meinem Erstaunen fing sie sofort an zu schluchzen. „Simone, es tut mir leid. Ich habe mich unmöglich aufgeführt.“

All meine Wut war verflogen

Sie holte tief Luft und sagte leise an: „Weißt du, es ist nicht leicht für mich, dass ich für niemanden mehr verantwortlich bin. Ich fühle mich so überflüssig.“ Da tat sie mir richtig leid und all meine Wut war verflogen. Ich erklärte ihr einfühlsam, dass ich sie verstehe, aber dass sie sich auch etwas zurückhalten müsse. Wir einigten uns darauf: Sie ist an Heiligabend für das Dessert zuständig, alles andere ist meine Sache. Es soll nicht schon wieder zum Streit kommen, da sind wir uns einig. Ein harmonisches Familienfest wäre das schönste Geschenk für alle.