



Helmut Laber

Lebenscoach und Heilpraktiker für Psychotherapie

Praxis für
Selbstfindung und
Transformation

Leben – lieben - lernen

Newsletter

Erwin-Bosch-Ring 54
86381 Krumbach/Schwaben
Tel.: 0 82 82 - 82 71 56
helmut.laber@praxis-laber.de
www.praxis-laber.de

Verstrickungen lösen was ist das?

21 Gründe warum es sich lohnt Verstrickungen mit der Mutter zu lösen

Krumbach, den 18.06.2016

Mit einer Selbstverständlichkeit wird oft von Verstrickungen mit Vater und Mutter oder der Familie gesprochen. Doch viele Menschen haben davon nie gehört oder stellen sich mit Recht die Frage, was Verstrickungen denn eigentlich sind. Ich möchte Euch hier eine kurze Zusammenfassung anbieten um Verstrickungen zu verstehen und Lebenssituationen zu erkennen, die auf Verstrickungen hinweisen.

21 Gründe sich aus Verstrickungen mit der Mutter zu lösen:

- Im Mutterleib leben wir ganz in den Energien der Mutter, Ihren Gedanken, ihren Gefühlen, ihren körperlichen Erlebnissen – vieles davon haben wir wie Eigenes übernommen und wiederholen, ohne es zu merken, in einigen Bereichen unseres Lebens ihr Leben.
- Mit ihren Gedanken und Empfindungen erleben wir unsere Geburt – auch mit ihren Sorgen und Ängsten. Sie sind unsere ersten Gefühle die uns Bindung vermitteln. In diesen Gefühlen erleben wir später möglicherweise unsere weiteren Beziehungen.
- Nach der Geburt sind wir abhängig von ihrer Zuwendung, so wie sie mit uns umgehen konnte, gehen wir mitunter später selbst mit uns um.
- Was Mutter verdrängte an unangenehmen Erfahrungen spüren wir als Kind, da Kinder mit sehr sensiblen Antennen ausgestattet sind. Wir können jedoch ihres und unser eigenes noch nicht unterscheiden.
- Drücken wir als Kind diese wahrgenommenen Gefühle aus, reagiert die Mutter darauf wie sie es gelernt hat. Da sie vmtl. nicht gelernt hat bejahend mit ihren eigenen Gefühlen umzugehen, kann sie das auch nicht wenn ihr Kind diese Gefühle zeigt. So lernen wir unangenehme Gefühle eher abzuwehren als sie anzunehmen. (Bsp.: Trauer, Angst, Wut, Schuld, Verzweiflung, ...) Damit lernen wir als Kind uns selbst in diesen Gefühlen ebenfalls abzulehnen, abzuwerten und zu kritisieren.

- Auch in unserem Verhalten als Kind erinnern wir die Mutter an ihre eigene Kindheit und ihr inneres Kind. Was sie an sich gelernt hat abzulehnen lehnt sie an uns ab. Wir übernehmen dies ungefiltert, denn wir können noch nicht unterscheiden.
- Um ihre Aufmerksamkeit zu erhalten entwickeln wir Strategien, die wir später im Leben unbewusst weiter anwenden um unsere Bedürfnisse befriedigt zu bekommen.
- Als Kind bringen wir in das System unserer Eltern unbewusst einen ausgleichenden Pol um das System in Ordnung und im Ausgleich zu halten.
- Wenn es der Mutter schlecht geht, fühlen wir uns als Kind dafür verantwortlich oder gar schuldig und passen uns an oder nehmen uns in der natürlichen Unbekümmertheit zurück, oft ein Leben lang.
- Wenn die Beziehung der Eltern zueinander belastet wird durch unser Dasein als Kind, (die Geburt eines Kindes hat immer Einfluss auf die Paarbeziehung der Eltern) fühlen wir uns schuldig dafür und treffen oft folgenschwere Entscheidungen für unser kommendes Leben.
- Die Beziehung der Mutter zu unserem Vater ist Modell für Partnerschaft. Mädchen lernen dabei unbewusst wie sie sich als Frau einem Mann gegenüber verhalten. Jungs lernen dabei unbewusst wie Frauen auf Männer reagieren.
- Mädchen lernen am Vorbild der Mutter was Frausein bedeutet und wie Weiblichkeit gelebt wird, incl. aller Bewertungen des eigenen Körpers.
- Jungs lernen am Modell der Mutter was Frauen sich von Männern erwarten. Durch diese Brille des kleinen Jungen schauen sie als Männer oft lange Zeit auf ihre Partnerinnen und ziehen entsprechende Frauen an.
- Was wir als Kind im Heranwachsen an Eigenschaften der Mutter ablehnen, ziehen wir mit sehr hoher Wahrscheinlichkeit vermehrt in unser Leben.
- Hat die Mutter unter dem Vater gelitten schlägt das Kind sich gerne auf die Seite der Leidenden. So leiden Mädchen später in ihren Beziehungen als Frau ebenfalls wie einst die Mutter. Jungs ziehen als Männer später Frauen an die gerettet werden wollen.
- Litt der Vater und dem Verhalten der Mutter, gilt gleiches. So dominieren Frauen später ihre Männer oder suchen sich die Jungs später als Männer Frauen unter denen sie leiden, so wie der Vater unter der Mutter zu leiden hatte.

- Da Kinder in ihrem Innersten beide Eltern gleichermaßen lieben entwickeln sie unbewusste Strukturen in denen sie später auch dem Verurteilten treu sein können, bspw. Autoaggression oder andere Selbstsabotageprogramme.
- Werden Kinder überversorgt von einer Mutter, die dem Kind alles abnimmt, erwartet das erwachsene Kind dies evtl. auch von den Bezugspersonen seines Erwachsenenlebens. (Freundschaften, Arbeitsleben, Partnerschaften, eigene Kinder, ...) Oder es macht es der Mutter nach und verwehrt anderen ihre Eigenständigkeit und Selbstverantwortung indem sie andere überversorgt und sich selbst dabei vergisst.
- Hatte Mutter mit ihrer eigenen Mutter ein schwieriges Verhältnis, dann folgt meist das Verhältnis der Tochter zur Mutter diesem Muster. Die Weiterführung dieses Musters als Mutter im Verhältnis zur eigenen Tochter ist dann sehr wahrscheinlich.
- Hatte die Mutter mit ihren Vater eine schwierige Beziehung, entwickelt der Junge oft ein ähnlich schwieriges Verhältnis zu seiner Mutter, seinen Partnerinnen oder später zur eigenen Tochter.
- Gibt es im Familiensystem der Mutter Ereignisse oder Personen, die vergessen, verheimlicht oder ausgeschlossen wurden, verstrickt und bindet auch dies Nachfolgende in einer blinden Bindungsliebe an das Familiensystem der Mutter. Das Familiensystem will immer Ordnung wiederherstellen, wird etwas ausgeschlossen, dann wird ein Nachfolgender in diese Energielücke hineingesogen ohne es zu merken und lebt ein früheres Schicksal nach.
- Viele weitere verinnerlichte Muster, die aus Verstrickungen entstehen, könnten noch aufgezählt werden. Sie können an den Problemfeldern des eigenen Lebens aufgespürt werden.

Viele der Dynamiken können auch entgegengesetzt wirken, wenn z.Bsp. ein Kind dann im Erwachsenenleben genau das Gegenteil dessen machen möchte, was es bei der Mutter erlebt hat. Es kommt letztendlich darauf an, wie weit wir und unser inneres Kind in echten Frieden mit unserer Vergangenheit gekommen sind.

Was innerhalb der abhängigen Beziehung zur Mutter der Kindheit gelernt und unbewusst übernommen wurde, wirkt intensiv in das eigene Leben hinein. Dies alles darf liebevoll erforscht und auf Sinnhaftigkeit im Erwachsenenleben überprüft werden.

Doch nur demjenigen werden diese unbewussten Muster bewusst, der sich damit beschäftigt und hinschaut. Wie sagte einst Bert Hellinger:

„Was wirklich ist, ist unbeschreiblich – nur wer hinschaut weiß Bescheid!“

Nicht umsonst ist diese erste Beziehung unseres Lebens, die erste und größte Liebesbeziehung unseres Lebens, die Beziehung zur Mutter der Kindheit – das größte Tor für persönliche Freiheit.

Für weitere Anstöße zur Bedeutung der Mutter der Kindheit verweise ich auch auf meinen [Newsletter vom 7.9.2014](#) und der Seminarbeschreibung: [Die Mutter der Kindheit, mein inneres Kind und ich – das größte Tor für Selbstfindung und persönliche Freiheit.](#)

Sich selbst kennenlernen und seine unbewussten Verhaltensweisen verstehen kann nur derjenige Mensch, der sich mit sich selbst auseinandersetzt und die Herausforderungen des Lebens als Aufforderungen für persönliches Wachstum annimmt.

Gerne begleite ich Dich auf dem Weg zu Deinem wahren Wesen mit all Deinen Talenten und Gaben, die Du mit in dieses Leben gebracht hast und die womöglich noch in Verstrickungsmustern gebunden sind.

Ich freue mich für Dich wenn Du von meinen Impulsen profitieren kannst und Dich zu Einzelsitzungen oder auf meinen Seminaren begrüßen zu dürfen.

Herzliche Grüße

Helmut Laber