

Hormon- GAU

Mamma Mia!

Wenn Töchter in die Pubertät kommen, steuern ihre Mütter auf die Wechseljahre zu – gemein, aber unausweichlich.

Genau diese Lebensphase hat die amerikanisch-libanesische Fotografin Rania Matar in Bildern festgehalten:

„Unspoken Conversations“ heißt ihr Fotoprojekt. MOM-Autorin Ulrike Thomassen, deren Tochter gerade 15 wurde, packte das Halligalli der Hormone in Worte

FOTOS RANIA MATAR





**Gaaanz dünnes Eis:
Kann ich das
noch tragen oder
bin ich
zu alt dafür?**

Die Antwort liebender Töchter auf solche Fragen lautet: Epic fail. Grober Fehler. Alexia hat Glück gehabt. Tochter Caroline hat die Samtshorts und das rote Tanktop gerade noch durchgewunken. Jetzt bloß nicht vor Freude anfangen zu tanzen. Das wäre der SuperGAU. Voll peinlich.

Caroline und Alexia
aus Baabdat, Libanon

V

Vermutlich erinnern sich viele Mütter an den Moment, als ihnen dämmerte: Es ist so weit, meine Tochter kommt in die Pubertät. Bei uns lief das Küchenradio, „Uptown Funk“ von Mark Ronson und Bruno Mars – das mag ich sehr, deshalb wippte ich beim Salatputzen leicht mit den Hüften. Greta, die den Tisch deckte, hielt inne und sagte: „Mama, kannst du mir einen Gefallen tun und aufhören zu tanzen?“ Ich lachte und fragte, ob ich es wenigstens ab und zu tun dürfte, wenn sie nicht dabei wäre. Sie schüttelte bedauernd den Kopf: „Nein, es ist besser, wenn du es ganz lässt. Tanz einfach nie wieder.“

Im Grunde hatte sie damit ihren Stil gefunden, und sie ist bis heute dabei geblieben: Mitgefühl und fürsorgliche Strenge im Umgang mit der armen Frau, die vor ihren Augen alt wird, was für die Betroffene sicherlich ein schmerzlicher Prozess ist, aber leider nicht zu ändern. Damit sich mein Übergang zur Greisin halbwegs würdevoll vollzieht, ist es an ihr, der Tochter, das Schlimmste zu verhindern.

Im Alltag führt das zu Situationen wie der kürzlich morgens im Bad, als ich mich zum Joggen fertig machte und vor dem Spiegel eine leicht getönte Tagescreme auftrug. Greta, mittlerweile 15, nimmt die Zahnbürste aus dem Mund und erklärt mir, dass es albern sei, sich jetzt zu schminken, weil „das ganze Make-up“ beim Schwitzen eh verläuft. Ich fühle mich er-



Genauso muss die Mutter vor 30 Jahren ausgesehen haben

Fotografin Rania Matar, die übrigens aus Prinzip nichts photoshopt, mag das Bild, weil es den Begriff Altern so gut dokumentiert. Grundsätzlich ist es ja schön, so eine kleine Ausgabe von sich selbst aufwachsen zu sehen.

Die Gefahr ist nur: Man muss akzeptieren, dass sie vielleicht einen komplett anderen Lebensweg einschlägt.

Und nach Charlottes Gesichtsausdruck zu urteilen, hat sie genau das vor ...

Charlotte und Catherine
aus Dover
in Massachusetts, USA







Wie zwei Engel

Mutter Anya denkt bestimmt: Carlas Spitzen müssten mal wieder geschnitten werden. Aber das sagt Anya nicht, sonst flippt Tochter Carla aus.

Oder heult. Oder beides. Sonst verstehen sich die zwei aber super, tauschen sogar T-Shirts und Nagellack. Anya: „Vorausgesetzt, es läuft so, wie Carla sich das vorstellt.“

Carla und Anya
aus Baabdat, Libanon

tappt und sage: „Da ist Sonnenschutz drin.“ Greta sagt: „Du schminkst dich. Vorm Laufengehen. Du bist komisch, Mama.“

Wenn wir zusammen auf dem Sofa sitzen und einen Film gucken, tätschelt sie manchmal meinen Oberarm an der Stelle, wo rein theoretisch ein Trizeps sein könnte – „das ist so schön weich da“. Ich hae ihre Hand weg und garantiere, so alt zu werden, dass ich mich irgendwann noch an ihrem Armwabbel weiden kann, und dann rollt sie sich auf den Teppich und macht 30 Liegestütze und ruft: „Ruh dich ein bisschen aus, das tut dir gut.“

E

Es ist schwer zu sagen, was ich erwartet hatte, mir fehlte schlicht die Fantasie. Unser Mutter-Tochter-Verhältnis war immer eng und innig gewesen, mein Sohn bezeichnet Greta gern mal als meinen Klon, wenn er über seine kleine Schwester spricht. Aber klar, irgendwas würde passieren, die Tochter in der Pubertät, die Mutter in den Wechseljahren, hormonelles Chaos, Schreierei, Wut und Tränen, Party und die falschen Jungs – das Übliche vielleicht. Gleichzeitig weiß man ja auch, wie schwer es für die Kin-

• Pubertät •

der ist, so richtig auf die Kacke zu hauen, weil die Eltern heute überwiegend nett sind und auch ein bisschen wild und für alles Verständnis haben. Gretas Bruder ist zwar ziemlich easy durch die Jahre zwischen 12 und 20 gerutscht, aber ich rechnete nicht damit, gänzlich ungeschoren davonzukommen.

Die pubertäre Abgrenzungsvariante „Vom Thron stoßen durch Makellosigkeit“ ist wohl deshalb eher selten, weil sie dem Teenager eine altersuntypische Disziplin abverlangt. Greta hat diese Disziplin. Sie ist super in der Schule und spielt Fußball und Gitarre. Sie ernährt sich vegetarisch und liebt gutes Essen. Sie hängt am Handy und liest ebenso gern Bücher. Sie schminkt sich nicht, findet Shoppen öde und guckt trotzdem „Germany's Next Topmodel“. Sie hat enge Freunde und ist zu allen nett, auch zu mir – solange ich mich altersgemäß benehme. Als sie mich letztes Jahr nach Mitternacht beim Kiffen mit einer Freundin erwischte – mein erster Joint seit 1998, ich schwöre –, zischte sie: „Das ist ja ekelhaft“, und schlug die Küchentür hinter sich zu.

S

Scham ist von allen Gefühlen das schrecklichste, und es trifft mich hart, dass Greta es so zuverlässig in mir auslösen kann. Ich glaube, auch das unterscheidet unser Verhältnis jetzt, in der Pubertät, von dem zu ihrem Bruder, dessen Anderssein für mich zu keinem Zeitpunkt seines Lebens infrage stand. Wenn Greta und ich Rücken an Rücken stehend in den großen Spiegel im Flur schauen, um zu überprüfen, ob sie mich endgültig eingeholt hat, dann sehe ich eine ganz normale Frau. Und daneben die Vertreterin einer fremden, viel schöneren Spezies. Langgliedrig, schmal, leuchtend die eine. Plump, breit und deutlich abgenutzt die andere.

Manchmal starre ich sie an, ohne es zu wollen – ohne es zu merken. Dann sitzen wir mit Freunden am Tisch, und während sie etwas erzählt, bin ich gefesselt vom Rotschimmer ihrer Haare oder dem Schwung ihrer Oberlippe oder von der Eleganz ihrer Hände. Es entgeht ihr nie.





**„Jetzt chill mal,
Mama,
ich kann schon
auf mich
selbst aufpassen“**

- scheint die Tochter zu sagen.

Klar, bis halb zwei nachts
ausgehen ist doch kein Problem.

Was soll schon passieren?

Alkohol, K.-o.-Tropfen,
letzte Bahn verpasst - hat man
mit 15 doch alles im Griff.

Und wenn nicht,
ruft Yarah eben Mama an.

Die bleibt dann zwar nicht so
geschmeidig, aber immerhin
ist sie allzeit auf Stand-by.

Fotografin Rania Matar kennt solche
Situationen. Sie hat selbst zwei

Töchter - die inzwischen
Gott sei Dank erwachsen sind.

Mabel und Yarah
aus Rabieh, Libanon



„Bitte nicht lächeln und nicht posieren“

Das war die einzige Bitte von Fotografin Rania. Denn dank Instagram sind Mädchen heute fast alle Selbstporträt-Profis. Sexy? Verträumt? Jede Pose sitzt. „Mütter haben diese Art der Selbstdarstellung in den seltensten Fällen drauf“, sagt Rania. Victoria löste die Situation pragmatisch: Sie rollte sich einfach auf die Seite, stellte sich schlafend und überließ Tochter Lee das Feld.

Victoria und Lee aus Wellesley
in Massachusetts, USA

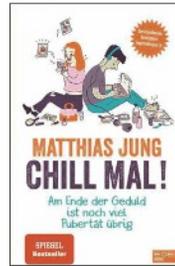
„Warum glotzt du mich immer an?“, faucht sie dann, und ich weiß nicht, was ich darauf sagen soll. „Du bist so hübsch“ klingt nach verliebtem Nachhilfeschüler, entspräche aber am ehesten der Wahrheit.

Bei aller Peinlichkeit kippt Greta in solchen Momenten wenigstens für kurze Zeit aus ihrer Lieblingsrolle der nachsichtigen Altenpflegerin. Sie findet mich dann einfach nur total bescheuert. Und ich bin froh, zu wissen, dass sich dieser Zustand bei Bedarf sogar auf Knopfdruck herstellen lässt. Wenn ich meine supersouveräne Tochter winselnd am Boden sehen will vor lauter teeniehaft-hysterischem Mutterhass, dann drehe ich einfach die Musik ein bisschen lauter und tanze. Es ist jedes Mal ein großer Spaß. ●



Fotografin Rania Matar ist im Libanon aufgewachsen und lebt in den USA - die beiden Länder, in denen sie die Mutter-Tochter-Paare fotografiert hat. Ihre eigenen Töchter Lara (links, heute 27) und Maya (heute 23) finden die Arbeit ihrer Mutter schon gut, wollen aber selbst nicht mehr von ihr fotografiert werden - „wie man auf diesem sieben Jahre alten Foto sehr schön sieht“, schreibt uns Rania.

Hilfe in allen Lebenslagen



Matthias Jung: „Chill mal! - Am Ende der Geduld ist noch viel Pubertät übrig“ Pubertät? Da hilft nur Loslassen. Pädagoge Jung gibt tolle wissenschaftliche Einblicke in die Verhaltensweisen und Hirne der Teenies. (Edel Books, 16,95 Euro)



Diana Helfrich: „Wechseljahre - Ich dachte, ich krieg' das nicht!“ Doch! Unsere Kollegin Diana, Expertin für Frauengesundheit, klärt fundiert und unterhaltsam über Wechseljahre und Begleiterscheinungen auf. Erscheint: 11.10. (Mosaik, 16 Euro)

Impfen für Verliebte

Sind sie nicht süß? Wie wir damals. Die ersten verklärten Blicke, Händchenhalten ... Unsere Kids haben es sogar besser als wir. Sie können gegen HPV geimpft werden. Warum das für Wolke 7 wichtig ist

Hormone sind so mächtig und die Schmetterlinge im Bauch manchmal fast ein Orkan. Unbeholfen wird verliebt gechattet und zufällige Berührungen auf dem Schulhof werden zum kribbelnden Event. Wir beobachten das schmunzelnd und freuen uns mit unseren Jüngsten. Aber warum kommt ausgerechnet jetzt das Impfheft ins Spiel? Eigentlich ist darin doch alles abgehakt. Jein. Es gibt eine Impfung, die wir aus unserer Jugend nicht kennen. Genauer: die Impfung gegen Humane Papillomviren (HPV). Diese Viren können sich über kleinste Verletzungen der Haut und Schleimhaut verbreiten, wie z. B. beim Petting oder Sex. Ein intaktes Immunsystem bekommt sie normalerweise in den Griff, oft sogar ohne Symptome. Wenn die Infektion aber nicht verschwindet, dann können später bestimmte Krebsstufen sowie bestimmte Krebsarten auftreten, wie Gebärmutterhals- oder Analkrebs. Vorsorgeuntersuchungen können helfen, diese rechtzeitig zu entdecken. Es gibt aber auch eine Möglichkeit vorzubeugen: mit einer HPV-Impfung ab 9 Jahren – also schon bevor sich unsere Kids ganz auf das Abenteuer Liebe einlassen.



ANZEIGE

Mit einer Impfung gegen HPV kann die Pubertät ein Stück sorgenfreier werden

HPV-IMPfung KURZ ERKLÄRT

- ★ Humane Papillomviren (HPV) betreffen Mädchen und Jungen und können bestimmte Krebsarten auslösen, z. B. im Genitalbereich.
- ★ HPV wird durch Miniverletzungen der Haut und Schleimhaut von Mensch zu Mensch übertragen.
- ★ 85 bis 90 Prozent aller sexuell aktiven Menschen infizieren sich im Laufe des Lebens mit HPV.
- ★ Die Ständige Impfkommission (STIKO) empfiehlt die HPV-Impfung zwischen 9 und 14 Jahren und die Nachholimpfung bis 17 Jahre.

ENTSCHEIDEN. Gegen Krebs.
Humane Papillomviren können bestimmte Krebsarten auslösen

Mehr Infos unter: entschiedengegenkrebs.de