



Zwischen Fürsorge und Leidenschaft

Über Mütter, die auf Berge steigen

Zwischen Fürsorge und Leidenschaft; Verantwortung und Risiko: Mütter im Bergsport sind beides – Mama und Alpinistin. Dabei stehen sie im Spannungsfeld gesellschaftlicher Erwartungen und eigener Bedürfnisse. Eine Studie untersucht das Rollenverständnis und Risikoverhalten von Müttern im Alpinklettern.

Von Marie Hofmann

„Ich habe das Gefühl, seitdem ich Mama bin, bin ich auch reifer. Vorher hätte ich mich vielleicht verunsichern lassen im alpinen Gelände. Jetzt weiß ich, was ich kann und was nicht“, sagt uns Johanna Ratschiller im Interview.

Sie ist gebürtige Südtirolerin, Mammut-Ambassador und eine der ehemaligen Teilnehmerinnen einer qualitativen Studie aus dem Jahr 2022 zum Thema Rollenverständnis und Risikoverhalten von Müttern im Alpinklettern. Claudia Bartolomei – die Autorin dieser Studie – sitzt jetzt neben mir. Sie hat in ihrer Arbeit insgesamt zwanzig aktive Alpinkletterinnen interviewt. Zehn davon waren zum damaligen Zeitpunkt bereits Mütter, die restlichen zehn Frauen kinderlos. Gemeinsam sprechen wir heute zum zweiten Mal mit der ehemaligen Studienteilnehmerin Johanna: Kinderlos bei ihrem ersten Interview für Claudias Studie, hat sie vor vierzehn Monaten ihren Sohn Jonathan zur Welt gebracht und ist jetzt Mutter.

Fotos: Martin Dejori



Marie Hofmann hat in Innsbruck Atmosphärenwissenschaften studiert, war Mitglied im zweiten DAV-Expeditionskader der Damen und Praktikantin beim Lawinenwarndienst Tirol. Als eine im Bergsport aktive Frau beschäftigt sie sich selbst mit dem Thema des Artikels und damit einhergehenden Herausforderungen.

Im Rahmen ihrer Masterarbeit stellte sich Claudia, ebenfalls Südtirolerin und selbst leidenschaftlich im Bergsport aktiv, eine Reihe von Fragen: Wie kombinieren Mütter die Verantwortung für ihr Kind mit dem freiwilligen Eingehen von Risiken? Wie verknüpfen sie das Ausleben ihrer Passion – des Alpinkletterns – mit dem familiären und privaten Leben? Verändert sich das Risikoverhalten von Frauen, wenn sie Mutter werden? Und wie wird eine Mutter, die weiterhin freiwillig Risiken eingeht, in unserer Gesellschaft erlebt? „Das Alpinklettern ist eine interessante sportliche Aktivität, um Erfahrungen von Müttern zu analysieren“, sagt Claudia. Viele Aspekte des Kletterns stünden im Widerspruch zu den gesellschaftlichen Diskursen intensiver Mutterschaft. Das liege einerseits an dem hohen zeitlichen Engagement, das für das Alpinklettern nötig ist – aber auch an den potentiellen Risiken, die dieser Sport mit sich bringt.

Mutter sein – eine Rolle im Wandel

Die Rolle der Frau in unserer Gesellschaft, und damit auch die der Mutter, ist im Umbruch. Wie wird eine „gute Mutter“ heute definiert? Darf sie längere Zeit von zu Hause wegbleiben, darf sie Risiken eingehen? Aus gesellschaftlicher Sicht wurde in der Vergangenheit erwartet, dass Mütter die Hauptverantwortung in der Familie übernehmen. Mit der Industrialisierung ging ein gesellschaftlicher Wandel einher, der die männliche Geschlechterrolle vorwiegend über eine ständige Erwerbstätigkeit definierte, während der weiblichen Geschlechterrolle Haushalt und Kinder zugeschrieben wurden. Heute gehen auch Frauen häufiger und intensiver einer außer-häuslichen Erwerbstätigkeit nach. Und doch lösen sich traditionelle Vorstellungen nicht von einem auf den anderen Tag auf. Das bestätigt auch die ehemalige Studienteilnehmerin Caroline George: „Ich denke, zwischen zwanzig

und dreißig bist du heute als Frau sehr frei. Du kannst eine Karriere haben, deinen Sport ausüben, Menschen kennenlernen, reisen, dich ausprobieren. Aber wenn du eine Familie gründest, ändert sich alles.“ Auch die Ergebnisse von Claudias Masterarbeit deuten darauf hin, dass sich die Eigenwahrnehmung der Teilnehmerinnen mit dem Eintreten in die Mutterrolle verändert: Mit einer Ausnahme bezeichneten sich alle kinderlosen Alpinkletterinnen als selbständig und emanzipiert. Im Kontrast dazu nahm sich über die Hälfte der teilnehmenden Mütter als eine Mischung aus klassischem und emanzipiertem Rollenbild wahr (Tabelle 1). Auch Johanna hat diesen Wandel erlebt: „Ich wollte immer eine emanzipierte Frau sein“, sagt sie. „Und jetzt bin ich Mama geworden und merke, es gibt manche Sachen, da bist du eben schlicht Mama und Punkt.“ Sie ergänzt: „Für mich selbst bin ich draufgekommen, dass ich da auch sehr gerne einfach Mama bin. Ich wollte ein Kind. Und mir wird immer mehr bewusst, wie kurz die Zeit eigentlich ist. Natürlich ist mir extrem wichtig, dass ich weggan, dass ich klettern gehen kann. Aber ich habe es auch sehr genossen, diese erste Zeit daheim zu verbringen.“

Zwischen Aufopferung und Selbstverwirklichung

In den letzten Jahrzehnten hat sich die Rolle der Mutter weiterentwickelt und ist vielfältiger geworden. Dennoch hält sich hartnäckig die Erwartung, dass Mütter ihre eigenen Bedürfnisse zugunsten ihres Kindes zurückstellen oder gar aufgeben sollten. In dem Buch „Der Konflikt. Die Frau und die Mutter“ schreibt Badinter: „In einer Kultur, die das Ich zuerst zum Prinzip erhoben hat, ist Mutterschaft eine Herausforderung, ja sogar ein Widerspruch. Was für eine kinderlose Frau legitim ist, ist es nicht mehr, sobald ein Kind da ist. Die Sorge um sich selbst muss der Selbstaufgabe weichen.“

Selbstwahrnehmung Rollenbild	Gesamt	Kinderlos	Mütter
Selbstständig und emanzipiert	11	7	4
Mischung aus zwei Rollenbildern	6	1	5



Tab. 1 Selbstwahrnehmung des Rollenbildes der Frauen in Claudia Bartolomeis Studie. Insgesamt wurden zehn kinderlose Frauen und zehn Mütter interviewt. Nicht alle Frauen ordneten sich im Interview einer der beiden Kategorien zu.



Dieser Konflikt wird im Bergsport besonders deutlich. Einerseits, weil der Sport so zeitintensiv und risikobehaftet ist, andererseits, weil im Bergsport aktiven Frauen oft Selbstverwirklichung und die eigene Identität als Sportlerin am Herzen liegen. Frauen leben also teilweise in einem Zwiespalt zwischen persönlichen Bedürfnissen und den gesellschaftlichen Erwartungen an eine Mutter. Die deutsche Profi-Alpinistin und Mutter Ines Papert erzählt im 2013 veröffentlichten Buch „Erste am Seil“ von ihrem Umgang mit diesem Spagat. Sie lasse sich kein schlechtes Gewissen einreden, nur weil sie ein selbstbestimmtes Leben führen wolle, sagt sie. „Die Killerphrase von der Rabenmutter sollte Frauen nicht davon abhalten, ihren eigenen Weg zu gehen.“

Ines Papert handelt nach dem Grundsatz „Nur eine glückliche Mutter ist eine gute Mutter“. Ein Prinzip, das auch befragte Mütter anderer Studien teilen, die sich mit Risikosportarten identifizieren. Die Frauen berichten, dass die Koordination von Sport, Familie und Arbeit oftmals herausfordernd sei. Dennoch vertreten sie die Ansicht, dass das Ausüben der

Sportart mitunter dafür verantwortlich ist, dass sie glücklichere und damit auch bessere Mütter sind. Der Sport ermögliche ihnen, neben ihrer Rolle als Mutter eine weitere Identität zu leben, die ausschließlich sie als Frau betrifft. Sie betonen, wie wichtig es ihnen sei, für ihre Kinder zu sorgen, und sehen ihren Sport hierfür als hilfreich an. Die Ausübung des Sports führe dazu, dass sie sich auch als Mütter selbstbewusster und kompetenter fühlten.

Ob und wie gut sich die eigenen Bedürfnisse mit den Anforderungen der Elternrolle vereinbaren lassen, hängt auch stark von staatlichen Rahmenbedingungen ab. Das bringt Caroline im Interview für Claudias Studie besonders stark zum Ausdruck. Sie ist als Bergführerin tätig und hat mit ihrer Familie zuerst in Chamonix und später in der Schweiz gelebt. „Als wir in Chamonix wohnten, war die Kindertagesstätte sehr günstig – 90 Euro für fünf Tage Vollzeit mit Essen. In der Schweiz sind es 500 Euro für vier Tage. Hier ist mein Bewegungsspielraum viel eingeschränkter, es ist ein massiver logistischer Aufwand. Viel einfacher wäre es, zu Hause zu bleiben“, sagt sie.

Sowohl als auch

„Auch wenn die Mütter meiner Studie weiterhin dem Alpinklettern nachgingen und gelegentlich über längere Zeit von zu Hause weg waren, betonten sie immer wieder ausdrücklich den enormen Stellenwert ihrer Kinder in ihrem Leben“, erzählt Claudia. Die unangefochtene, zentrale Bedeutung der Kinder und deren Wohlergehen, für die befragten Mütter geht für sie neben anderen Ergebnissen ebenfalls deutlich aus

Risikoverhalten	Gesamt	Kinderlos	Mütter
Defensives Risikoverhalten	16	8	8
Höhere Risikoaffinität	4	2	2

Tab. 2 Selbstwahrnehmung des eigenen Risikoverhaltens der Frauen in Claudia Bartolomeis Studie.
Der Großteil der Befragten stufte das eigene Risikoverhalten im Allgemeinen als defensiv ein.

Einfluss auf Risikoverhalten	Gesamt	Kinderlos	Mütter
Verletzung/Unfall/Gefährliche Situation	16	9	7
davon selbst erlitten	3	1	2
Geburt des Kindes	6	–	6

Tab. 3 Einflussfaktoren auf das Risikoverhalten der Frauen in Claudia Bartolomeis Studie.
Mehr als die Hälfte der Mütter fühlte sich durch die Geburt des Kindes in ihrem Risikoverhalten beeinflusst.
Auch Verletzungen und Unfälle hatten bei den meisten Frauen Einfluss auf ihr Verhalten.

ihrer Studie hervor. Davon erzählt uns auch Johanna: „Am Anfang wollte ich gar nicht weg sein“, sagt sie. „Ich wollte ganz viel gemeinsam mit meinem Kind unternehmen. Ich war extrem viel wandern und hatte Jonathan in der Trage dabei.“ Bevor sie Mutter wurde, sei sie im Bergsport sehr fokussiert gewesen – „vielleicht zu fokussiert“, meint sie und lacht. Das hat sich mit der Mutterrolle stark verändert. Dass sie Mutter ist, nehme ihr oft viel Druck. „Beim Klettern denke ich mir jetzt oft: Ich bin gleichzeitig auch noch Mama. Jetzt muss ich wirklich niemandem mehr etwas beweisen, auch mir selbst nicht mehr.“ Ein Gleichgewicht, eine Balance zwischen Mutterschaft und einer Identität als sportliche Frau scheint für viele Mütter erstrebenswert zu sein. Es gibt dafür bisher wenige Vorbilder. Das bestätigt auch eine der Frauen aus Claudias Studie: „Ich wünschte, ich hätte jemanden, zu dem ich aufschauen und sagen könnte: Wow, diese Person ist körperlich stark, fit, gesund und hat eine erstaunliche Balance zwischen Familie und ihren eigenen Bedürfnissen“, erzählt sie.

Als Mama im Risikosport

Eine zentrale Zielsetzung von Claudias Studie war es, das Risikoverhalten von Müttern im Alpinklettern zu analysieren. Wie nehmen Mütter ihr Risikoverhalten wahr? Gibt es Unterschiede zu kinderlosen Frauen? In der Selbsteinschätzung ihres Risikoverhaltens konnte Claudia keine Unterschiede zwischen den beiden Gruppen feststellen (Tabelle 2). Die Mehrheit der Teilnehmerinnen schätzte ihr Risikoverhalten generell als defensiv ein und bezog sich dabei vor allem auf Touren mit objektiven Gefahren. Die Frauen erklärten, dass ihnen Touren mit hohen objektiven Gefahren das Risiko nicht wert seien. Nur vier der Teilnehmerinnen stuften sich als risikoaffin ein – zwei kinderlose Frauen und zwei Mütter. Dabei versuchten alle Frauen, das Risiko durch eine möglichst genaue Tourenplanung und sorgfältiges Risikomanagement vor Ort bestmöglich zu minimieren. Mehr als die Hälfte der Mütter fühlte sich allerdings durch die Geburt ihres Kindes in ihrem Risikoverhalten beeinflusst (Tabelle 3). Als Mutter habe man eine andere Art von Verantwortung, bestätigt Johanna. Sie wäre gerade nicht bereit, eine größere Tour zu klettern. „Ich würde jetzt nicht morgen in den ‚Fisch‘ einsteigen – obwohl es mir schon gefallen würde“, sagt sie und lacht. „Ich könnte aber nicht sagen, das passt jetzt, das fühlt sich gut an.“

Auch die US-amerikanische Kletterin und Bergsteigerin Emily Harrington erzählt im Lattice Training Podcast von einer mit dem Muttersein einhergehenden starken Veränderung ihrer Risikobereitschaft. „Ich habe eine sehr dramatische Veränderung in meinem Körper in Bezug auf Risiken gespürt“, sagt sie. Sie glaube, dass Schwangerschaft, Geburt und Stillen sie auf einer biologischen Ebene verändert hätten und sie Risiken jetzt intuitiv mehr meide. Bei ihrem Partner habe sie hingegen das Gefühl, dass sich die Risikobereitschaft eher über die Jahre mit dem Alter und zunehmender Erfahrung reduziert habe. Emily betont auch, dass sie sich eine solche





Veränderung vor ihrer Schwangerschaft nicht hätte vorstellen können. Vier der befragten Mütter gaben hingegen an, ihr Risikoverhalten habe sich durch ihre Mutterrolle nicht verändert. Einige der Mütter erklärten, sie hätten ihr Risikoverhalten bereits vor der Geburt ihres Kindes verändert – häufig aufgrund von Unfällen oder Verletzungen im Bekanntenkreis und auch aufgrund eines ausgeprägteren eigenen Erfahrungsschatzes.

Fremdwahrnehmung und Schuldgefühle

Speziell im Risikosport werden Mütter oftmals kritisiert. Alison Hargreaves, die 1995 als zweite Person im Alleingang und ohne zusätzlichen Sauerstoff den Gipfel des Mount Everest erreichte, wurde nach ihrem Tod am K2 von den Medien als verantwortungslose Mutter verurteilt. Hargreaves' Handeln stand damals im Mittelpunkt einer Debatte über die moralische Angemessenheit von Müttern, die sich für risikoreiche Aktivitäten entscheiden. Ihr Beispiel steht für ein Muster, das bis heute fortwirkt: Während männliche Bergsteiger selten gefragt werden, wie sie ihre Rolle als Väter mit Risiko vereinbaren, müssen sich Mütter immer wieder rechtfertigen. Ines Papert beschreibt im Buch „Erste am Seil“, wie mühsam es für sie sei, ständig nach der Vereinbarkeit von Mutterchaft und Risiko gefragt zu werden. Hinzu kommen Schuldgefühle, die durch kulturelle Erwartungen ausgelöst oder verstärkt werden. Das bestätigt auch Claudias Studie: Fast die Hälfte der befragten Mütter hat angegeben, mit solchen Gefühlen konfrontiert zu sein. Eine als Bergführerin tätige Studien-Teilnehmerin beschreibt ihre Schuldgefühle bei der Ausübung ihres Berufs und vergleicht sich dabei mit ihren männlichen Kollegen.

„Ja, ich fühle mich schuldig“, sagt sie. „Und meine männlichen Kollegen tun das nicht. Manchmal neige ich dazu, sie dafür zu kritisieren und zu denken, dass sie sich nicht ausreichend um ihre Kinder kümmern. Aber ich weiß, dass sie das sehr wohl tun, sie machen nichts falsch. Sie kümmern sich nur auch um sich selbst und um ihre Karriere.“ Wie stark Schuldgefühle erlebt werden, hängt auch davon ab, in welchem Umfeld Mütter leben. Caroline beschreibt, dass ihre Selbstwahrnehmung als Mutter stark vom Wohnort abhängt.

„In Chamonix gab es viele sehr aktive Mütter. Man fühlt sich also als Teil der Norm, wird akzeptiert und muss nicht zweimal darüber nachdenken“, sagt sie. „Wenn man in einer Gesellschaft lebt, die ganz anders ist – in der Mütter zu Hause das Mittagessen kochen –, dann fühlt man sich einfach wie eine Außenseiterin.“ Sie glaube, dass die Gemeinschaft, in der man lebt, einen starken Einfluss auf die eigene Identität hat. Während einige Mütter mit Schuldgefühlen zu kämpfen haben, die durch gesellschaftliche Erwartungen an die Mutterrolle verstärkt werden, berichten andere, dass sie diese Konflikte nicht erleben. Auch Johanna erzählt, dass Schuldgefühle in ihrem Alpinklettern bisher keine Rolle gespielt hätten. „Ich hatte bisher immer das Gefühl, alles was ich tue, kann ich verantworten“, sagt sie.

Chancengleichheit schaffen

All diese unterschiedlichen Erfahrungen zeigen eines: Da ist Bewegung im Thema. „Und doch gibt es noch Luft nach oben. Und das braucht Raum“, sagt Claudia. Johanna ergänzt: „Was es braucht, ist echte Chancengleichheit. Denn es ist nun mal Fakt, dass die Frau das Kind auf die Welt bringt und dass es somit immer Unterschiede geben wird zwischen Vater und Mutter.“ Es geht nicht darum, diese Unterschiede auszugleichen, sondern sie anzuerkennen und Strukturen so zu gestalten, dass Müttern die gleichen Möglichkeiten offenstehen wie Vätern.

Eineinhalb Stunden haben wir jetzt telefoniert – ein intensives Gespräch. Zwischendrin hört man im Hintergrund immer mal wieder Jonathan, der mit der Oma im Nebenraum spielt. „Sonst will er nur mitreden“, sagt Johanna. Mitreden – das wollen wir auch. An einem Diskurs über Emanzipation, über die Rolle der Frau und der Mutter in der Gesellschaft, aber auch in unserer alpinen Gemeinschaft. Denn am Ende bleibt der Eindruck, dass Mütter im Risikosport gerade neue Wege aufzeigen: Sie vereinen Verantwortung und Leidenschaft, ohne ihre Identität aufzugeben. Darin liegt ihre Stärke – und vielleicht auch ein Vorbild für kommende Generationen, die erkennen, dass Bergsteigen und Mutterschaft keine Gegensätze sein müssen. ■

Quellen

- Badinter Anneliese: Der Konflikt: Die Frau und die Mutter, Frankreich 2010
- Bartolomei Claudia: Frauen im Risikosport – Eine qualitative Analyse zum Risikoverhalten von Müttern im Alpinklettern, Innsbruck 2022
- Fink Caroline/Steinbach Karin: Erste am Seil, Innsbruck 2013

Illustrationen: Kerstin Absenger