

Veröffentlicht in:
Blickpunkt EFL-Beratung 4/08, 38-50 und Beratung Aktuell,
Junfermann 1/08, 20-42

Gisela Hötter-Ponath

SCHEIDUNGSKINDER IM BLICK - Wo bleiben die Kinder und Jugendlichen in der Trennungs- und Scheidungsberatung?

1. Hinführung

Trennung und Scheidung sind einschneidende Lebensereignisse für Paare, Eltern und deren Kinder - oft genug auch für die Großeltern. Fast jeder hat heutzutage Verwandte oder Freunde, die geschieden sind. Obwohl ein alltägliches Geschehen, löst es immer noch hohe Betroffenheit aus, besonders dann, wenn es um minderjährige Kinder geht. Scheidung gilt statistisch gesehen als ein immer wahrscheinlicher werdendes biographisches Ereignis (*life-event*). Laut statistischem Bundesamt Deutschland waren im Jahr 2005 bei der Hälfte aller Scheidungen minderjährige Kinder betroffen. Auch der Gesetzgeber reagierte bereits 1998 mit dem neuen Kindschaftsrecht auf die Zunahme der Scheidungen und die Veränderungen innerhalb von Gesellschaft und Familie.

Eine bedeutsame Erneuerung im *Kindschaftsrecht* ist der Grundsatz, dass beide Eltern bei einer Scheidung sorgeberechtigt bleiben (§1687 BGB). Nur auf Antrag eines Elternteils entscheidet das Familiengericht, ob eine alleinige elterliche Sorge zum Wohl des Kindes ist (§1671 Abs.1 BGB). Das Gesetz macht deutlich, dass bei Trennung und Scheidung der Umgang mit beiden Elternteilen in der Regel zum Wohl des Kindes ist. „Gleiches gilt für den Umgang mit Personen, zu denen das Kind Bindungen besitzt, wenn ihre Aufrechterhaltung für seine Entwicklung förderlich ist.“ (§ 1626 Abs.3 BGB) Gemeint sind alle Bezugspersonen, die im Leben des Kindes bisher eine Rolle gespielt haben wie Geschwister, Großeltern, Pflegeeltern (§1685 BGB). Der Gesetzgeber hebt hervor, dass Kinder ein eigenes Recht auf Umgang mit jedem Elternteil haben. Vater und Mutter sind zum Umgang mit dem Kind verpflichtet und berechtigt (§ 1684 Abs. 1 BGB). Während für die Eltern der Pflichtcharakter an die erste Stelle gerückt ist, gibt es für das Kind lediglich ein Recht, aber keine Pflicht zum Umgang. Im § 1684 Abs. 2 BGB wird deutlich benannt, dass beide Eltern alles unterlassen sollen, was das Verhältnis zwischen dem Kind und dem anderen Elternteil belastet oder was die Erziehung des Kindes erschwert. Diese kurze Ausführung zum Sorgerecht soll deutlich machen, wie auch der Gesetzgeber das Verbleiben der gemeinsamen elterlichen Verantwortung nach Trennung und Scheidung hervorhebt. Für die *Jugendhilfe* ist es damit zu einer Regel- und Pflichtaufgabe geworden, in Fragen von Partnerschaft,

Trennung und Scheidung zu beraten (§17 SGB VIII). Immer öfter verweisen Mitarbeiterinnen von Jugendämtern auf die Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstellen (*EFL-Beratungsstellen*) freier und kirchlicher Träger. Damit stellt sich für die Beraterinnen dieser Einrichtungen mehr und mehr die Frage, wie bei Trennung und Scheidung nicht nur das Trennungspaar, sondern auch die betroffenen Kinder und Jugendlichen in den Beratungsprozess mit einzubeziehen sind. Im Unterschied zu den Kolleginnen der Beratungsstellen für Eltern, Kinder und Jugendliche haben die EFL-Beraterinnen unmittelbar die Chance, bei Trennung auf die elterliche Verantwortung einzuwirken und nicht erst dann, wenn Kinder und Jugendliche Anlass zur Beratung sind. „Ein hohes elterliches Konfliktniveau, welches oft nach der Scheidung bestehen bleibt, ist für die kindliche Entwicklung schädlicher als die Trennung der Eltern an sich. In der Langzeituntersuchung von Hetherington (2003) hielten sechs Jahre nach der Scheidung immer noch 20-25 Prozent an einem Konfliktverhalten fest.“ (Staub/Felder, 41) Die Verständigungsbereitschaft der Eltern bei Trennung und Scheidung hat für die weitere Entwicklung von Kindern und Jugendlichen einen hohen Wert. Um diese Chance zu nutzen, erachte ich es für notwendig, nach einer Trennungsentscheidung frühzeitig ein differenziertes Beratungsangebot für die betroffenen Eltern und deren Kinder anzubieten. Wie dieses in der Praxis aussehen kann und wozu und wie Kinder und Jugendliche in die Trennungsberatung mit einbezogen werden können, werde ich im praktischen Teil erläutern (*Baustein II*). Zum Verständnis der Situation von Scheidungskindern stelle ich zunächst einige ausgewählte Ergebnisse der Scheidungs- und Bindungsforschung dar.

2. Bedeutung von Trennung und Scheidung für Kinder und Jugendliche

Trennung- und Scheidung der Eltern sind ein krisenhaftes Lebensereignis für Kinder und Jugendliche. Das Verhaltensrepertoire, mit dem sie bisher ihr Leben gemeistert haben, reicht nicht mehr aus. Die neue Lebenssituation erfordert eine *Anpassungsleistung*, die viel Kraft kostet. Oft fühlen sich die Kinder vom gehenden Elternteil - manchmal von beiden - verlassen. Ihre Sicherheit und ihr Selbstwerterleben werden tief erschüttert. Ohnmacht und das Gefühl, dem Schicksal ausgeliefert zu sein, erzeugen Ängste. Schuldgefühle und Verhaltensauffälligkeiten können die Folgen sein. „Jedes einigermaßen psychisch gesunde und normale Kind muss auf die Scheidung reagieren, selbst wenn sich nach außen hin keine Reaktion erkennen lässt. Wenn sich Eltern dessen bewusst sind und sich darauf einstellen, dann ist wahrscheinlich schon viel gewonnen.“ (Figdor 1997, 24)

Viele Trennungseltern hoffen, dass ihr Kind diese neue Lebenssituation einigermaßen gut verkraftet. Diese Hoffnung ist verständlich, weil sie meistens von starken Schuldgefühlen gespeist wird. Trügerisch wird diese Hoffnung dann, wenn *Eltern verdrängen oder verleugnen*, dass sie ihren Kindern mit der Trennung einen Schmerz angetan haben. Weil sie ihre eigenen Schuldgefühle nicht aushalten, sind sie in Gefahr, zu übersehen, wie ihre Kinder unter der Trennung leiden. Den Kindern geht es oft

ähnlich. Sie wollen sich selber und ihren Eltern die Konfrontation mit ihren Nöten und Ängsten ersparen. Auffällige Reaktionen der Kinder sind jedoch gesünder als unauffällige. Dieses ist für Trennungseltern oft schwer zu ertragen, da sie in der Regel sehr belastet sind und gern unkomplizierte Kinder hätten. Deswegen ist es wichtig, die Eltern zu informieren, dass ihre Kinder mit auffällig verändertem Verhalten angemessen auf diese auffällig andere Lebenssituation reagieren. Die Reaktionsweisen der Kinder und Jugendlichen sind individuell, altersmäßig unterschiedlich und von der Art des Trennungsgeschehens abhängig. Um informieren und aufklären zu können, muss der Berater Kenntnisse über zu erwartende oder mögliche Reaktionen von Kindern und Jugendlichen im Trennungsgeschehen der Eltern haben. Im Folgenden werden einige Ergebnisse der Scheidungs- und Bindungsforschung im Sinne von Bewältigungschancen für Scheidungskinder dargestellt.

3. Scheidungs- und Bindungsforschung

3.1 Ausgewählte Ergebnisse

Die Kölner Langzeituntersuchung (Schmidt-Denter & Beelmann 1997) wollte vor allen Dingen die zu erwartende Symptombelastung bei Kindern in Trennungsfamilien dokumentieren. Die Ergebnisse der Kölner Studie bestätigen bisherige Forschungsergebnisse, dass *Kinder im Vor- und frühen Grundschulalter* besonders durch eine Trennung der Eltern gefährdet sind. Diese Kinder registrieren die familiären Veränderungen genauer als jüngere, verstehen es aber nicht und sind emotional hoch betroffen. Viele Kinder dieser Altersstufe neigen aufgrund ihres egozentrischen Weltbildes dazu, sich selbst die Verantwortung für das Trennungsgeschehen zuzuschreiben und Schuldgefühle zu entwickeln. Erst ab acht bis zehn Jahren können Kinder die elterliche Trennung realitätsgerechter interpretieren und differenzieren. *Bezüglich des Geschlechts* hat die Kölner Studie keine signifikanten Unterschiede erbracht. Es zeigten sich keine Unterschiede hinsichtlich des Beziehungserlebens und des Leidensdruckes. Andere Untersuchungen belegen jedoch, dass Jungen generell verhaltensauffälliger mit Aggression und Hyperaktivität reagieren, während Mädchen ihr Konflikterleben eher internalisieren (Hetherington 1979).

Ein *guter Kontakt zum getrenntlebenden Vater* stärkt das Selbstwertgefühl besonders für sechs- bis achtjährige Jungen. Hingegen können Mädchen in den mittleren Kindheitsjahren durch häufige Kontakte zum Vater in ihrem Selbstwertgefühl beeinträchtigt werden. Mädchen geraten durch ihr soziales Verantwortungsgefühl in ein ambivalentes Spannungsfeld, weil sie einerseits den Bedürfnissen des Vaters gerecht werden, andererseits die Beziehung zur Mutter nicht gefährden wollen (Staub & Felder 2004).

Bezüglich *des zeitlichen Verlaufes der Trennungsbewältigung* gibt es heute in der Scheidungsforschung ziemliche Übereinstimmung. So wird die erste Zeit unmittelbar vor und nach der räumlichen Trennung als eine hochbelastete und konfliktreiche Phase gesehen. Gerade in dieser Zeit

braucht das Kind besonders einfühlsame und geduldige Eltern, die es aber aufgrund der Belastungssituation nicht haben kann. „Das heißt, subjektiv hat das Kind nicht nur seinen Vater (oder zumindest einen Teil desselben) verloren, sondern auch ein ‚Stück‘ seiner Mutter: ein Stück der verwöhnenden, empathischen Mutter, also jener Aspekte des mütterlichen ‚Bildes‘, die für die Gefühle der Geborgenheit und des Geliebtheits von Bedeutung sind.“ (Figdor 1997, 26) Der unmittelbar individuell ausgedrückte Schmerz der Kinder nach der Trennung der Eltern und die daraus resultierenden Symptome sind normal. Es bedeutet jedoch nicht, dass die Kinder die Trennung langfristig nicht bewältigen können.

In der Kölner Untersuchung (Schmidt-Denter & Beelmann, 1997) über sechs Jahre nach der elterlichen Trennung zeigte, dass sich die *Symptombelastung im Laufe der Jahre vermindert*, dass es aber sehr individuelle Entwicklungen gibt. Während sich unmittelbar nach der Trennung die Kinder verstärkt an die Mutter binden und feindselige Gefühle gegen den ‚verlassenden‘ Vater hegen, distanzieren sie sich ca. dreißig Monate nach der Trennung wieder mehr von der Mutter. Die sozial-emotionalen Beziehungssysteme strukturieren sich um und im weiteren Verlauf erfolgt eine Reorganisation und Stabilisierung des neuen Familiensystems (Sander 2002). Trennungsfamilien benötigen bis zu sechs Jahre zur Bewältigung und Wiederanpassung an die neue Lebenssituation.

Dann erreichen viele ein neues Gleichgewicht. Allerdings gibt es auch Paare, die länger für die emotionale Ablösung von einander brauchen. Dieses zeigt sich in länger anhaltenden Versöhnungswünschen oder in fortgesetzten Konflikten und Streitigkeiten. Schließlich kommen die Trennungspaare und -familien zur Phase der *Re-Stabilisierung* (Lutz & Weinmann-Lutz 2006). Je länger die Scheidung zurückliegt, umso geringer wird der Kontakt von dem nicht mit den Kindern lebenden Elternteil zu den Kindern. Da nach wie vor der überwiegende Teil der Kinder bei der Mutter lebt, betrifft es den Vater. Ein Drittel der Kinder hatte bereits bis zu zwei Jahre nach der Scheidung *keinen Kontakt mehr zum Vater*. Auch wenn ein Elternteil nach der Scheidung den Kontakt zum Kind abbricht, d.h. physisch abwesend ist, kann er in der Restfamilie mental präsent bleiben. Über die Geschichten, die vom abwesenden Elternteil erzählt werden, bleibt er im Kind innerlich vorhanden. Da der Inhalt solcher ‚Vater- oder Muttergeschichten‘ nicht wertfrei ist, sind diese je nachdem Kraftquellen oder Beschädigung. „Je nach Repräsentation können diese Geschichten in ihrer emotionalen Intensität die Qualität von realen Beziehungen erreichen und die Gefühle eines Kindes ebenso beeinflussen wie seine Normen, Einstellungen oder Handlungen.“ (Staub & Felder 2004, 107)

Ein starker Indikator für eine mangelhafte Beziehungsentwicklung zwischen Vater und Kind nach der Scheidung ist paradoxerweise eine *hoch involvierte Vaterschaft vor der Trennung*. Dieses lässt sich mit einer starken Identifizierung als Vater und den negativen Effekten des Verlustes durch Abwesenheit des Kindes erklären (Staub & Felder 2004). Der Identitätsverlust ist oft mit starken Verlust- und Trauerreaktionen verbunden - manchmal auch mit Kränkung. Narzisstisch gekränkte Väter mit ausgeprägten Schamgefühlen sind besonders gefährdet, den Kontakt zu den

Kindern abzubrechen. Identifizieren sich diese Väter mit den Verletzungen ihrer Kinder, und wehren sie gleichzeitig diese unangenehmen Gefühle ab, kommt es dazu, dass diese Väter ihre Kinder herabsetzen oder demütigen, um ihr eigenes fragiles Selbstwertgefühl zu schützen. Während vorher hoch engagierte Väter in ihrer Identifikation mit der Vaterrolle nach Trennung und Scheidung eher desillusioniert und entmutigt werden, gewinnen *vorher weniger engagierte Väter* infolge eines Identitätszuwachses an Bedeutung. Demzufolge bemühen sie sich mehr um die Beziehung zu ihren Kindern. Dieses wird von den Müttern im Vergleich zu früheren väterlichen Erziehungsbemühungen oft kritisiert und abgewertet.

Sander (2006) weist darauf hin, dass der Großteil der von ihr angeführten Untersuchungen aus den Jahren 1983-1991 durchschnittlich *ungünstige Effekte von Ehescheidung* auf die Entwicklung der Betroffenen aufweisen. Das bezieht sich zum Beispiel auf den Ausbildungsstand junger Erwachsener (Krein, S. 1986), auf die Schulleistung von Kindern (Guidibaldi, J., Clemenshaw, H.K., Perry, J.D., & Mc Cloughin, C.S. 1983) auf das Wohlbefinden und das Selbstwertgefühl sowie auf das soziale Verhalten. Es gibt allerdings auch Untersuchungsergebnisse, die *keine Störungen oder Auffälligkeiten bei Kindern aus geschiedenen Ehen* (Compass, B.E. & Williams, R.A. 1990) oder sogar positive Effekte (z.B. Gutschmidt 1986) nachweisen konnten. Manche Scheidungskinder sind sozial kompetenter und weniger sozial auffällig als Kinder aus Zweielternfamilien. Besonders für Kinder hochstrittiger Eltern bedeutet die Trennung zunächst Entlastung, leider gehen gerade bei diesen Paaren die Streitigkeiten nach der Trennung in der Regel weiter.

3.2 Schutz- und Bewältigungsfaktoren Sozioökonomische Rahmenbedingungen

Finanzielle und materielle Ressourcen sind wesentliche Bewältigungsfaktoren für eine Trennungsfamilie. Finanzielle Not erhöht die Wahrscheinlichkeit von Konflikten und Erschöpfung. Für Alleinerziehende sind soziale Netzwerke von großer Bedeutung. Tatkräftige Hilfe und neue Freundschaften sind wichtige Stabilisatoren. Auch die Wiederaufnahme einer beruflichen Tätigkeit kann für eine getrenntlebende Mutter zunächst als Belastung, längerfristig jedoch als Kompetenzerweiterung und Stützfaktor wirken.

Beziehungsgestaltung

Wichtig ist, dass der betreuende Elternteil gut für das Kind und dessen Bedürfnisse sorgt, dass er zugewandt, verlässlich und warmherzig ist, jedoch auch Grenzen setzt und Disziplin einfordert. So wird vermieden, dass es zu einer Parentifizierung, d.h. zu einer vertauschten Fürsorgerolle kommt. *Versprechen müssen jetzt besonders eingehalten werden* oder dürfen nicht gegeben werden. Gefühle wie Trauer, Wut und Enttäuschung sollen klar als die eigenen und vom Kind unterschiedlich benannt

werden. Weiterhin gilt es allgemein als günstig, wenn das Kind in der gewohnten Umgebung mit Schulbesuch und allen sozialen Kontakten bleiben kann. Als protektiv gelten ein gleichbleibender positiver und konsequenter Erziehungsstil der Eltern, eine positiv erlebte Beziehung zum getrenntlebenden Elternteil und zu den Geschwistern sowie eine Konsensbildung zwischen den Eltern. Damit vergrößert sich die Chance, das Kind vor Loyalitätskonflikten und einseitigen Allianzen zu bewahren. Das gilt für jüngere aber auch für ältere Kinder. Eine positive Beziehungsgestaltung der getrenntlebenden Eltern zum Kind gehört zu den wichtigsten Bedingungen kindlichen Wohlergehens. Kinder, die einen guten, regelmäßigen Kontakt zum Vater haben, sehen ihn als zur Familie gehörend und sind weniger auffällig. Als günstig gelten Familienkonstellationen, in denen *Eltern in der Erziehung kooperieren*. In diesen Trennungsfamilien bleiben beide Eltern nach der Scheidung in hohem Maße mit den Kindern verbunden und haben auch untereinander eine grundsätzlich positive Beziehung, ohne die veränderte Beziehungssituation zu leugnen. Auch die getrennten Eltern, die sich gegenseitig ablehnen und Kontakte vermeiden, jedoch separat den Kindern positive Zuwendung und verlässlichen Kontakt bieten, ermöglichen den Kindern vergleichsweise gute Entwicklungschancen (Schmidt-Denter 2001).

Bindungsqualität

Familienbeziehungen sind in der Regel enge emotionale Beziehungen zwischen Eltern und Kinder. Bowlby (1988) erachtet gelungene Bindungsbeziehungen in der Kindheit als einen Grundbaustein für ein effektives Funktionieren der Persönlichkeit und der geistigen Gesundheit eines Menschen. Damit meint er eine sichere und flexible Balance zwischen den Grundbedürfnissen von Schutz und Nähe sowie von Individuation und Autonomie. Aus vielen Untersuchungen ist bekannt, dass ein sicheres Bindungsmuster ein Schutzfaktor für die kindliche Entwicklung ist (Brisch, Grossmann & Grossmann, Köhler 2002) So ist es gerade für Trennungseltern von Klein- und Kleinstkindern notwendig, auf diesen Schutzfaktor aufmerksam zu machen, um trotz Trennung möglichst den Bindungsbedürfnissen der Kinder gerecht zu werden. Feinfühliges Unterstützung von beiden Eltern ist tragend für die Entwicklung von *Bindungssicherheit*. Das gelingt, wenn sie auf die kindlichen Bedürfnisse nach Sicherheit, Schutz und Nähe (sichere Basis) und nach Exploration angemessen reagieren. Wichtig ist die Dialektik von Bindung und Exploration. Grossmann u.A. (2002) fanden heraus: Mütterliche Feinfühligkeit zeigt sich eher in der unmittelbaren Beantwortung der Bindungsbedürfnisse durch liebevolle Nähe und Trost. Feinfühliges Väter fordern beim Spielen eher die kognitive und soziale Kompetenz des Kindes heraus. So fördern sie die Entwicklung von Autonomie innerhalb sicherer Beziehungen und achten gleichzeitig auf die kindlichen Bedürfnisse nach Beruhigung und Sympathie.

Es wird deutlich, dass *beide Eltern die Bindungsentwicklung gleichwertig, aber unterschiedlich unterstützen können*. Das, was zusätzlich in Bindungsbeziehungen gelernt wird, sind die Fähigkeit zur Emotionsregulierung und ein inneres Arbeitsmodell (innere Repräsentation) über sich und andere. Dieses ist entscheidend für die weitere Beziehungs- und Kognitionsentwicklung des Kindes (Seiffge-Krenke, 2006). Bindungssicherheit führt zu größerer Zuversicht und weniger Ängstlichkeit sowohl in Beziehungen als auch bei anderen Herausforderungen des Lebens. Damit erhöht sich auch die Chance der Kinder, eine *sichere Partnerschaftsrepräsentation* zu entwickeln. Bindungserfahrungen während der gesamten Entwicklung in der Kindheit und während der Jugendzeit können die mentale Repräsentation junger Erwachsener in bezug auf eine liebevolle Partnerschaft beeinflussen (Grossmann u.a., 2002). Werden sicher gebundene Kinder später als Erwachsene mit Scheidung konfrontiert, können sie die Trennung ausreichend verarbeiten, zeigen Empathie für die Gefühle der Kinder und erhalten einen gewissen freundschaftlichen Beziehungskontakt (Brisch, 2004).

Triangulierung und die Bedeutung des Vaters

„Mit dem Konzept der frühen Triangulierung von Abelin (1987) richtete sich zum ersten Mal in der psychoanalytischen Theoriegeschichte die Aufmerksamkeit auch auf die Bedeutung des frühen, des präödiipalen Vaters als jenen dritten Elementes, das nicht Teil der dyadischen Primärbeziehung ist.“ (Huber, S.41) Gerade in der sogenannten „Wiederannäherungskrise“ (Mahler) in der Mitte des zweiten Lebensjahres bekommt der Vater eine besondere Bedeutung. Das Kind kann mit Hilfe seiner Beziehung zum Vater Nähe und Distanz in seiner Beziehung zur Mutter regulieren und sich dem regressiven Sog der Mutter entziehen. Am Modell des Vaters (oder auch einer anderen dritten Bezugsperson) lernt das Kind, sich autonom der Mutter gegenüber zu verhalten, d.h., die Beziehung zu ihr mit Hilfe eines Dritten zu regulieren. Die Hereinnahme des Vaterbildes in den seelischen Innenraum des Kindes ist wichtig für seine Separationsentwicklung von der Mutter.

Triangulierung ist dann gelungen, wenn die triadischen Beziehungserfahrungen internalisiert sind, so dass „aus dem äußeren Beziehungsdreieck ein inneres“ (Schon 1995, S.11) geworden ist. Nicht nur die Triade der Gegenwart, sondern auch die triadischen Erfahrungen der Eltern in ihrer Herkunftsfamilie sind von Bedeutung. „War damals Triangulierung möglich, so steht der Mutter und ihrem Kind heute diese innere Struktur der Mutter zur Verfügung. An diesen Erfahrungen kann sie sich auch als alleinerziehende Mutter orientieren und ihrem Kind auch ohne real anwesendem Vater ein Triangulierung ermöglichen“ (Grieser 2003, S. 103). Trotzdem ist ein wenn auch zeitweise anwesender Vater, besser als keiner. Ein getrenntlebender, nicht ständig anwesender Vater fördert durch häufige regelmäßige Kontakte in den ersten Jahren, die Fähigkeit des Kindes zur Triangulierung. „Beide, Vater und Mutter, müssen als Anwesende auch die Fähigkeit repräsentieren, abwesend zu sein, um nicht mit sich selber das ganze Universum des Kindes auszufüllen. Im Dreieck herrscht also eine Dialektik von An- und Abwesenheit“ (Grieser 2003, S. 106). Beides, An- und Abwesenheit fördert die Entwicklung. Auch die Bindungsforschung zeigt, dass sichere Bindung

nicht durch ständige Anwesenheit der Bezugsperson entsteht, sondern durch die Sicherheit, dass die pflegende Person grundsätzlich zur Verfügung steht, auch wenn sie nicht immer anwesend ist. Diese Sicherheit der grundsätzlichen Verfügbarkeit beider Eltern trotz Trennung und damit die Möglichkeit zu dyadischen und triadischen Erfahrungen sind ein hohes Gut für die Kinder jeden Alters in Trennungsfamilien. Besonders für die Ablösung Jugendlicher in der Pubertät und Adoleszenz ist die zur Verfügung stehende Beziehung zum Dritten (Vater) erneut hilfreich. So ist es also von größter Wichtigkeit, auch und gerade bei einschneidenden äußeren Veränderungen, „dass der ‚innere Dritte‘ als sichere, stabile Kraft, mit der sich das Kind verbinden kann und darf, erhalten bleibt. Das Kind braucht also den Schutz und die innere Erlaubnis, beide Eltern lieben zu dürfen.“ (Ammon v. 2003, 52)

Resilienz

Kinder reagieren individuell und altersmäßig sehr unterschiedlich auf Trennung und Scheidung der Eltern. Grundsätzlich zeigt sich, dass Kinder, die vor der elterlichen Trennung psychisch stabil waren auch hinterher stressresistenter sind und bessere Anpassungsleistungen in der veränderten Lebenssituation aufweisen. Resiliente Kinder haben die innere Gewissheit, dass sie geliebt und wertgeschätzt werden, d.h. sie haben eine *positive Selbsteinschätzung*. Sie kennen ihre Stärken und Schwächen und wissen, was sie sich zutrauen können und was nicht. Sie sind in der Lage, schwierige Situationen vorwegzunehmen und sich darauf einzustellen. Sie versuchen zunächst, selbst Lösungen zu finden, können sich aber auch Hilfe holen. Widerstandsfähige Kinder fühlen sich innerlich sicher in ihrer Rolle und sind weniger in Gefahr, parentifiziert zu werden. Je nach Resilienzfähigkeiten entwickeln Scheidungskinder individuelle Strategien, um mit der elterlichen Trennung umzugehen (nachzulesen: Hetherington & Kelly 2003).

4. Kinder und Jugendliche in der Trennungs- und Scheidungsberatung (Baustein II)

„Kinder wollen souveräne Eltern, die ihnen Halt und Sicherheit geben. Die Zeit nach der Trennung ist paradoxerweise eine Chance, ihnen zu beweisen, dass Eltern diese Fähigkeit trotz aller Beziehungsunwetter weiterhin besitzen.“ (Hordych 2006)

Mein zentrales Anliegen in der Arbeit mit Scheidungsfamilien ist es, Eltern und deren Kinder zu unterstützen, den Übergang zur getrenntlebenden Familie zu bewältigen. Zahlreiche Aufgaben müssen geleistet werden: die äußeren, räumlichen Veränderungen, die Umorganisation der Eltern-Kind-Beziehung, die notwendige Erweiterung des Rollenrepertoires, die Aktivierung persönlicher Ressourcen, die Stabilisierung im Selbsterleben und emotionalen Gleichgewicht bis zum Aufbau eines neuen Beziehungs- und Lebenskonzeptes. *Mein besonderer Respekt gilt den Trennungsfamilien*, die das alles - oft genug unter schwierigen ökonomischen Bedingungen - zu bewältigen haben. Durch Familiensitzungen erhoffe ich mir u.a., die elterliche Präsenz zu stärken. Lädt man den nicht mit dem Kind lebenden Elternteil (oft der Vater) ein, bedeutet das

eine *Anerkennung der Verantwortung und Wichtigkeit*, die dieser Elternteil für das Kind hat. Verfolgt die Beraterin ihre Absicht mit einer gewissen Überzeugung und Beharrlichkeit, so lässt sich dieser häufig für eine Familienberatung gewinnen. Bei Vorbehalten auch des betreuenden Elternteils, muss darüber detailliert gesprochen werden, z.B. wie der Kontakt aufgenommen werden soll, unter welchen Bedingungen und wozu das für das Kind gut sein könnte (Wilson 2003). Mein Augenmerk richtet sich zunehmend darauf, nicht nur den Eltern, sondern auch den Kindern und Jugendlichen in der Trennungsberatung Gehör zu verschaffen Gerade weil den Kindern im Trubel des Trennungsgeschehens zu viel oder zu wenig Aufmerksamkeit geschenkt wird, ist es ein gewichtiger Grund, sie in die Beratung begrenzt nach Alter und Dauer mit einzubeziehen. Werden Kinder und Jugendliche nach ihren Erfahrungen in der Scheidungssituation gefragt, erleben sich viele als Objekte des Geschehens, d.h. ihre Wünsche und Bedürfnisse werden wenig wahrgenommen. In den Sitzungen kann die Beraterin bewusst ‚*Anwältin für das Kind*‘ sein, ohne die Eltern zu deplacieren. Es geht darum, mit dem Kind und nicht über das Kind zu sprechen. Kinder brauchen Raum zum Erzählen, sie brauchen Erwachsene, die einfühlsam sind und zuhören können. Das ist für Trennungseltern schwer und kann durch das Modell der Beraterin wieder erlebbar werden.

Auch wenn ältere Kinder und Jugendliche eher widerständig zu der ersten Sitzung kommen, sind sie meistens erleichtert und zur weiteren Mitarbeit bereit. Die Eltern können die Scheu und Unsicherheit ablegen, mit dem Kind über die Trennung zu sprechen. Dazu hilft die neutrale und sichere Umgebung des Beratungszimmers und die vorherige Vereinbarung, nicht über ihre Beziehung als getrenntlebendes Paar zu reden, sondern sich auf ihre Rolle als Eltern zu konzentrieren. Die Chance liegt in einer Erweiterung der Sichtweise aller Familienmitglieder. „Das, was vom Kind und anderen Familienmitgliedern gesagt oder dargestellt wird, spiegelt nicht die einzige Auffassung der Situation wider. Ganz egal, wie stereotyp diese Beschreibungen schon geworden sind, der Therapeut sollte darauf hinarbeiten, andere Wörter, Handlungen und weiter gefasste Berichte ins Spiel zu bringen, um dem Kind oder den Erwachsenen ein größeres Repertoire verfügbar zu machen, mit dem sie ihren Schwierigkeiten begegnen können.“ (Wilson 2003, 21)

Beraterinnen haben unterschiedliche und ernstzunehmende *Gegengründe*, Kinder und Jugendliche mit in die Scheidungsberatung einzubeziehen. Genannt werden öfters: zu schwierig, kann ich nicht, kleine Kinder sind oft unruhig, fragen zu direkt, Eltern lassen alles durchgehen, Kinder sind überfordert, ich kann traurige Kinder nicht aushalten, fehlende Räumlichkeiten und kindgerechte Umgebung, ...). Kontraindiziert ist das Einbeziehen der Kinder, wenn die getrenntlebenden Eltern noch zu sehr emotional verstrickt oder belastet sind, wenn es noch zu viele ungelöste Trennungskonflikte innerer und äußerer Art gibt, wenn Kinder und Jugendliche sich weigern und, wenn die Beraterin keinen tragfähigen Kontakt zu beiden Elternteilen aufbauen konnte.

4.1 Voraussetzungen

Fachlichkeit und Erfahrung

Die Beraterin sollte Fachlichkeit und bereits Erfahrung mit Familiensitzungen haben. Gerade bei Trennungsparen ist eine größere Beziehungsdynamik vorhanden, so dass die Beraterin wachsam die Führung übernehmen muss, um auf der Elternebene zu bleiben und die Kinder im Zentrum der Aufmerksamkeit zu behalten. Sie muss ziel- und lösungsorientiert arbeiten, das gesamte System im Blick haben, ihre Allparteilichkeit bewahren und ressourcenorientiert vorgehen. Wichtig ist, mit Kindern und Jugendlichen altersgemäß sprechen und gestalterische Methoden anwenden zu können. Es gilt, die Kinder als autonome Gesprächspartner wahrzunehmen. Das setzt „eine offene Aufklärung voraus, die sie in die Lage versetzt, Einsicht in Zusammenhänge zu gewinnen und ihnen umfassende, verständliche Erläuterungen der Vorgehensweisen und Rahmenbedingungen liefert, die sie in ihren kognitiven und emotionalen Möglichkeiten respektiert und damit mitentscheidungsfähig macht.“ (Lenz 2000, 777)

Räumlichkeiten und Material

Der Raum muss für Familiensitzungen geeignet sein und auch kleineren Kindern Sitz- und Spielmöglichkeit bieten. Nützlich sind Malutensilien, einfaches Spielzeug und ein zur Verfügung stehender zweiter Raum für getrennte Aufgaben. Der zweite Raum ist notwendig, um auch aus der Situation heraus, mit den Eltern oder Kindern innerhalb der Sitzung allein arbeiten zu können.

5. Anregungen für die Arbeit mit Scheidungsfamilien

Zu Beginn möchte ich erwähnen, dass mein Verstehen und Arbeitsstil schulenübergreifend sind.

Trennt sich ein Paar während des Beratungsprozesses, bedeutet es oft, dass beide die Beratung beenden/abbrechen oder einer von beiden in der Beratung verbleibt. Begrenzte gemeinsame Sitzungen sind jedoch sinnvoll, um weitere Kränkungen und Eskalationen im Trennungsalltag zu vermeiden. Besonders, wenn Kinder und Jugendliche betroffen sind, ist die Aufrechterhaltung oder Wiederherstellung der elterlichen Verständigung ein hoher Wert. Um diese Chance zu nutzen, informiere ich gleich zu Beginn der Trennungsentscheidung das Elternpaar oder den Einzelnen über die Angebote zur Trennungsbegleitung in unserer Beratungseinrichtung und in externen Institutionen.

Erreiche ich nur einen Elternteil persönlich in der Beratung, erkunde ich dessen grundsätzliche Bereitschaft, den getrenntlebenden Partner und die Kinder und Jugendlichen zu bestimmten Trennungsthemen mit einzubeziehen. Bei Zustimmung erfolgt die Einladung des getrenntlebenden Partners zu einem ersten Gespräch durch den Klienten oder/und durch mich in schriftlicher Form. *Die erste Sitzung* mit dem eingeladenen Elternteil führe ich wahlweise in Form einer Einzel- oder Elternpaarsitzung durch. Bei Nichtzustimmung akzeptiere ich die Entscheidung für diesen Zeitpunkt, bleibe jedoch wachsam für die Möglichkeit oder auch Not-

wendigkeit, zu einem späteren Zeitpunkt Eltern- oder/und Familiensitzungen anzubieten.

Wie im ersten Teil meiner Ausführungen erwähnt, ist gerade die Zeit der räumlichen Trennung für alle Beteiligten der Trennungsfamilie hoch belastend. Wenn in dieser Zeit Beratungskontakt mit den Trennungseltern möglich ist, geht es in der Regel um Fragen oder Konflikte mit dem Umgang und unterschiedlichem Erziehungsverhalten.

5.1 Erstkontakte mit den Trennungseltern

Wie beratungstechnisch bekannt, geht es auch hier zunächst darum, Motivation und Erwartungen der Klienten zu klären (Auftragsklärung). Zusätzlich nutze ich die Chance, Aufklärungsarbeit über Bewältigungsfaktoren für Trennungskinder zu leisten. Dazu spreche ich bewusst von den Bewältigungsfaktoren und weniger von den Risiken, um Über-Ich-Botschaften im Sinne von Schuldzuweisungen zu vermeiden. Ich möchte *die Eltern gewinnen*, sich ihrer Verantwortung, was sie ihren Kindern an Herausforderung mit der Trennung zugemutet haben, zu stellen und die Konsequenzen im gemeinsamen Bemühen um das Wohl der Kinder zu tragen.

Ziel der ersten Sitzung ist, als ‚Anwältin des Kindes‘ die Eltern zu informieren, sie zu einer gemeinsamen elterlichen Verantwortung zu motivieren und möglichst zu einem Kontrakt für begrenzte Eltern- und Familiensitzungen zu kommen. Kommt es zu einem Arbeitskontrakt, ist es unerlässlich, Themen, Ziele und Zeit genau festzuhalten, begrenzt und strukturiert zu arbeiten, um nicht zu ‚alten Beziehungsthemen‘ einzuladen. Lassen sich Beziehungsthemen nicht immer ausschließen, ist dafür deutlich und klar ein anderes Setting zu wählen, um später wieder auf die Elternebene zurückkehren zu können. In den folgenden Sitzungen arbeite ich an Elternthematen unterschiedlicher Art. Gutgestellte Fragen sind hilfreich, erweitern die Perspektive und sind zudem vertrauensbildend. Zum Beispiel:

„Wie glauben Sie schätzt Ihr von Ihnen getrenntlebender Partner die Auswirkungen der Scheidung auf die Kinder ein?“

„Was denken Sie, geht in Ihrer Tochter vor, wenn der Bruder öfter zum Vater geht?“

„Wenn ich die Kinder nach den Auswirkungen Ihrer Scheidung fragen würde, was würden sie sagen?“

„Welche anderen denkbaren Gründe - außer Ihrer Scheidung - könnte es für die Schwierigkeiten Ihres Kindes geben?“

„Was wäre der größte Fehler, den ich machen könnte, wenn ich versuchte, Ihre Tochter hierher zu bringen?“

„Was hätten Sie damals, als Ihre Eltern sich getrennt haben, am meisten gebraucht?“

„Was müsste der andere Elternteil tun oder Ihnen anbieten, dass Sie mit seinem Vorschlag einverstanden sein könnten?“

„Was könnten Sie dem anderen Elternteil anbieten, dass er mit Ihrem Vorschlag einverstanden sein könnte?“

Ich beginne zunächst mit den weniger schwierigen Themen, um mit den Eltern möglichst positive ‚Verhandlungsergebnisse‘ zu erzielen. Es geht darum, zu üben, auf der Elternebene zu bleiben, eine eigene Position zu beziehen und verhandlungsbereit zu sein. Wenn möglich oder nötig, erarbeite ich mit den Eltern eine auf ihre Situation zugeschnittene schriftliche Elternvereinbarung, wobei die Wünsche und Bedürfnisse der Kinder und Jugendlichen aus den Familiensitzungen berücksichtigt werden. Meistens gebe ich jedem eine kurze *Handreichung für Trennungseltern* mit nach Hause.

5.2 Erstkontakte mit der Trennungsfamilie

Wie in jeder ersten Beratungssitzung achte ich besonders darauf, was in mir passiert, wenn die Familie den Raum betritt, welche Stimmung und Atmosphäre sich entfaltet. Sind Vorschulkinder dabei, stelle ich einfaches Spielzeug bereit. Auch im Kontakt mit älteren Kindern und Jugendlichen erlebe ich es entspannter, wenn ich neben dem Gespräch andere Aktivitäten mit einbeziehe (Skizzen anfertigen, Symbolkiste, Figuren stellen, Skulpturarbeit, Familie in Tieren, ...). Am Anfang erkläre ich den Kindern, wozu ich sie eingeladen habe und ermuntere sie, über ihr Leben außerhalb der Familie, über Freunde, Schule, Interessen, Lieblingsverwandte,... zu erzählen. Es ist mir aufgefallen, *dass Kinder und Jugendliche besonders zu Beginn nicht gern über ihre Gefühle sprechen*. Manche Kinder stehen unter dem Loyalitätsdruck eines Elternteils und können oder dürfen ihre wahren Gefühle nicht zeigen. So darf die Beraterin kindliche Gefühle nicht vorzeitig und ohne ausreichendes Verstehen des Kindes ‚herauslocken‘. Heranwachsende erreicht man eher mit sachlichen Beschreibungen. Mit ähnlich klingenden Geschichten von Trennungsfamilien oder auch mit vermuteten Gefühlen („Ich könnte mir vorstellen, dass...“), versuche ich empathisch Zugang zu bekommen. Meine erste Einschätzung über die Belastung der Kinder bespreche ich später mit den Eltern und rate gegebenenfalls zur Trennungsgruppe für Kinder oder zur Kindertherapie.

Mit Kindern ab Schulalter erarbeite ich in Anwesenheit der Eltern, was sich seit der *Trennung der Eltern verändert und nicht verändert* hat (schriftlich sichtbar auflisten). In der folgenden Familiensitzung sammle ich mit den Kindern getrennt von den Eltern ihre Wünsche für die nächste Zeit an die Eltern. Die Eltern tragen ihre Wünsche/Angebote an die Kinder zusammen. Ich mache darauf aufmerksam, die Wünsche so konkret wie möglich zu formulieren. Diese Wünsche werden natürlich von jedem schriftlich festgehalten und gegenseitig mündlich ausgetauscht. Jeder bekommt den *Wunschzettel* der anderen. Ist ein Vorschulkind dabei, kann dieses währenddessen spielen oder seine Familie als Tiere malen. Dieses Verfahren ist auch mit Jugendlichen in veränderter Form durchführbar und öffnend für weitere Sitzungen. Besonders für ältere Kinder und Jugendliche ist es eine wichtige Erfahrung, die neue Le-

benswirklichkeit konstruktiv mitgestalten zu können. Vertrautes und Gewohntes muss aufgegeben, Neues und Ungewisses zugelassen und geübt werden.

Arbeite ich in den Elternsitzungen an einem *Elternvertrag*, werden die Wünsche und Anregungen der Kinder und Jugendlichen im Einverständnis mit den Eltern im Vertragsentwurf mit aufgenommen. In Absprachen mit allen Beteiligten vereinbare ich in vier bis sechs Wochen eine weitere Familiensitzung. Hier geht es natürlich zunächst darum, den Umgang miteinander und mit den gegenseitigen Wünschen zu besprechen und, wenn vereinbart, mit dem Familienalbum zu arbeiten.

5.3 Arbeitsschwerpunkt: „Familienalbum“

In der Arbeit mit dem ‚Familienalbum‘ geht es mir ähnlich wie beim Geschichten erzählen darum, für die Familie eine Verbindung zwischen Vergangenen, dem Neuen und dem Zukünftigen entstehen zu lassen. Die Familie kann mithilfe des ‚Familienalbums‘ erleben, dass die Trennung nicht ein zusammenhangloser Teil ihrer Geschichte ist oder bleibt, sondern sich zum Ganzen einfügen lässt. Die Entwicklung der familiären Beziehungen beginnt, verändert sich durch die Trennung und geht verändert weiter. Alle Familienmitglieder bekommen noch einmal emotionale *Verbindung zur gemeinsamen Entwicklungs- und Trennungsgeschichte*. Es ist wie bei einem Ritual, wo Veränderungen, aber auch Zugehörigkeit markiert werden. Für diese Arbeit ist eine ausreichende vorherigen Absprache und Vorbereitung der Eltern unerlässlich. Die Motivation der Eltern speist sich meistens aus ihrem Wunsch, den Kindern und sich selber die Integration des Trennungsgeschehens zu erleichtern. Ob mit oder ohne Photos gearbeitet wird, entscheidet der Berater nach der emotionalen sowie psychischen Stabilität der Familienmitglieder und dem Einverständnis der Eltern. Wird ohne Photos gearbeitet, ist es möglich, immer wieder zu inneren Bildern zu den bestimmten Zeiten anzuregen.

Vorgehensweise

Eltern und Kinder sind in der vorherigen Sitzung auf diese gemeinsame Arbeit eingestimmt worden und bringen ein Photo von der Hochzeit, jeweils ein Babyphoto von den Kindern, ein Familienphoto aus der guten Zeit und einen Photoapparat mit. Nach einer kurzen ‚Anwärmphase‘ beginne ich mit der Improvisierung einer kleinen ‚Bühne‘ für die Arbeit mit dem ‚Familienalbum‘. Die Kinder sind zunächst Zuschauer, dann Mitspieler. Ich bitte die Eltern auf die ‚Bühne‘ und stelle sie mit ihren Vornamen (nach Erlaubnis) als junge Frau/junger Mann vor, als sie sich kennen gelernt haben (bei älteren Kindern lasse ich die Eltern etwas dazu erzählen). Dann geht die Geschichte weiter, und die beiden heiraten oder leben als Paar zusammen. Sie rücken symbolisch zusammen und stellen sich nebeneinander. Sie bekommen von mir als Symbol der Paarverbindung ein weißes Schleifenband, das jeder mit einer Hand festhält. Ich zeige dem Paar noch mal kurz das Hochzeitsbild und gebe es dann den

Kindern. Dann wird das erste Kind geboren. Es bekommt von mir ein sehr langes farbiges Schleifenband, das es sich um die Taille bindet und auf die Bühne dazu kommt. Ich platziere es im Abstand vor beiden Eltern und gebe beiden Eltern ein Ende des Schleifenbandes als Zeichen der Bindung. Jeder schaut sich währenddessen das Babyphoto an. Manchmal erzählen die Eltern auch eine Anekdote. Wenn es mehrere Kinder gibt, kommen sie nacheinander dazu, jeweils mit einem andersfarbigen Schleifenband als Symbol der Einmaligkeit und Individualität. Ist die Familie komplett, frage ich nach Erinnerungen, was besonders schön war miteinander. Jeder schaut sich noch einmal das Familienphoto an.

Dann leite ich über zur schwierigen Zeit, zum Streit und Auseinanderleben des Paares, zur Verunsicherung der ganzen Familie. Als Zeichen der sich anbahnenden Trennung beginnen die Erwachsenen im unterschiedlichen Maß an dem Beziehungsband zu zerren, bis einer oder beide symbolisch als endgültige Trennung/oder Scheidung das Band loslassen. Meistens geht das Paar dann auch intuitiv ein paar Schritte auseinander (*Paarebene*). Ich mache die Familie darauf aufmerksam, dass auch die Bänder der Kinder in Unruhe geraten sind, d.h. dass auch die Kinder etwas gemerkt haben. Manchmal erzählen die Kinder dann etwas von dieser Zeit, manchmal, lasse ich es so stehen. Das löst für alle Beteiligten Betroffenheit oder Trauer aus und bedarf einer empathischen Begleitung des Beraters. Die Kunst ist, nichts zu überspringen, aber auch nicht zu lange in diesem Trennungsmoment zu bleiben, um die Familie emotional nicht zu überfordern.

Dadurch, dass die Eltern Abstand herstellen, die Bänder der Kinder natürlich nicht loslassen (*Elternebene*) werden die Bänder der Kinder in Unruhe versetzt. Ich mache alle darauf aufmerksam und frage, was denn jetzt mit den Kindern passiert. Ich lasse die Kinder symbolisch ihren Platz einnehmen, wo sie jetzt wohnen. Lasse sie ausprobieren, was mit dem Verbindungsbändern passiert, wenn sie von einem Elternteil zum entfernteren gehen. Das *Band muss nur lang genug sein, dann geht es*. Ich lasse die Eltern ausprobieren, was passiert, wenn einer an dem Band des Kindes zerrt. Ich rege die Familie an, spielerisch auszuprobieren, wie die Kinder zu beiden Eltern Beziehung haben können, und wie die Eltern über die Kinder verbunden bleiben. In vorheriger Absprache mit den Eltern sage ich den Kindern: „Beide Eltern wollen, dass ihr wisst, dass sie euch noch genau so lieb haben wie vor der Trennung, dass sich daran nichts geändert hat.“ Die Eltern fügen hinzu: „*Ich werde immer dein Vater/deine Mutter sein, du musst dich nicht zwischen uns entscheiden.*“

Anschließend werfe ich noch einen kleinen Blick in die Veränderungen der Zukunft, dass die Kinder vielleicht später auch mal beim anderen Elternteil leben könnten, dass vielleicht für die Eltern ein neuer Partner dazu kommt, lasse die Eltern eine Phantasie entwickeln, was mit den Bändern zu den Kindern passiert, wenn die Kinder erwachsen sind und gehen. Zum Abschluss der Reise bitte ich jeweils einen Elternteil, den an-

deren mit den Kindern zu photographieren. Damit möchte ich ein Zeichen für das Getrenntsein als frühere Familie und Verbundenbleiben mit den Eltern setzen. Ich bitte die Eltern, bis zu nächsten Sitzung jeweils beide Photos in jeder Wohnung sichtbar zu placieren und danach *jedem Kind beide Bilder zu schenken*.

In der Regel ist die nächste vereinbarte Sitzung nach vier bis sechs Wochen die letzte Familiensitzung, manchmal sind noch vereinzelte Beratungssitzungen mit Subsystemen wie Vater/Sohn, Vater/Kinder oder Mutter/Tochter, Mutter/Kinder notwendig. Ich vertraue auf die integrierende Wirkung der Arbeit mit dem ‚Familienalbum‘ und arbeite bewusst erst danach mit den Eltern an der Schlussfassung der Elternvereinbarung in mündlicher oder schriftlicher Form. Diese gilt zunächst für ein halbes Jahr und wird den Kindern und Jugendlichen in der Sitzung mitgeteilt. Nach dieser Zeit wird die Vereinbarung in einer schon jetzt ausgemachten Elternsitzung auf Veränderungsbedarf überprüft. Jetzt oder später kann je nach Wunsch der Eltern die Arbeit mit der „Strukturierten Beziehungsrückschau“ (Baustein I Hötter-Ponath 2006) für das Paar folgen oder die Familienberatung abgeschlossen werden.

Besteht der grundsätzliche Wunsch nach einem Abschiedsritual mit oder ohne Kinder, erweist sich dieses ungefähr nach zwei Jahren oder später als sinnvoll, d.h., wenn die Wunden der Verletzungen geheilt sind.

5.4 Weitere Techniken und Methoden für Arbeit mit Trennungsfamilien Elternvereinbarung

Für Trennungseltern – nicht nur für hochstrittige – kann ein Elternvertrag das Ergebnis einer schwierigen, aber konstruktiven Absprache zum Wohl des Kindes sein. Schon der Prozess des ‚Verhandelns‘ verlangt von den Eltern, immer wieder den Blick von sich selber weg, hin zum Kind zu wenden. Das gelingt natürlich leichter in Begleitung eines neutralen Dritten, hier der Beraterin. Ein *Elternvertrag ist immer spezifisch* auf die Familie auszurichten. Kinder ab dem siebten Lebensjahr sollten bei der Entwicklung von Umgangskonzepten angemessen mit einbezogen werden. Die Vereinbarung beginnt mit einer Präambel zur gemeinsamen elterlichen Verantwortung zum Wohl der Kinder und regelt Folgendes für eine bestimmte Zeit:

- Festlegung regelmäßiger Elterngespräche (wöchentlich, monatlich, freibleibend – telefonisch, mündlich, schriftlich)
- Hauptwohnsitz des Kindes (zurzeit oder bis, ...)
- Regelmäßige Kontakte des Kindes zu dem Elternteil, bei dem es zurzeit nicht wohnt (z.B. 14tägig von – bis, ein Tag zusätzlich in der Woche), Hin- und Rücktransport, Ausnahmeregelungen wegen Verhinderung oder Krankheit, Regelung für die Ferien und bedeutsame Feiertage und Familienfeste). Hilfreich ist hierzu ein großer Kalender.
- Kontakte zu Verwandten und Freunde des Kindes
- Sonderausgaben, z.B. Musikschule...

- Gemeinsame erzieherische Grundhaltungen (Umgang mit Fernsehen, Computerspielen, Taschengeld, Geschenke, Rauchen, Alkohol, ...)
- Medizinische, schulische, religiöse Entscheidungen
-
-

Kindgemäßes Fragenstellen

„Die Art des systemischen Fragestellens soll Therapeut und Familienmitglieder unterstützen, einen Dialog über neue Perspektiven zu entwickeln, um die bereits bestehenden Konstruktionen und Berichte betreffend Notlagen und Probleme auf diese Weise aufzuweichen. Fragen können ein wirksames Mittel darstellen, um das Gespräch über derartige Unterschiede voranzubringen.“ (Wilson 2003, 73) Die Beraterin muss jedoch keine Experte für kindliche Kommunikation sein, um mit Kindern in Kontakt zu kommen. Es geht darum, die Kinder zu ermutigen, ihre Sichtweisen zu äußern. Manchmal ist es hilfreich, die Fragen durch ein Bild verständlicher zu machen. Gut gestellte Fragen können dem Kind neue Möglichkeiten aufzeigen. Verführen die Fragen dazu, die Familienloyalität zu verletzen, sind sie schädlich und verunsichern das Kind. Das passiert dann, wenn sie durch unsere Fragen angeregt werden, sich mit der Sichtweise eines Elternteils zu verbünden und zum anderen, wenn die Beraterin Geheimnisse ‚herausfragt‘. „Therapeuten stellen ihre Fragen manchmal so geschickt, dass sich Kinder verleitet fühlen, mehr zu sagen, als sie wollen. Wenn sie ihre Gefühle und Sichtweisen dann erst einmal offen gelegt haben, kann es ihnen so vorkommen, als wären sie ihnen gestohlen und sie selbst übertölpelt worden, mehr zu sagen, als sie wollten.“ (Wilson 2003, 89) Die Fragen dürfen in der Trennungsfamilie keine Krisen verstärken, das heißt, sie sollten ressourcen- und nicht konfliktorientiert sein.

Wilson (2003) gibt viele Anregungen zu kindorientierten Fragetechniken, die ich in ausgewählter und veränderter Form darstellen möchte:

- *Zirkuläre Fragen* sollten einfach und bündig formuliert werden und sich höchstens auf das Gespräch von zwei anderen Personen beschränken: „Wenn sich dein Bruder und dein Vater streiten, wie vertragen sie sich wieder?“ „Wer von der Familie hatte das größte Interesse, hierher zu kommen und warum wohl?“
- Fragen benutzen, die *zwei Zeitabschnitte* mit einem bedeutsamen Ereignis miteinander vergleichen und kontrastieren: „Hatten du und deine Schwester weniger Streit, als deine Eltern noch zusammengewohnt haben oder jetzt?“
- *Vermutungen* über zukünftige Situationen anbieten und herausfinden, wie die Einzelnen ein ähnliches Problem in der Zukunft lösen werden: „Nehmen wir mal an, es wäre ein halbes Jahr vergangen und dein Bruder wäre ganz wütend, weil der Papa vergessen hat, dass dein Bruder ein ganz wichtiges Fußballspiel hat. Was würde jeder in der Familie tun?“ „Angenommen, du erfährst, dass die Eltern deiner Freundin sich gerade trennen. Was würdest du ihr auf keinen Fall raten?“ Fragen, die direkt die Gefühle ansprechen, sind gerade von jüngeren aber auch von Jugendlichen schwer zu beantworten. Es gelingt leichter, wenn der Berater Vermutungen über die Gefühle ausspricht, ohne auf eine Antwort zu drängen.

- *Fragen mit handlungsorientierten Verben* verwenden: „Wie zeigst du, dass du traurig, wütend, enttäuscht, ... bist?“ „An welchem Verhalten merkst du, dass deine Mutter, dein Bruder traurig, wütend,... ist?“ Was müsste dein Vater, deine Schwester ... tun, damit du getröstet bist?“
- *Skalierungsfragen* sind nützlich, um den Kindern zu helfen, ihre Sichtweisen und Gefühle zu ordnen. Die Skala geht beispielsweise von 1-10, wobei der untere und obere Wert die Extrempositionen für ein Gefühl oder einer Position innerhalb eines besonderen Ereignisses bedeutet. Für Familien mit kleineren Kindern kann man auch ein „Stimmungsbarometer“ großflächig auf ein Plakat malen und die Stimmungen symbolisieren durch Bilder von Sonne, Wolken, Regen, Sturm, Gewitter, Eis... Die Kinder können bei jeder Sitzung die eigene und auch die wahrgenommene Stimmung der anderen oder die Familienstimmung zu Hause eintragen.

Verwendung von Metaphern

Eine Metapher kann von der Beraterin angeboten werden oder sich im Verlauf der Sitzung aus den verbalen und nichtverbalen Mitteilungen des Kindes in ihr abbilden. „Manche Kinder finden zur Familienberatung zu gehen wie zum Zahnarzt oder zum Rektor gehen zu müssen. Findest du das auch so oder anders?“ Wenn ein Kind gern musiziert: „Wenn ein Elternteil ausgezogen ist, kann es einem so vorkommen, als wenn immer wieder Noten fehlen und das Musikstück sich nur noch schräg anhört. Wie denkst du, geht jeder in der Familie damit um?“ „Wenn einer aus der Familie auszieht, kann es einem so vorkommen, als würde er für immer verschwinden. Was meinst du, denkt deine Schwester dazu?“ Ein Beispiel für jüngere Kinder: Die Beraterin streckt beide Arme aus. „Diese rechte Hand (Faust) hier, könnte bedeuten, du bist sehr ärgerlich oder (auf meine ausgestreckte Linke deutend), du bist sehr verletzt und traurig, dass dein Vater gegangen ist. Ist es eher wie bei diesem Arm oder wie bei dem anderen oder liegt es irgendwo in der Mitte?“

Imaginationen

Auch kann man Kinder und Jugendliche mit Hilfe einer kurzen Imaginationsübung anregen, sich einen starken ‚inneren Helfer‘ in Gestalt eines Tieres oder Fabelwesens zu schaffen oder einen inneren ‚sicheren Ort‘, zu dem es sich immer wieder zurückziehen kann wie zum Beispiel ein Baumhaus, eine Festung oder ein Märchenschloss.

Verlust- und Besserungsland (verändert nach Wilson von Gisbourne):

Das Kind malt einen großen Kreis, das ‚Verlustland‘. Darin schreibt es alle Gedanken und Gefühle, die ihm zu Trennung und Verlust einfallen. Dann malt es einen zweiten großen Kreis, das ‚Besserungsland‘. Hier sammelt es alle Gedanken und Gefühle, die ihm einfallen, wenn alles im Leben wieder rund und gut läuft. „In welchem Land wohnst du im Moment öfters?“ „Wie lange wirst du voraussichtlich da noch wohnen?“ „Was brauchst du, um im Verlustland durchzuhalten?“ „Gibt es noch jemand aus deiner Familie, der im Verlustland ist?“ „Gibt es eine Brücke zwischen dem Verlust- und Besse-

rungsland?“ „Stell’ dir mal einen Augenblick vor, wir würden eine Brücke bauen“ Hier können die Leserinnen ihre eigene Beraterische Phantasie weiterentwickeln.

Symbolische Gegenstände

Symbolische Gegenstände repräsentieren Personen, Beziehungen und Selbstaspekte. Die meisten Kinder sammeln gern Dinge, die ihnen etwas bedeuten. So können Kinder angeregt werden, Steine, Perlen oder andere kleine Dinge als Symbole ihrer Stärken in der Tasche zu tragen. Gerade für jüngere Kinder ist das Angebot von symbolischen Gegenständen eine spielerische Möglichkeit, um mit der Beraterin in Kontakt zu kommen. Sie kann zum Beispiel ein Kind bitten, mit Gegenständen, Steinen, Kissen, Figuren usw. Beziehungsrealitäten und Beziehungswünsche an die einzelnen Familienmitglieder darzustellen. Auch zeitliche Veränderungen, von jetzt und in fünf Jahren können dargestellt werden. Das Miterleben, wie sich eine Skulptur mit Symbolen entfaltet oder die Familiengeschichte mittels einer symbolischen Darstellung erzählt wird (siehe Familienalbum), wirkt an sich schon therapeutisch und kann eine Erleichterung mit sich bringen. „Skulpturaufstellung scheint nicht nur Kindern die Kommunikation mit Erwachsenen zu erleichtern, sondern auch dem Therapeuten zu helfen – durch den Wechsel von Körperbewegung, Haltung, Stimme und Gestik – in die Welt des Kindes zu gelangen und Einiges von der eher begrenzenden Körperhaltung abzustreifen, die mit dem Erwachsenensein bzw. Therapeutsein verbunden sind.“ (Wilson 2003, 108)

Arbeit mit Geschriebenem und Gemalten

Manchmal ist es für Kinder und Jugendliche, aber auch für die Eltern, zu schmerzhaft, um über die Trennung miteinander zu reden. Dann kann es hilfreich sein, schriftlich zu kommunizieren. Die Eltern entwerfen in der Sitzung einen *Fragebogen*, der einige Fragen beinhaltet, von denen sie annehmen, dass das Kind sie gern beantwortet hätte. Es wird Platz für eigene zusätzliche Fragen des Kindes gelassen. Das Kind kreuzt jetzt die Fragen an, die zutreffen. Die Eltern können jetzt schriftlich oder in der Familiensitzung mündlich auf die Fragen antworten. Wenn es schwer ist, sich sprachlich ohne zu viel oder ohne zu wenig Gefühl auszudrücken, kann ein *Bilderbuch* eine Brücke sein. Ich rege die Eltern in der Stunde an oder gebe es einem von beiden als ‚Hausaufgabe‘ mit, dem Kind bestimmte Bilderbücher vorzulesen. Im Vorlesen werden die Eltern emotional angesprochen und indirekt für die Bedürfnisse des Kindes sensibilisiert.

Für Jugendliche und Schulkinder sind *Bücher* hilfreich, um sich in den Trennungsgeschichten wiederfinden und verstanden zu fühlen. Beraterinnen sollten eine Auswahlliste oder/und einige Bücher verfügbar haben. Vorschul- und Grundschul Kinder *malen* in der Regel gern. Sie können während der Sitzungen oder auch zu Hause (Hausaufgabe) angeregt werden, frei oder zu bestimmten Themen zu malen: „Meine Familie in Tieren“, „Wenn ich einmal groß bin“, „Wenn ich drei Wünsche frei hätte“, „Meine Familie als ich klein war und jetzt“ „Ich hab so eine Wut im Bauch“, „Wenn ich traurig bin“, „Wovor ich am meisten Angst habe“...

6. Schlussgedanken

Die Arbeit mit Trennungsfamilien innerhalb der EFL-Beratung ist ein ausbaufähiges Arbeitsfeld: erstens werden die Scheidungen voraussichtlich nicht weniger, zweitens werden Jugendämter und Familiengerichte zunehmend auf die EFL-Beratungsstellen verweisen. Gerade, um nicht mit den ‚geschickten‘ oder hochstrittigen Familien den Einstieg in die Arbeit mit Trennungsfamilien zu beginnen, ist ein ‚sanfter Einstieg‘ mit motivierten Trennungseltern und -familien hilfreich. EFL-Beraterinnen könnten bei Trennungsberatungen *grundsätzlich die Eltern zu Gesprächen mit den Kindern einladen*. Auch, wenn es nicht immer gelingt, ist es das, was im Augenblick möglich ist und kann man es zu einem späteren Zeitpunkt oder bei der nächsten Trennungsfamilie probieren. Um gute Trennungsarbeit mit Familien leisten zu können, ist bereits in der Ausbildung von EFL-Beraterinnen verstärkt das Augenmerk auf diese Klientel zu richten. Fachspezifische Supervision und eine familientherapeutische Zusatzausbildung erhöhen die Qualität der Arbeit. Ich möchte mit einem Zitat von Haley schließen: „Keine standardisierte Therapiemethode, ganz gleich, wie effektiv sie bei bestimmten Problemen ist, kann erfolgreich mit der großen Therapieviefalt umgehen, die ein Therapeut typischerweise geboten bekommt - Flexibilität und Spontaneität sind notwendig, doch muss jeder Therapeut aus seinen eigenen Erfahrungen lernen und wiederholen, was zuvor erfolgreich war. Eine Kombination aus vertrauten und innovativen Techniken erhöht die Erfolgswahrscheinlichkeit.“ (Haley 1976, 9)

Zusammenfassung

Der Aufsatz ist ein engagiertes Plädoyer für die Einbeziehung von Kindern und Jugendlichen in die Trennungs- und Scheidungsberatung. Der Erhalt der gemeinsamen elterlichen Verantwortung ist ein hoher Wert für die weitere Entwicklung der Kinder. Dieses wird folgerichtig über das Kindschaftsrecht und über ausgewählte Ergebnisse der Scheidungs- und Bindungsforschung begründet. Im Praxisteil finden sich Beispiele und Anregungen, Trennungsfamilien bei der Bewältigung dieser schwierigen Lebensphase zu begleiten.

Stichworte: Gemeinsame elterliche Verantwortung, Scheidungs- und Bindungsforschung, Einbeziehung von Kindern und Jugendliche, praktische Anregungen

Abstract

This article is a dedicated pleading for the inclusion of children and juveniles into the divorce counselling. The maintenance of the parental responsibilities is of high value for the children's future development. The exercise section contains examples and suggestions that help the dissolving family to cope with this difficult phase.

Keywords: divorce counselling, parental responsibilities, inclusion of children and juveniles, examples and suggestions

Literatur:

- Ammon v. C. (2003): *Scheiden tut weh – Wie Kindern und Eltern in Trennungs- und Scheidungskrisen geholfen werden kann. Ein psychoanalytisch-pädagogischer Ansatz*. In: Blickpunkt EFL-Beratung 4, 49-56
- Bayerisches Landesjugendamt (Hg) (2001): *Trennung und Scheidung*. München
- Bowlby J. (1975): *Bindung. Eine Analyse der Mutter-Kind-Beziehung*. München, Kindler
- Brisch/Grossmann/Köhler (2002): *Bindung und seelische Entwicklungswege*. Stuttgart, Klett-Cotta

- Brisch, K.H. (2004): *Bindungsentwicklung und ihre Bedeutung für die Diagnostik und Behandlung von Störungen in der Partnerschaft*. In: Blickpunkt EFL- Beratung 10, 34-42
- Dimpker, H., v.z. Gaten, M., Maywald, J. (2005): *Wegweiser für den Umgang nach Trennung und Scheidung*. Bundesministerium f. Familie, Senioren, Frauen und Jugend
- Figdor, H. (1997): *Kinder aus geschiedenen Ehen: Zwischen Trauma und Hoffnung*. Mainz, Grünewald
- Figdor, H. (1998): *Scheidungskinder – Wege der Hilfe*. Gießen, Psycho-Sozial
- Goldstein, J., Freud, A. & Solnit A.J. (1974): *Jenseits des Kindeswohl*. Frankfurt a. M., Suhrkamp
- Grossmann K.E., Grossmann K., Winter M., Zimmermann P. (2002): *Bindungsbeziehungen und Bewertung von Partnerschaft*. In: Brisch, K.H., Grossmann & Grossmann, Köhler (Hg). *Bindung und seelische Entwicklungswege*. Stuttgart, Klett-Cotta
- Grieser, J. (2003): *Von der Triade zum triangulären Raum*. In: Forum Psychoanalyse 19. 99-115
- Gutschmidt, G. (1986): *Kind und Beruf. Alltag alleinerziehender Mütter*. Weinheim, Juventa
- Haley, J. (1976): *Problem Solving Therapy*. Dt.(1977): *Direktive Familientherapie* München, Pfeiffer
- Hardych, H. (2006): *Mein Kind sagt: Sehen wir uns Samstag, Papa?* Süddeutsche Zeitung, 29./30. 07., Nr.: 173
- Hetherington, E.M. (1979): *Divorce: A child's perspective*. American Psychologist 34, 851-858
- Hetherington, E. M. & Kelly J. (2003): *Scheidung. Die Perspektiven der Kinder*. Weinheim, Beltz
- Hötter-Ponath, G. (2006): *Trennung: Aus und Vorbei!? oder: Von der Chance, mit der „strukturierten Beziehungsrückschau“ ein gutes Ende zu finden*. In: *Beratung Aktuell* 2, 102-111
- Huber R. (2000): *Der hilfreiche Dritte im Drachenkampf: ein Versuch über den hinreichend guten Vater*. In: *Analytische Psychologie* 31, 39-64
- Jaede, W. (2006): *Was Scheidungskindern Schutz gibt*. Freiburg, Herder
- Klosinski G., Günter M., Karle M. (2001): *Scheiden tut weh*. Tübingen, Attempto
- Lenz, A. (2000): *Wo bleiben die Kinder in der Familienberatung? Ergebnisse einer explorativen Studie*. In: *Praxis Kinderpsychologie/Kinderpsychiatrie*. 49: 765-778
- Rollett, B. & Werneck, H. (Hg) (2002): *Klinische Entwicklungspsychologie der Familie*. Göttingen, Hogrefe
- Lutz, W. (Hg) (2006): *Lehrbuch der Paartherapie*. München, Reinhardt
- Müller-Michaelis, M. (1998): *Das neue Sorgerecht*. München, Südwest
- Sander E. (2002): *Scheidungsforschung im Rahmen einer Klinischen Entwicklungspsychologie der Familie*. In: Rollett B, Werneck H. (Hg) *Klinische Entwicklungspsychologie der Familie*. Göttingen, Hogrefe
- Schmidt-Denter, U., Beelmann W. & Trappen I. (1991): *Empirische Forschungsergebnisse als Grundlage für die Beratung von Scheidungsfamilien: Das Kölner Längsschnittprojekt*. In: *Zeitschrift für Familienforschung* 3, 40-51
- Schmidt-Denter, U. & Beelmann, W. (1997): *Kindliche Symptombelastungen in der Zeit nach einer ehelichen Trennung – eine differentielle und längsschnittliche Betrachtung*. In: *Zeitschrift für Entwicklungspsychologie und Pädagogische Psychologie* 29, 26-42
- Schmidt-Denter, U. (2001): *Differentielle Entwicklungsverläufe von Scheidungskindern*. In: S. Walper & R. Pekrun (Hg) *Familie und Entwicklung*, Göttingen, Hogrefe
- Schon, L. (1995): *Entwicklung des Beziehungsdreiecks Vater-Mutter-Kind*. Stuttgart, Kohlhammer
- Seiffge-Krenke, I. (2006): *Kindliche Entwicklung: Wissenswertes für Psychotherapeuten*. In: *PiD* 1, 7. Jahrgang, 3-8
- Staub L. & Felder W. (2004): *Scheidung und Kindeswohl. Ein Leitfaden zur Bewältigung schwieriger Übergänge*. Bern, Huber
- Tomm, K. (1988): *Die Fragen des Beobachters*. Heidelberg, Carl-Auer-Systeme
- Wallerstein, J. S., Lewis, J. M. & Blakeslee, S. (2002): *Scheidungsfolgen - Die Kinder tragen die Last. Eine Langzeitstudie über 25 Jahre*. Votum, Münster
- Walper, S. (1998): *Die Individuation in Beziehung zu beiden Eltern bei Kindern und Jugendlichen aus konfliktbelasteten Kernfamilien und Trennungsfamilien*. In: *Zeitschrift für Soziologie der Erziehung und Sozialisation*, 18, 134-151
- Walper, S. & Pekrun, R., (Hg) (2001): *Familie und Entwicklung – Aktuelle Perspektiven der Familienpsychologie*. Göttingen, Hogrefe

Wilson, J. (2003): *Kindorientierte Therapie – Ein systemisch-kooperativer Ansatz*. Heidelberg, Auer

Gisela Hötter-Ponath, Dipl.Soz.-Päd.(FH), Ehe-und Lebensberatung (DAJEB), Paar- und Familientherapie (DGSF), Supervision(DGSF, BAG), Körperpsychotherapie (Downing), Psychotherapie (HPG), Imaginationsbegleiterin (IFI-BS). Verheiratet, zwei erwachsene Kinder. Mitarbeiterin der Kath. Ehe-, Partnerschafts- und Familienberatungsstelle München, Rückertstr. 9, D-80336 München, Tel. 089-544311-0, E-Mail www.ghoetker@eheberatung-muenchen.de