

Justine van Lawick
Margreet Visser

Kinder aus der Klemme

Interventionen für Familien
in hochkonflikthaften
Trennungen

Aus dem Niederländischen
von Hildegard Höhr

Unter Mitarbeit von Stephanie Schöne
und Annegret Eckhart-Ringel

2017

Mitglieder des wissenschaftlichen Beirats des Carl-Auer Verlags:

Prof. Dr. Rolf Arnold (Kaiserslautern)
Prof. Dr. Dirk Baecker (Witten/Herdecke)
Prof. Dr. Ulrich Clement (Heidelberg)
Prof. Dr. Jörg Fengler (Köln)
Dr. Barbara Heitger (Wien)
Prof. Dr. Johannes Herwig-Lempp (Merseburg)
Prof. Dr. Bruno Hildenbrand (Jena)
Prof. Dr. Karl L. Holtz (Heidelberg)
Prof. Dr. Heiko Kleve (Witten/Herdecke)
Dr. Roswita Königswieser (Wien)
Prof. Dr. Jürgen Kriz (Osnabrück)
Prof. Dr. Friedebert Kröger (Heidelberg)
Tom Levold (Köln)
Dr. Kurt Ludewig (Münster)
Dr. Burkhard Peter (München)
Prof. Dr. Bernhard Pörksen (Tübingen)
Prof. Dr. Kersten Reich (Köln)

Prof. Dr. Wolf Ritscher (Esslingen)
Dr. Wilhelm Rothaus (Bergheim bei Köln)
Prof. Dr. Arist von Schlippe (Witten/Herdecke)
Dr. Gunther Schmidt (Heidelberg)
Prof. Dr. Siegfried J. Schmidt (Münster)
Jakob R. Schneider (München)
Prof. Dr. Jochen Schweitzer (Heidelberg)
Prof. Dr. Fritz B. Simon (Berlin)
Dr. Therese Steiner (Embrach)
Prof. Dr. Dr. Helm Stierlin (Heidelberg)
Karsten Trebesch (Berlin)
Bernhard Trenkle (Rottweil)
Prof. Dr. Sigrd Tschöpe-Scheffler (Köln)
Prof. Dr. Reinhard Voß (Koblenz)
Dr. Gunthard Weber (Wiesloch)
Prof. Dr. Rudolf Wimmer (Wien)
Prof. Dr. Michael Wirsching (Freiburg)

Themenreihe »Systemische Therapie und Beratung«

hrsg. von Tom Levold

Reihengestaltung: Uwe Göbel

Satz: Drißner-Design u. DTP, Meßstetten

Printed in Germany

Druck und Bindung: CPI books GmbH, Leck



Erste Auflage, 2017

ISBN 978-3-8497-0170-3 (Printausgabe)

ISBN 978-3-8497-8094-4 (ePUB)

ISBN 978-3-8497-8081-4 (PDF)

© 2017 Carl-Auer-Systeme Verlag
und Verlagsbuchhandlung GmbH, Heidelberg
Alle Rechte vorbehalten

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation
in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische
Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Informationen zu unserem gesamten Programm, unseren Autoren
und zum Verlag finden Sie unter: www.carl-auer.de.

Wenn Sie Interesse an unseren monatlichen Nachrichten aus der Vangerowstraße haben,
abonnieren Sie den Newsletter unter <http://www.carl-auer.de/newsletter>.

Carl-Auer Verlag GmbH
Vangerowstraße 14 • 69115 Heidelberg
Tel. +49 6221 6438-0 • Fax +49 6221 6438-22
info@carl-auer.de

Inhalt

Vorwort der Autorinnen	7
Vorwort zur deutschen Ausgabe	9
Ein Wort des Dankes	11
1 Einleitung	13
2 Theoretische Grundlagen	19
2.1 Eskalierende Konflikte	19
2.2 Charakteristische Merkmale von hochkonflikthaften Trennungen bzw. Scheidungen	20
2.2.1 <i>Dämonisierung und zunehmender Stress</i>	21
2.2.2 <i>Aktive Beteiligung des Netzwerks</i>	27
2.2.3 <i>Streit über die Vorgeschichte der Trennung und über Ziele</i> ...	28
2.2.4 <i>Die Kinder aus dem Blick verlieren</i>	33
2.2.5 <i>Ohnmachtsgefühle</i>	37
2.3 Interventionen	39
2.4 Kinder aus der Klemme	40
3 Die Methode	41
3.1 Zusammenfassung der Methodik	41
3.2 Behandlung im Rahmen einer Gruppe	45
3.3 Die therapeutische Haltung	50
3.4 Sicherheit und Veränderung	56
3.5 Zugangskontext und Vorgespräche	61
3.5.1 <i>Zugangskontext</i>	61
3.5.2 <i>Vorgespräche</i>	62
3.5.3 <i>Gespräch mit den Kindern</i>	69
3.6 Zusammensetzung der Gruppen	72
3.7 Informationsabend für das Netzwerk	74
3.8 Die allgemeine Organisation der Gruppensitzungen	77
3.9 Die Elterngruppe	79
3.9.1 <i>Der Aufbau der Sitzungen</i>	79
3.9.2 <i>Die Sitzungen</i>	80
3.9.3 <i>Kontakte zwischen den Sitzungen und zusätzliche Netzwerktreffen</i>	126

3.10 Die Kindergruppe	132
3.10.1 Einleitung	132
3.10.2 Punkte, die bei der Arbeit in der Kindergruppe besondere Aufmerksamkeit erfordern	137
3.10.3 Genereller Verlauf der Sitzungen	143
3.10.4 Die Sitzungen	145
Evaluation	159
3.11 Vorspeise, Hauptgericht und Nachspeise	159
Nachwort	161
Anhang	162
Anhang 1: Brief mit Erläuterung zu allen benötigten Formalitäten	162
Anhang 2: Offene Fragen zu den Kindern	164
Anhang 3: Einladung zur Teilnahme (nach dem Vorgespräch)	167
Anhang 4: Erläuterung destruktiver Kommunikationsmuster	169
Anhang 5: Was macht es mit den Kindern?	172
Anhang 6: Eskalierende Konflikte, Traumata und das Stress-System	176
Hausaufgaben für die Zeit zwischen Sitzung 3 und 4	179
Erläuterung zu Aufgabe 1	180
Erläuterung zu Aufgabe 2	180
Anhang 7: Übungen und Spiele für die Kindergruppe	183
Übungen zum Kennenlernen	183
Zur Ruhe kommen	184
In der Gruppe freier werden	185
Übungen, die Gefühle betreffen	186
Vertrauensspiele	188
Literatur	189
Über die Autoren	195

3 Die Methode

3.1 Zusammenfassung der Methodik

Das Programm zielt auf getrennt lebende Eltern, die sich nicht zu einer Einigung über eine gute Organisation ihrer Elternschaft (Cottyn 2009) durchringen können und die über Fragen der Versorgung und des Wohnens sowie über finanzielle Angelegenheiten streiten. Der Gruppenansatz *Kinder aus der Klemme* wendet sich an Eltern, die schon länger als ein Jahr getrennt/geschieden sind oder die nie zusammengewohnt haben, deren Streit eskaliert ist und die infolgedessen ihre Kinder aus dem Blick verloren haben. Ist der Streit noch nicht eskaliert, kann man durch eine Folge von Gesprächen noch einiges an Schaden abwenden.

Die Arbeit findet in einem Multifamilientherapie-Setting statt. Eine Elterngruppe arbeitet parallel zu einer Kindergruppe.

Ziel der Arbeit ist es, für die Kinder ein Klima der Sicherheit zu schaffen, in dem sie sich optimal entwickeln können, ein Klima des Vertrauens, in dem die Eltern entweder kooperieren oder einander – im Rahmen paralleler Elternschaft (Cottyn 2009) – loslassen können. Letztlich geht es darum, den Streit zu deeskalieren und die Kinder wieder in den Mittelpunkt zu rücken.

Ziel der Kindergruppe ist es, den Kindern die Möglichkeit zu geben, auf kreative Weise zu äußern, wie der Streit ihrer Eltern sie innerlich trifft. Außerdem ermöglicht die Gruppe ihnen den Kontakt zu Leidensgenossen. Sie merken, dass nicht nur sie allein »in der Klemme« sitzen zwischen ihren Eltern und dem diese umgebenden Netzwerk. Die Kinder können in einer solchen Gruppe voneinander lernen und einander unterstützen. Dort geht es ums Wiedererkennen, Anerkennen und die Befreiung von Schuldgefühlen, um kreative Kräfte und um Wehrhaftigkeit.

Die wichtigsten Details des Ansatzes sind:

- Jeweils sechs Familien werden gleichzeitig behandelt.
- Die Arbeit findet in zwei parallelen Gruppen statt, einer Eltern- und einer Kindergruppe.
- Ziel der Arbeit ist es, für die Kinder eine sichere Umgebung zu schaffen; dafür müssen die Eltern sich einsetzen.

- Für die Kinder (im Prinzip handelt es sich ausschließlich um die Kinder von Eltern, die am Gesamtprogramm teilnehmen) gibt es ein eigenes Kreativprogramm.
- Beide Eltern müssen gemeinsam zu den Vorgesprächen und zu den Sitzungen kommen.
- Die Eltern müssen bereit sein, ihr Netzwerk in die Arbeit einzubeziehen und Angehörige ihres Netzwerks zum Netzwerk-Informationsabend mitzubringen. Zwischen den Sitzungen wird das Netzwerk an den Hausaufgaben der Eltern kontinuierlich beteiligt.
- Die Eltern- und die Kindergruppe kommen jeweils 8 x 2 Stunden parallel zusammen. Jeweils nach ca. 1 Stunde findet eine Pause statt, in der die Familien aufeinandertreffen und sich die Therapeuten austauschen. Nach den Sitzungen tauschen sich die Therapeuten nochmals aus.
- Die Eltern werden über dämonisierende Kommunikationsmuster, die Funktionsweise der Stress-Systeme, den Umgang mit Emotionen innerhalb des Toleranzfensters, die direkten und indirekten Folgen ihrer Streitigkeiten für die Kinder, ihre elterlichen Aufgaben und darüber, was Kinder brauchen, informiert.
- Abgesehen von der theoretischen Information und der Reflexion darüber werden auch viele Übungen zu den wichtigsten Themen durchgeführt.
- Die Eltern entwickeln eine Erzählung über ihre Trennung, mit der die Kinder leben können.
- Die therapeutische Haltung ist die der therapeutischen Präsenz. Die Therapeuten übermitteln den Eltern die Botschaft, dass sie sie unterstützen werden, was auch immer geschehen mag, und dass sie die Kinder niemals aufgeben dürfen.
- Die Kinder stellen den Eltern und den Therapeuten in Sitzung 6 die Resultate ihrer kreativen Gruppenarbeit vor.
- In der gleichen Sitzung erläutern die Eltern den Kindern und den Therapeuten, was sie durch das Programm gelernt haben und was sie sich in Zukunft für ihre Kinder wünschen.
- Falls notwendig, ist in einem festgelegten Rahmen auch eine Nachsorge möglich.
- Kontra-Indikationen: Suchtprobleme, Psychose eines Elternteils, Minderbegabung und aktuell anhaltende Gewalt in den Beziehungen innerhalb der Familie.
- Eine bestehende Psychopathologie ist keine Kontraindikation.

In Tabellenform dargestellt sieht der Ablauf der Methode folgendermaßen aus:

	Eltern	Kinder
Vorab	<p>Anmeldung Beide Eltern müssen sich unabhängig voneinander anmelden. Es ist möglich, dass sich auch nur ein Elternteil anmeldet. Die Therapeuten nehmen dann vor dem ersten Termin mit dem anderen telefonisch Kontakt auf. Nur wenn beide einverstanden sind, kommt es zum ersten gemeinsamen Vorgespräch. Telefonisch werden erste Informationen über die Kinder notiert (Alter, Besonderheiten, Vorbehandlungen). Ein Termin für ein persönliches Gespräch wird vereinbart. Die Eltern werden auf erforderliche Unterlagen (ggf. Überweisung; s. Anhang 1) hingewiesen und gebeten, diese zum Termin mitzubringen.</p>	<p>Informationen über die Kinder kommen von Zuweisern, oder die Kinder sind schon bei uns bekannt.</p>
Erstes Vorgespräch	<p>Kennenlernen Information Gruppenbedingungen erläutern Einverständniserklärung mit der Teilnahme Erklärung der Bedeutung des Netzwerktreffens Verabredung, wie Entscheidung für Teilnahme mitgeteilt wird</p>	<p>Fragebogen zu Kindern in Empfang nehmen</p>
Zweites Vorgespräch	<p>Kurzer gemeinsamer Start mit der ganzen Familie Hinderliche Faktoren Eventuelle traumatische Erlebnisse und wie die Eltern einander triggern Fragen der Eltern Teilnahme der Kinder besprechen Erwartungen bezüglich erforderlicher Veränderungen des elterlichen Verhaltens im Interesse eines sicheren Erziehungsumfeldes Wer nimmt an den Netzwerktreffen teil?</p>	<p>Kennenlernen Die Häuser Erläuterung</p>
Informationsabend für das Netzwerk	<p>Erläuterung des Programms und der Arbeitsweise Fragen von Angehörigen des Netzwerks Das Netzwerk um Mitarbeit bitten</p>	<p>Nicht anwesend</p>

	Eltern	Kinder
Sitzung 1	<p>Begrüßung</p> <p>Kennenlernen mit Vorstellung der Kinder anhand von Fotos</p> <p>Erläuterung destruktiver Kommunikationsmuster</p> <p>Austausch zu destruktiven Kommunikationsmustern</p> <p>Hausaufgabe: Identifizieren dämonisierender und destruktiver Umgangsmuster; das Netzwerk darüber informieren; Film ansehen, Artikel lesen mit Netzwerk</p> <p>Abschluss</p>	<p>Kennenlernen</p> <p>Eine Präsentation für die Eltern mit kreativen Mitteln vorbereiten oder daran arbeiten, wie die Kinder den Streit zwischen ihren Eltern erleben</p>
Sitzung 2	<p>Übung zum »Ankommen«</p> <p>Was hat sich seit der letzten Sitzung verändert?</p> <p>Übung »In die Rolle der Kinder schlüpfen« in drei Runden; destruktive Kommunikationsmuster im Rollenspiel (Eltern in Kinderperspektive)</p> <p>Besprechen der Hausaufgaben:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wie gehen die Eltern damit um? Und wie hat ihr Netzwerk darauf reagiert? • Welche Folgen hat das für die Kinder? • Eine Erzählung über die Trennung entwickeln, mit der die Kinder leben können; diese Geschichte mit dem Netzwerk besprechen <p>Abschluss</p>	<p>Fortsetzung der Arbeit an der Präsentation</p>
Sitzung 3	<p>Übung zum »Ankommen«</p> <p>Mitgebrachte Erzählung über die Trennung für die Kinder vortragen und besprechen</p> <p>Information zu Traumata, zu Konflikten und zum Stress-System</p> <p>Gruppengespräch und Reflexion</p> <p>Hausaufgaben:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Im Alltag auf destruktive Muster, zunehmenden Stress und die eigene Position dabei achten; diese Zusammenhänge dem Netzwerk erklären • Zu Sitzung 4 drei Symbole mitbringen, die Qualitäten des anderen Elternteils widerspiegeln <p>Abschluss</p>	<p>Fortsetzung der Arbeit an der Präsentation</p>
Sitzung 4	<p>Übung zum »Ankommen«</p> <p>Was hat sich verändert?</p>	<p>Fortsetzung der Arbeit an der Präsentation</p>

	Eltern	Kinder
	Besprechung der Hausaufgaben, eine Runde Symbole und Komplimente Fragen: Neue Lösungen für alte Probleme Abschluss	
Sitzung 5	Übung zum »Ankommen« Was hat sich verändert? Gemeinsam werden neue Lösungen für alte Probleme erarbeitet (Übung) Hausaufgaben: Neue Lösungen für alte Probleme suchen Dem Netzwerk erklären, was sich positiv verändert hat Zusammen mit dem Netzwerk die Präsentation vorbereiten Abschluss	Fortsetzung der Arbeit an der Präsentation
Sitzung 6	Übung zum »Ankommen« Präsentationen der Eltern und Kinder füreinander Reflexionen und Gefühle angesichts der Präsentation der Kinder Präsentation der Eltern Reflexionen angesichts der Präsentationen der Eltern Abschluss	Präsentationen der Eltern und Kinder füreinander
Sitzung 7	Übung zum »Ankommen« Neue Lösungen für alte Probleme Hausaufgaben: Nachdenken darüber, was sich verändert hat und ob weitere Hilfe erforderlich ist Gespräch mit dem Netzwerk Abschluss	Austausch von Tipps untereinander für den weiteren Umgang mit Streits der Eltern
Sitzung 8	Evaluation und Abschluss	Austausch von Tipps (siehe Sitzung 7)

3.2 Behandlung im Rahmen einer Gruppe

Im KJTC und im Lorentzhuis finden viele Gruppentherapien mit Ehepaaren, Familien, Elternpaaren, Kindern und Eltern-Kind-Dyaden statt. Es gibt zahlreiche Untersuchungen über die Wirksamkeit von Einzelbehandlungen verglichen mit Gruppenbehandlungen. In vielen von ihnen hat sich gezeigt, dass sowohl Einzel- als auch Gruppenbehandlungen wirksam sind (van der Stel 2002). Gruppentherapien scheinen insbesondere bei sozialen Problemen und Verhaltensprob-

lemen besser zu wirken als Einzeltherapien (Wethington et al. 2008), und das Gleiche gilt bei Gewalt in Beziehungen (Stith et al. 2004). Weil Eltern in einem anhaltenden Streit ihre Probleme so vehement externalisieren, hat sich aufgrund der umfangreichen klinischen Erfahrungen mit Therapiegruppen das Programm *Kinder aus der Klemme* für einen gruppentherapeutischen Behandlungsansatz entschieden.

Die Eltern- und die Kindergruppe finden immer gleichzeitig statt. Die Familien betreten die Behandlungsräume gemeinsam, sodass die Kinder sehen und erleben, dass sie nicht als »Problemkinder« bei einer sozialen Einrichtung »abgeliefert« werden, sondern dass sich ihre Eltern selbst an der Arbeit beteiligen.

Die Behandlung in einer Gruppe hat zahlreiche allgemeine Vorteile: Die Teilnehmer können ihre Probleme bei anderen Gruppenmitgliedern wiedererkennen und anerkennen, sie lernen, sich selbst und das eigene Verhalten im Spiegel des anderen besser wahrzunehmen; sie unterstützen einander; sie können in einer sicheren Umgebung mit neuen Verhaltensweisen experimentieren und diese einüben, sie lernen von anderen Gruppenmitgliedern, die die gleichen Probleme wie sie haben; sie können allmählich Vertrauensbeziehungen aufbauen; Entfremdung und soziale Isolation nehmen in der Gruppe ab. All dies entfaltet auch im Rahmen des Programms *Kinder aus der Klemme* seine Wirkung.

Wie schon im Vorwort beschrieben, ist die Arbeit mit Eltern, die sich in einer hochkonflikthaften Trennung oder Scheidung befinden, oft für alle Beteiligten erschöpfend und wenig effektiv. Der Therapeut kann sich in den polarisierenden Streit verstricken und arbeitet dann nicht mehr gut. Im Gruppenrahmen arbeiten grundsätzlich zwei Therapeuten zusammen. Gemeinsam fällt es ihnen viel leichter, sich aus dem Streit herauszuhalten. Als anteilnehmende Außenstehende können sie die Eltern zu einem anderen Verhalten einladen und auf die Schaffung einer sicheren Umgebung für die Kinder fokussieren.

In individuellen Beratungsgesprächen und Einzelbehandlungen bleiben Eltern oft in ihrer eigenen Wahrheit gefangen. Sie versuchen dann mit aller verfügbaren Kraft, ihr Gegenüber von der Richtigkeit ihrer Sicht zu überzeugen.

Die Dynamik in einer Gruppe ist eine andere. Eltern erkennen sich in anderen Eltern, im Streit anderer Elternpaare wieder. Sie können einander sowohl konfrontieren als auch unterstützen. Außerdem können in einer Gruppe Übungen ausgeführt werden und es sind mehr

Möglichkeiten der Arbeit verfügbar als in einer Therapie mit einem Elternpaar, einem Erwachsenen, einem Kind oder einer Familie.

In der Gruppe werden Eltern in einem anderen Kontext als dem gewohnten miteinander konfrontiert. Meist haben sie einander vorher gemieden, weil jedes Aufeinanderprallen bei ihnen viel Stress erzeugte. Sie haben einander nur im Streit oder aus der Perspektive einer polarisierten Tunnelsicht gesehen. Die Gruppenbehandlung durchbricht dieses Vermeidungsverhalten.

Aufgrund der Teilnahme an der Gruppenarbeit sind sie oft erstmals seit Jahren wieder in der Lage, auch gute Seiten ihres Ex-Partners zu sehen. Sie erleben erfreuliche und lehrreiche Interaktionen mit anderen Gruppenmitgliedern oder mit dem Therapeuten, insbesondere aber in der Pause gute Interaktionen mit ihren Kindern. Beispielsweise erzählte eine Mutter in der Gruppe ganz erstaunt, ihr vierjähriger Sohn sage oft, er habe große Angst vor seinem Vater, aber in der Pause habe er fröhlich auf dessen Schoß gesessen und beide hätten sich gemeinsam schlapp gelacht. Die Mutter fühlte sich erleichtert, weil im Kontakt zwischen Vater und Sohn auch diese Seite zum Vorschein gekommen war.

So kann der Stress, den die Anwesenheit des Ex-Partners hervorruft, in der Gruppensitzung und in den Pausen verringert werden. Angst und Aggression lassen nach, weil sich die getrennten Partner nicht ständig auseinandersetzen müssen. Wenn sie ruhig dem Therapeuten oder anderen Gruppenteilnehmern zuhören, merken sie manchmal, dass sie in Anwesenheit des anderen Elternteils auch entspannt sein können.

In einem späteren Stadium erleben sie möglicherweise, dass sie während eines Gesprächs mit dem Ex-Partner wieder unter Stress geraten, der sich dann aber nach einer Weile wieder auflöst. Sie lernen zu spüren, wann der Stress zu stark wird, wie sie das Gespräch in solchen Augenblicken kurz unterbrechen, sich wieder beruhigen und es später fortsetzen können. Den gleichen Prozess erleben sie in der Gruppe auch bei anderen Teilnehmern mit. Im Idealfall lernen sie sogar, beim Ex-Partner weniger Stress hervorzurufen, im Kontakt miteinander die Bedürfnisse des Kindes in den Mittelpunkt zu stellen, zusammenzuarbeiten und gemeinsam Vereinbarungen zu treffen.

Eltern können einander in der Gruppe oft besser als die Therapeuten unterstützen, konfrontieren und korrigieren, weil sie das Gefühl haben, mit den anderen Teilnehmern auf Augenhöhe zu sein. Sie

sehen bei anderen streitenden Eltern, wie sich Streitigkeiten auf die Kinder auswirken.

Beispielsweise sah eine Mutter eine andere in der Pause wütend nach draußen laufen, weil es in der Elterngruppe zu einer Konfrontation gekommen war. Und sie sah auch, dass die sechsjährige Tochter der anderen Mutter vor der Eingangstür wartete. Das Mädchen kam gerade aus der Kindergruppe und wollte ihrer Mutter eine Zeichnung zeigen, doch die Mutter stürmte an ihr vorbei, ohne sie zu beachten. Die Mutter, die diese Szene beobachtet hatte, kam dem Mädchen zu Hilfe und erlebte seinen Kummer darüber, die eigene Mutter in diesem Moment nicht erreichen zu können. Nach der Pause erklärte die Mutter, die diese Szene als Beobachterin miterlebt hatte, sie wisse nun, dass sie ihre Kinder so etwas niemals erleben lassen wolle.

Eltern können einander auch helfen, ihre negativen Gedanken über sich selbst zu korrigieren.

Eine Mutter erzählte in der Elterngruppe, sie sei in letzter Zeit immer sehr müde von ihrer Arbeit und ihre Kinder seien so laut. Der Vater sagte: »Dann lass doch die Kinder am Wochenende einen Tag länger bei mir.« Darauf reagierte die Mutter mit der spitzen Bemerkung: »Bin ich jetzt etwa wieder keine gute Mutter oder was?!« Daraufhin stellten andere Eltern klar, dass der Vater ein Angebot gemacht habe, um sie zu unterstützen und dafür zu sorgen, dass sie eine gute Mutter bleiben könne.

Die sechs Elternpaare, die an einer solchen Gruppe teilnehmen, befinden sich in verschiedenen Phasen ihres Streits. Einige sind »erst« seit eineinhalb Jahren getrennt, andere schon seit zehn oder zwölf Jahren. Sie erkennen bei anderen Eltern die verschiedenen Stadien wieder und können einander warnen, die Situation nicht auf die Spitze zu treiben. Sie erklären einander, dass ein Rechtsstreit das ganze Problem nur noch verschärft, dass die Kinder sich nach Beendigung des Streits deutlich erholen usw. Eltern nehmen so etwas von anderen Eltern, die aus persönlicher Erfahrung sprechen, eher an als von Therapeuten.

In der Kindergruppe fühlen sich die Kinder anerkannt und erkennen sich in den anderen Kindern wieder: Sie sehen, dass ihre Beschwerden eine Reaktion auf den Streit ihrer Eltern sind. Viele Kinder glauben, ihre Eltern streiten so heftig, weil sie selbst so schwierig und

kompliziert seien. Schließlich beteuern die Eltern ja immer wieder, sie stritten »im Interesse der Kinder«. Die Kinder erleben das zwar völlig anders, aber schuldig fühlen sie sich trotzdem. Wenn man Kinder verschiedener Altersstufen in einer Gruppe zusammenfasst, kristallisiert sich eine Gemeinsamkeit heraus, ein Bereich gemeinsamer Erfahrung, in dem sich Kinder verschiedener Altersstufen und Entwicklungsphasen unterstützen können.

Auch die Therapeuten bilden eine Gruppe. Es gibt zwei Therapeuten für die Elterngruppe und zwei für die Kindergruppe und bestenfalls in beiden Gruppen je einen Praktikanten. Jede Familiengruppe wird also von einem Team begleitet, das aus insgesamt vier bis sechs Therapeuten besteht. Die Mitglieder der Therapeutengruppe unterstützen und helfen einander. Die Therapeuten treffen sich vor jeder Gruppensitzung, um einander über neue Entwicklungen zu informieren und sich gemeinsam auf die kommende Sitzung vorzubereiten. Sie beraten kurz über die Themen, die auf dem Programm stehen, wobei sie auch Raum für das lassen, was die Eltern und Kinder eventuell einbringen. In der Pause setzen sich die Therapeuten erneut fünfzehn Minuten zusammen, um über das Geschehen in den beiden Gruppen zu reflektieren und zu erörtern, ob Programmanpassungen erforderlich sind.

Oft verläuft der Prozess in beiden Gruppen parallel. Sind beispielsweise in der Kindergruppe viele Kinder mit ihrer Angst vor der Wut ihrer Eltern beschäftigt, geht es in der Elterngruppe oft ebenfalls um die Wutausbrüche der Eltern und um ihre Angst sowohl vor den eigenen Wutanfällen als auch vor denjenigen ihres Ex-Partners. Oder in der Kindergruppe herrscht eine sehr entspannte und ruhige Atmosphäre, während die Eltern hart und konstruktiv arbeiten. Besteht in der Kindergruppe ein hohes Angstniveau, kann man fast immer annehmen, dass der Prozess in der Elterngruppe zu schnell vorangeht und bei den Eltern zu große Angst erzeugt. Kinder scheinen Spannungen in der Elterngruppe selbst aus der Entfernung aufzuschnappen. Kurz innezuhalten und dies mit den Eltern zu besprechen kann in solchen Fällen Abhilfe schaffen und die Angst in beiden Gruppen reduzieren.

Die Parallelität der Prozesse in der Eltern- und in der Kindergruppe wird häufig in der Pause und während der Nachbesprechung der Therapeuten deutlich. Eine Nachbesprechung findet nach jeder Gruppensitzung statt. In diesen 30 Minuten reden die Therapeuten über ihre Erlebnisse und Frustrationen, ihre Trauer und ihre Freude angesichts der Entwicklungen in den Gruppen. Das Geschehen dort

berührt nicht nur die Eltern und Kinder tief innerlich, sondern auch die Therapeuten. Die Familien erleben viele Emotionen – Verzweiflung, Ohnmachtsgefühle, Trauer, Wut und Angst, aber auch Verbundenheit, Hoffnung, Liebe, Sehnsucht und Durchsetzungsfähigkeit. Die gleichen Emotionen erleben auch die Therapeuten, Frustration und Freude wechseln einander auch bei ihnen ab. Die Therapeuten müssen sich im Kontakt miteinander sicher fühlen und sich über ihre Gefühle austauschen können.

Ein wichtiger zusätzlicher Einfluss in der Elterngruppe ist der Kontakt zwischen den Gruppenmitgliedern. Manchmal verstärkt dieser die Polarisierung zwischen den beiden Eltern noch, weil Gruppenteilnehmer zwischen den Sitzungen Unterstützung bei anderen Teilnehmern suchen und sich mit diesen verbünden. Solche Vorgänge sollten in der Gruppe besprochen werden, verbunden mit der Frage, ob sie dem Vertrauen zwischen den getrennten Eltern und der Schaffung eines sicheren Erziehungsumfeldes für die Kinder förderlich sind. In solchen Fällen finden sich immer wieder Eltern, die konfrontieren, korrigieren und einander Ratschläge geben.

Manchmal ist es sinnvoll, den Eltern ans Herz zu legen, vor Behandlungsende auf jeglichen privaten Kontakt mit anderen Gruppenmitgliedern zu verzichten. Ihn zu verbieten ist nicht ratsam, weil dadurch nur ein neuer Konfliktherd entsteht. Am wirksamsten scheint es zu sein, die Verantwortung dafür der Elterngruppe und den betreffenden Eltern zu überlassen und als Therapeut so klar und transparent wie möglich auf die potenziellen Folgen privater Kontakte außerhalb der Sitzungen hinzuweisen.

3.3 Die therapeutische Haltung

Die Therapeuten bemühen sich von Anfang an um eine kooperative Atmosphäre, in der die ganze Gruppe, Eltern wie Therapeuten, gemeinsam an einer besseren Situation für Kinder und Eltern arbeiten. Dabei fungieren die Therapeuten als verbindendes Element. Die Elterntherapeuten kennen die Namen der Kinder und erwähnen die Kinder regelmäßig, indem sie beispielsweise sagen: »Wie schön Sie mit Sofie in der Pause zusammengesessen haben und sie sich an Sie gekuschelt hat« oder: »Toll, dass Said seine Gitarre mitgebracht hat.« Die Kindertherapeuten sagen zu den Kindern regelmäßig etwas über ihre Eltern, beispielsweise: »Wie stolz dein Papa dich in der Pause an-

geschaut hat, als du ihm die Zeichnung gezeigt hast« oder: »Da hast du aber vorhin schön bei deiner Mutter auf dem Schoß gesessen«.

Die Elterngruppe

Die therapeutische Haltung in der *Elterngruppe* ist die therapeutischer Präsenz, vergleichbar mit Haim Omers elterlicher Präsenz, die er in seinem Buch *Autorität ohne Gewalt* (Omer 2003) beschreibt. Die Therapeuten sind immer da und äußern sich sehr bestimmt und klar darüber, »was geht« und »was nicht geht«: Kinder aufzugeben beispielsweise ist keine Option. Die von Eltern als unlösbar dargestellten Probleme halten sie diesen immer wieder vor: Ihr *müsst* einen Weg finden, sonst gelingt es euren Kindern niemals, da herauszukommen. Und die Therapeuten äußern immer wieder ihre Zuversicht, dass die Eltern ihr Verhalten ändern können.

Während der Behandlung werden die Eltern immer wieder mit Wahlmöglichkeiten konfrontiert, was bei ihnen das Gefühl der Autonomie fördert. So entsteht Raum für Veränderung und Reflexion. Bei vielen Eltern ist der Stress so stark geworden, dass sie ihr Heil nur noch darin suchen, den Schaden zu begrenzen; es geht ihnen also nur noch darum, Lösungen zu finden, die weiter polarisieren. Die Präsenz der Therapeuten und das Vertrauen, das sie ausstrahlen, ermöglichen den Eltern, Stress abzubauen und aufgrund dessen wieder ein größeres Spektrum an Möglichkeiten ins Auge zu fassen.

Die Therapeuten überlassen die Regie über den Inhalt der Gruppe also weitgehend den Eltern. Wenn die Therapeuten die Führung übernehmen – etwa beim Setzen von Grenzen, wenn sie Teilnehmer unterbrechen, wenn sie Sitzungen beenden, vor einer Pause und bei ähnlichen Anlässen –, sollten sie so transparent und vorhersehbar wie möglich arbeiten. Dies kommt dem Vertrauen zu ihnen und zur Therapie zugute.

Im Übrigen sollten möglichst wenig Regeln formuliert und Vereinbarungen getroffen werden (siehe Sitzung 1 der Elterngruppe). Stattdessen sind die Therapeuten stets wachsam, achten auf destruktive Kommunikation und stoppen diese, wenn das nicht durch die Gruppe geschieht. Dies wird dann gleich zur Reflexion genutzt.

Ein wichtiges Thema, das in jeder Elterngruppe auftaucht, ist das Bedürfnis fast aller Eltern, in der Gruppe zu erzählen, was alles geschehen ist, um ihre Wahrheit als die einzig richtige darzustellen, ihr Leid mitzuteilen und in ihrem Schmerz anerkannt zu werden. Die

Therapeuten grenzen dies ein, indem sie Eltern, die zu viele Geschichten und Beispiele für das Fehlverhalten ihres Ex-Partners anführen, unterbrechen. Sie erklären, dass sie zwar verstehen können, dass jeder seine Geschichte erzählen will, der Gruppenrahmen aber nicht genug Zeit und Raum dafür bietet. Das Stressniveau in der Gruppe würde infolgedessen zu sehr steigen und fruchtbares Arbeiten unmöglich machen. Der Therapeut bittet die Teilnehmer in solchen Fällen, ein einziges kurzes Beispiel zu beschreiben, das verdeutlicht, was er ausdrücken will. Dazu kann der Therapeut sich einer Metapher wie der des Blutbildes bedienen, das sich anhand eines einzigen Blutstropfens bestimmen lässt.

Die Therapeuten begegnen den Klienten mit aktiver Anteilnahme, indem sie sie anrufen, wenn sie sich zu einer Sitzung verspäten oder ihr ganz fernbleiben. Außerdem können sie zu eventuell zuständigen medizinischen und psychosozialen Fachkräften oder Behörden Kontakt aufnehmen. Dadurch kann eine Unterstützung gewährleistet werden, die Sicherheit geben kann und den für die Stressverringerung notwendigen Rahmen bietet.

Diese Art der Unterstützung kann für Eltern sehr motivierend sein, wenn sie als echtes Angebot verstanden und transparent besprochen wird. Die Kontaktaufnahme kann nur mit Einwilligung und nach Vorliegen einer Schweigepflichtsentbindung stattfinden.

Schon beim ersten telefonischen Kontakt oder beim ersten Vorgespräch lassen die Therapeuten therapeutische Präsenz erkennen (Baart 2004; Omer 2007). Sie stellen eine Verbindung zu den Eltern her und richten ihre Aufmerksamkeit gleichzeitig auf das Kind oder die Kinder. Sie behalten die Kinder ständig im Blick: »*Keeping your child in mind*« (Gold 2011). Das bedeutet, dass sie sich gegen schädigende verbale Äußerungen und Verhaltensweisen zur Wehr setzen und ein Verhalten fördern, das eine sichere Umgebung ermöglicht. Sie positionieren sich als professionelle Fachkräfte, die ihre Arbeit auf der Grundlage einer Haltung der Anteilnahme gegenüber den Kindern und Eltern verrichten, mit dem Ziel, die Sicherheit für alle Beteiligten zu verbessern, sodass sich alle weiterentwickeln können. Und sie sind davon überzeugt, dass dies für alle Familien möglich ist. Das Vertrauen darauf drücken sie immer wieder aus. Sie wissen zwar noch nicht, wie es mit einer bestimmten Familie weitergehen wird, aber sie werden sich für sie einsetzen. Die Therapeuten vertreten eine Haltung der »Sicherheit in der Unsicherheit« (Mason 1993). Sie strahlen aus, dass

sie wissen, was sie tun, auch wenn sie natürlich nicht genau vorauszusagen vermögen, wie es dieser speziellen Familie im Laufe der Behandlung/Therapie ergehen wird. Sie sind auf eine sichere Weise unsicher, was ihnen Offenheit dem Weg gegenüber ermöglicht, den die Eltern einschlagen werden.

Eltern, die schon lange streiten, haben sich hinter ihren eigenen Positionen und Gewissheiten verschanzt. Beide haben eine eigene Wahrheit für sich »gepachtet«. Und sie versuchen, einander und die Mitglieder ihrer Netzwerke von der Richtigkeit ihrer Sicht zu überzeugen. Sie befinden sich somit im Bereich der »Unsicherheit in der Sicherheit« (Mason 1993). Wenn Familienangehörige oder andere Mitglieder ihres Netzwerks solchen Eltern widersprechen oder mit ihnen Streit anfangen, gießen sie dadurch meist Öl ins Feuer.

Die Therapeuten sind grundsätzlich bemüht, die strittigen Auffassungen zu meiden. Allparteilichkeit mit Schwerpunkt auf den Kindern ist die Grundhaltung. Bei dieser zu bleiben, ist manchmal schwierig. Die Therapeuten müssen einander unterstützen, um alle Stimmen zu hören und sich nicht darauf zu verlegen, Kontrolle ausüben zu wollen. Denn angesichts der Verzweiflung und des Misstrauens, das die Eltern in die Behandlung/Therapie mitbringen, ist jegliche Kontrolle von außen kontraproduktiv.

Wenn Therapeuten sich unsicher sind, wie sie ihre Arbeit fortsetzen sollen, oder wenn sie selbst kurz davor stehen zu verzweifeln, bitten sie die Gruppe um Hilfe. Beispielsweise könnten sie dann sagen:

»Wir haben das Gefühl, dass wir irgendetwas nicht gut gemacht haben. Die Atmosphäre in der Gruppe ist sehr unsicher geworden und sehr viel Schmerz und Verzweiflung ist zu spüren. Wir wissen nicht so recht, wie wir die Arbeit jetzt am besten fortsetzen, damit der Schmerz nicht noch stärker wird. Können Sie uns helfen? Hat jemand eine Idee?«

Ist diese Frage authentisch, kommt immer Hilfe aus der Gruppe und initiiert einen Prozess, der wieder mehr Sicherheit entstehen lässt. Indem der Therapeut um Hilfe bittet, ist sein Verhalten der Dynamik einer hochstrittigen Trennung genau entgegengesetzt und lädt die Eltern so ein, das Land der Unmöglichkeiten zu verlassen und gemeinsam das Land der Möglichkeiten zu erkunden (Wilson 2007). Die Therapeuten können für die Elterngruppe die Metapher eines

verletzten Tieres verwenden, das faucht, sein Fell sträubt und seine Klauen ausfährt. Dieses Bild hilft den Eltern, eine sichere, gelassene und beruhigende Präsenz aufrechtzuerhalten, wodurch das Stressniveau wieder sinken kann.

Weil die Eltern oft sehr heftig und emotional reagieren, kommt es vor, dass die Therapeuten davon selbst emotional getroffen werden. In solchen Fällen ist gegenseitige Unterstützung der Therapeuten sehr wichtig. Deshalb äußern sich in den Pausen häufig Therapeuten emotional über das aktuelle Geschehen in der Gruppe. Dies hilft ihnen, nach der Pause oder in der nächsten Sitzung wieder völlig präsent zu sein.

Übrigens wird in solchen Gruppen auch oft gelacht. Erkennen sich Eltern im Verhalten anderer wieder, werden sie oft entspannter und müssen über sich selbst lachen. Wenn alle es am wenigsten erwarten, kann eine Bemerkung oder Handlung Anlass zu befreiendem gemeinsamem Lachen geben. Auch in der Therapeutengruppe herrscht in den Auszeiten zwischen und nach den Sitzungen eher eine gewisse Leichtigkeit vor, weil das hilft, die Schwere in der Gruppe später wieder ertragen zu können.

Voraussetzung hierfür ist eine *Vertrauensbeziehung* zwischen den Therapeuten. Sie müssen sich aufeinander verlassen können, darauf bauen können, dass ihre Kollegen sie schätzen und ihre Kompetenz anerkennen. Und sie brauchen ein Gefühl der Verbundenheit miteinander und der Sympathie. Die Gruppen fordern den Therapeuten sehr viel ab. Deshalb ist eine gute Beziehung zwischen den Therapeuten unverzichtbar.

Therapeutische Präsenz beinhaltet auch, dass die Therapeuten einander über alle aktuellen Entwicklungen informieren. In der Kindergruppe können Dinge zutage treten, über welche die Therapeuten der Elterngruppe informiert sein sollten, und in der Elterngruppe können sich Dinge zeigen, die zu wissen für die Therapeuten der Kindergruppe wichtig ist.

Es ist wichtig, mit solchen Informationen sehr sorgfältig umzugehen. Insbesondere muss man darauf achten, dass Äußerungen von Kindern den Streit der Eltern nicht befeuern, sodass sich dies gegen die Kinder wendet. Erzählt ein Kind beispielsweise, das letzte Wochenende bei der Mutter sei nicht schön gewesen, weil die Mutter mit dem Stiefvater gestritten habe, so ist es gut, das zu wissen, aber man sollte die Mutter nicht postwendend darauf ansprechen. In der Elterngruppe

allerdings kann man solche Informationen thematisieren: Kommt es in der Familie manchmal zum Streit? Können die Kinder problemlos erzählen, wenn ein Wochenende beim andern Elternteil nicht schön war? Wie gehen andere Eltern mit solchen Informationen um?

Das gegenseitige In-Kenntnis-Setzen ist sehr wichtig für den Zusammenhalt, denn in der Dynamik von hochstrittigen Trennungen wirken oft Kräfte, die auch die Teammitglieder gegeneinander auspielen und auseinanderbringen können, und das sollte um jeden Preis vermieden werden.

Eltern wünschen sich oft zusätzliche Aufmerksamkeit, auch in den Zeiten zwischen den Sitzungen. Sie setzen Therapeuten beim E-Mail-Austausch mit anderen in Kopie, auch wenn die betreffenden Therapeuten sie bitten, das nicht zu tun. Eltern wollen über ihre Sorgen bezüglich ihrer Kinder sprechen, die Schule nimmt Kontakt auf und manchmal ruft eine Oma an. Auch über den Umgang mit dieser zusätzlichen Information macht sich das Team Gedanken: Wie gehen wir damit um, reagieren wir oder reagieren wir nicht, ist eine zusätzliche Sitzung notwendig oder nicht? In Krisensituationen, beispielsweise wenn ein Elternteil so wütend ist, dass er nicht mehr zu den Gruppensitzungen kommen will, oder wenn eines der Kinder sich in einer Krise befindet, wird eine zusätzliche Sitzung mit beiden Eltern und mit zwei Therapeuten eingeschoben, eventuell nach 17.00 Uhr. Dass die Therapeuten in solchen Momenten für die Klienten da sind und ihnen ihre Aufmerksamkeit schenken, stärkt oft enorm das Vertrauen und erhält die Arbeitsbeziehung auch in schwierigen Situationen aufrecht.

Die Therapeuten bilden ständig eine Gemeinschaft und in schwierigen Momenten einen Klan, der sich mit vereinten Kräften bemüht, der Schädigung der Kinder ein Ende zu setzen.

Die Kindergruppe

Das Programm der Kindergruppe ist weniger strukturiert als das der Elterngruppe. Die Kindertherapeuten besprechen vor jeder Sitzung die aktuelle Situation in der Gruppe, wie sie sich dabei fühlen und was sie von der kommenden Sitzung erwarten. Sie unterstützen einander und können einander jederzeit ansprechen. Auch während der Sitzungen besprechen sie sich. So veranschaulichen sie durch eigenes Beispiel, wie »Elternfiguren« kooperieren und einander unterstützen können, auch wenn sie nicht immer einer Meinung sind.

Die Therapeuten für die Kinder pflegen eine freundliche, nichtdirektive und optimistische Haltung. Wie die Therapeuten für die Elterngruppe sind auch sie allparteiisch. Deshalb können sich die Kinder frei über ihre beiden Eltern äußern, ohne sich be- oder verurteilt zu fühlen. Die Therapeuten folgen stets dem Prozess der Kinder, die selbst bestimmen, was sie in der Gruppe erzählen wollen und was nicht.

Wir erleben oft, dass ein Kind mit einer sehr negativen Haltung einem seiner Eltern gegenüber in die Gruppe kommt. Lernen die Eltern dann mit der Zeit, das Erziehungsumfeld sicherer zu gestalten, braucht das Kind nicht mehr unbedingt Partei für einen Elternteil zu ergreifen. Es sieht mehr Nuancen und beginnt, sich positiver über den zuvor abgelehnten Elternteil zu äußern.

Manchmal verweigert ein Kind allerdings weiterhin den Kontakt zu einem Elternteil. Auch dann sollte es sich deswegen nicht negativ beurteilt fühlen.

Eine freundliche Haltung wirkt sich auf die Interaktion mit den Kindern positiv aus und hilft ihnen, sich wohlzufühlen. Um in der Gruppe für ein Gefühl der Sicherheit und eine gute Atmosphäre zu sorgen, muss man allerdings auch Grenzen setzen und sich klar äußern. Jedes Kind muss das Gefühl haben, ernst genommen zu werden.

Weil viele Kinder heutzutage das Vertrauen verloren haben, einmal eine bessere Zukunft zu erleben, ist eine optimistische Haltung unerlässlich. Ohne positive Aussicht ist es schwierig, Veränderungen zu erkennen, Entspannung zu erleben und zur Ruhe zu kommen. Das Vertrauen der Therapeuten und die Bemühungen der Eltern in der Gruppenarbeit können in einem Kind neue Hoffnung wecken. Trotzdem muss auch thematisiert werden, dass es Eltern manchmal nicht gelingt, ihren Streit zu begraben. Und die Therapeuten müssen zweifelsfrei klarstellen, dass die Kinder keine Schuld daran haben.

Kinder können auch einander sehr gut helfen. Die Therapeuten regen sie dazu an, einander Tipps zu geben.

3.4 Sicherheit und Veränderung

In den letzten Jahren sind immer wieder Familien in die Schlagzeilen geraten, bei denen ein jahrelanger Trennungstreit damit endete, dass ein Elternteil zuerst die Kinder und dann sich selbst tötete. Diese schockierenden Vorkommnisse rufen bei uns Empörung, Trauer, Wut und Besorgnis hervor und werfen die Frage auf, ob man solche Familien-