

Cornelia Tsirigotis
Arist von Schlippe
Jochen Schweitzer-Rothers (Hrsg.)

Coaching für Eltern

Mütter, Väter und ihr »Job«

Dritte Auflage, 2015

Mitglieder des wissenschaftlichen Beirats des Carl-Auer Verlags:

Prof. Dr. Rolf Arnold (Kaiserslautern)	Prof. Dr. Wolf Ritscher (Esslingen)
Prof. Dr. Dirk Baecker (Friedrichshafen)	Dr. Wilhelm Rotthaus (Bergheim bei Köln)
Prof. Dr. Ulrich Clement (Heidelberg)	Prof. Dr. Arist von Schlippe (Witten/Herdecke)
Prof. Dr. Jörg Fengler (Alfter bei Bonn)	Dr. Gunther Schmidt (Heidelberg)
Dr. Barbara Heitger (Wien)	Prof. Dr. Siegfried J. Schmidt (Münster)
Prof. Dr. Johannes Herwig-Lempp (Merseburg)	Jakob R. Schneider (München)
Prof. Dr. Bruno Hildenbrand (Jena)	Prof. Dr. Jochen Schweitzer (Heidelberg)
Prof. Dr. Karl L. Holtz (Heidelberg)	Prof. Dr. Fritz B. Simon (Berlin)
Prof. Dr. Heiko Kleve (Potsdam)	Dr. Therese Steiner (Embrach)
Dr. Roswita Königswieser (Wien)	Prof. Dr. Dr. Helm Stierlin (Heidelberg)
Prof. Dr. Jürgen Kriz (Osnabrück)	Karsten Trebesch (Berlin)
Prof. Dr. Friedebert Kröger (Heidelberg)	Bernhard Trenkle (Rottweil)
Tom Levold (Köln)	Prof. Dr. Sigrid Tschöpe-Scheffler (Köln)
Dr. Kurt Ludwig (Münster)	Prof. Dr. Reinhard Voß (Koblenz)
Dr. Burkhard Peter (München)	Dr. Gunthard Weber (Wiesloch)
Prof. Dr. Bernhard Pörksen (Tübingen)	Prof. Dr. Rudolf Wimmer (Wien)
Prof. Dr. Kersten Reich (Köln)	Prof. Dr. Michael Wirsching (Freiburg)

Umschlaggestaltung: Uwe Göbel
Umschlagfoto: © dioxin/photocase.de
Satz: Drißner-Design u. DTP, Meßstetten
Printed in Germany
Druck und Bindung: CPI – Ebner & Spiegel, Ulm

Dritte Auflage, 2015
ISBN 978-3-8497-0077-5
© 2006, 2015 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,
können Sie unter <http://www.carl-auer.de/newsletter> den Newsletter abonnieren.

Carl-Auer Verlag GmbH
Vangerowstraße 14
69115 Heidelberg
Tel. o 62 21-64 38 o
Fax o 62 21-64 38 22
info@carl-auer.de

Teil I: Eltern, Erziehung, Coaching

1. Von der Familientherapie zum systemischen Elterncoaching – Einführung in ein Spannungsfeld^I

Arist von Schlippe

Vorbemerkung: Alternativen zur »Super Nanny«?

Der Begriff »systemisches Elterncoaching« verbindet sich gegenwärtig mit zwei Konzepten, die die systemische Therapie herausfordern und zum Überdenken der eigenen Prämissen auffordern: das »Marte-Meo-Konzept« von Maria Aarts (Aarts 2002; Hawellek u. von Schlippe 2005) und das Konzept der »elterlichen Präsenz und des gewaltlosen Widerstands« von Haim Omer (Omer u. von Schlippe 2002, 2004). Obwohl beide Ansätze sehr unterschiedlich vorgehen, scheint es doch ein Muster zu geben, das sie verbindet. Beide Ansätze richten sich an Eltern, die sich als hilflos erleben und beschreiben. Und in einem Kontext, in dem in der Beratung Prinzipien von Konsequenz oder der Orientierung an Belohnung und Bestrafung wieder zunehmend Konjunktur zu haben scheinen, fokussieren sie in der konkreten Arbeit auf *Beziehung, Beziehungsaufnahme und Beziehungsfähigkeit*. Sie sind damit zum einen kompatibel mit Konzepten der systemischen Therapie und Beratung. Gleichzeitig sind sie handlungsorientierter. Da, wo im systemischen Vorgehen die Selbstreflexion und Selbstreferenz in den Vordergrund gestellt werden, bieten sie den Eltern Handlungsleitlinien an. Damit stellen sie sich in den direkten Vergleich mit anderen Konzepten, die ebenfalls den Eltern klare Verhaltensvorgaben anbieten, etwa mit einer Fernsehserie wie der gerade in Deutschland aktuellen »Super Nanny«. Der hohe Beliebtheitsgrad dieser Sendung deutet darauf hin, wie groß bei Eltern der Bedarf an und die Sehnsucht nach Orientierung in der Gegenwart sind. Und »Super Nanny« bietet tatsächlich den Eltern eine solche Orientierung, indem sie *Prinzipien*

^I Überarbeitete Version des Einführungsvortrages auf der Tagung *Coaching für Eltern: Mütter und Väter als Experten*, Heidelberg, Februar 2005.

wieder einführt. Es sind Prinzipien, die zumindest hierzulande lange diskreditiert waren, wie Konsequenz, Respektierung elterlicher Autorität, ja, auch der Einsatz von – begrenzten – Strafen (»stille Treppe«) usw. Das sollte nicht in Bausch und Bogen verurteilt werden. Es ist ein möglicher Weg, elterliche Hilfslosigkeit zu reduzieren, er ist ja wohl auch erfolgreich, und nicht umsonst werden die Sendungen so intensiv und durchaus positiv diskutiert. Doch aus einer systemischen Sicht wird immer auch nach den »Risiken und Nebenwirkungen« von Beschreibungen und der aus ihnen abgeleiteten Handlungsanweisungen gefragt. Ein Prinzip kann die Beziehung zwischen Eltern und Kind blockieren und zwischen sie treten. Wenn eine Mutter sich vornimmt – oder es ihr empfohlen wird –, mit dem Kind »konsequent« zu sein, dann unterbricht plötzlich das »Prinzip der Konsequenz« die Beziehung zwischen Eltern und Kind.

Das Gemeinsame von Maria Aarts und Haim Omer ist dagegen, dass ihre Handlungsleitlinie nicht von einem Prinzip gesteuert wird, sondern von *Aufmerksamkeit*. Beiden scheint es weniger um die Effektivierung von Kontrolle zu gehen. Vielmehr bieten sie Möglichkeiten der Herstellung oder Wiederherstellung eines *Rahmens*, in dem wieder Beziehung entstehen kann, in dem eine unterbrochene Verbindung wieder aufgenommen werden kann, sodass sich zwischen Eltern und Kind wieder *gute Momente* ergeben können. Das ist etwas, das sie mit dem systemischen Ansatz eng verbindet, denn hier wird ja auch danach gefragt, wie ein Rahmen zu gestalten ist, in dem Selbstorganisationsprozesse möglich werden. Natürlich braucht es dazu ein bestimmtes Wissen darüber, wie dieser Rahmen gut gestaltet werden kann. Der Verzicht auf »instruktive Interaktion« bedeutet nicht den Verzicht auf Expertise und Professionalität. Im systemischen Elterncoaching wird dabei keine Therapie mit den Eltern gemacht, eher erhalten sie eine Art »Ausbildung«. Sie lernen, auf ihre Kinder neu zu sehen, sie mit neuen Augen zu sehen, sie lernen, wie sie ihren Job gut machen können, indem ihnen Möglichkeiten der »familiären Prozesssteuerung« vermittelt werden. Der »Job« der Eltern ist es aus dieser Sicht, Struktur vorzugeben, eine positive Atmosphäre zu schaffen, in diesem Rahmen dann sowohl Raum zu geben für die Initiativen des Kindes, als auch selbst Initiative zu übernehmen und zu leiten. Der Ausgangspunkt ist die Hilfslosigkeit der Eltern, und diese wird sehr pragmatisch angegangen, nicht über Reflexion, sondern über Handeln.

Gemeinsamer Nenner: Angst vor dem Kind und elterliche Hilflosigkeit

Ein Beispiel: In einer Supervisionssitzung der Osnabrücker »Baby-sprechstunde« (Borke et al. 2005) führte ein Mitarbeiter ein Video aus einer Beratungssitzung mit der Mutter eines einjährigen Kindes vor. Der Junge zeigte sich als lebhaftes und interessiertes Kind. Die Schlafstörungen, unter denen er gelitten hatte, hatten sich schon gelegt, doch klagte die Mutter nun, der Junge sei so frech und provoziere sie ständig. Immer müsse sie ihm etwas verbieten, sie sei ständig dabei, »Nein« zu rufen. Das alles sei eigentlich kein Problem, doch sie befürchte, wenn sie nun so streng sei und ihn ermahne, dass er sie irgendwann nicht mehr lieben und sich zu einem Tyrannen entwickeln werde. Das habe auch ihre eigene Mutter, eine Lehrerin, schon zu ihr gesagt: »Ihr wart früher nicht so!« Wir schauten mehrere Sequenzen in dem Video an, in denen die konkrete Interaktion zwischen Mutter und Kind erkennbar wurde. Der Junge explorierte das ganze Sprechzimmer, schaute neugierig in alle Ecken. Er ging immer wieder zu der Mutter, die ihn freundlich ansah, ihn streichelte, wenn er kam, und losließ, wenn er sich wieder auf den Weg machte. Es entstand das Bild eines sicher gebundenen Kindes, und doch, da war die Angst der Mutter vor ihrem Kind, und die stand zwischen ihnen. Zum Glück gab es genügend Momente, in denen die Angst ihr, der Mutter, den Spielraum ließ, ihr intuitives mütterliches Wissen auszuspielen. So ergab sich ein Ansatzpunkt für die Supervisionsbesprechung: In den nächsten Sitzungen führten die Therapeutinnen der Mutter einige Videoclips aus den Gesprächen vor, die die liebevolle Verbindung von Mutter und Kind zeigen, und meldeten ihr zurück, wie offen ihr Sohn auf sie zugehe und ihren Kontakt suche und wie sie intuitiv so handle, dass zwischen ihr und dem Sohn eine gute Verbindung entstehe. So konnte sie sich ein Stück ihrer selbst gewisser werden und lernen, von dem, was sie bereits gut tat, mehr zu tun, auf die Initiativen des Sohnes angemessen zu reagieren. Vor allem konnte im Video deutlich werden, dass er vieles nicht tat, um sie zu provozieren, sondern aus Explorationslust – und dass sie statt ständig »Nein« zu rufen eine Reihe anderer Verhaltensalternativen hatte. Gleichzeitig wurde in der Supervision überlegt, auch klassische systemische Interventionen mit einzubeziehen, also die Angst einmal zu externalisieren, sie mithin »auf Urlaub« zu schicken (vielleicht zusammen mit der Lehrerin-Großmutter?), und mit der Mutter daran zu arbeiten, was sich dann für sie im Kontakt mit dem Sohn verändern würde, wenn sie mit ihrem Sohn wirklich zu zweit wäre oder zu dritt, denn den Vater wollen wir ja auch nicht außen vor lassen.

Ein ungewöhnliches? – nein, doch eher ein vertrautes Phänomen: *die Angst der Eltern vor dem Kind*. Da ist ein lebendiges Wesen, ganz offen-

bar harmlos, ein Kleinkind oder Baby, und doch bereits Quelle von Befürchtungen. Die Angst der Eltern vor dem Kind ist eng verbunden mit Hilflosigkeit. Es ist so, als ob bei der Mutter die vorweggenommene Hilflosigkeit, nichts dagegen tun zu können, dass der Sohn sie später einmal nicht mehr richtig lieben werde, sie bereits heute lähmt und ihren Blick auf ihre verfügbaren Kompetenzen und Möglichkeiten, entspannt Mutter zu sein, blockiert.

Vermutlich ist diese Angst nicht erst ein Kennzeichen unserer Kultur, auch in traditionellen Gesellschaften wird es solche Empfindungen geben (es war nicht »früher alles besser«). Doch ist es in unserer Gegenwart ganz besonders zu einer Psychologisierung, Pädagogisierung und Therapeutisierung der Elternrolle gekommen (Levold 2002; Omer u. von Schlippe 2004). Dies ist alles andere als negativ zu werten, ging doch damit eine Liberalisierung der elterlichen Rollen einher, wie sie es wohl in der Geschichte bislang nicht gegeben hat. Viel weniger als früher sind Eltern durch feste Regeln determiniert, wie sie ihre Kinder zu erziehen haben.



Björn v. Schlippe (Zeichnung & ©)

Es gibt also keinen Anlass dafür, Eltern als »gute Idee« zu bezeichnen, die nur »von den falschen Leuten umgesetzt« wird, wie es in dem Cartoon heißt.

Die Beziehung zwischen Eltern und Kindern in der Gegenwart steht vor einem Universum an Möglichkeiten der Beziehungsgestaltung mit unbestreitbaren Vorteilen gegenüber festgelegten oder gar

starrten Rollen. Doch ist auch dies nicht frei von »Risiken und Nebenwirkungen«. So ist der Platz der Eltern als Zentrum und Mittelpunkt der Familie, der ihnen und den Kindern gleichermaßen Sicherheit und Orientierung gibt, heute nicht mehr selbstverständlich. Eltern sehen sich so vielen unterschiedlichen Einflüssen dessen gegenüber, was »richtige Erziehung« ist, dass die Gefahr besteht, dass sie unsicher werden, sich zunehmend hilflos fühlen und mit einer größeren Wahrscheinlichkeit langsam »an den Rand der Familie« geraten, die Idee entwickeln, sie wären zur Erziehung gar nicht in der Lage.

Ein Witz beschreibt dieses Spannungsfeld sehr plastisch: Ein Elternpaar sitzt vor seinem sich merkwürdig benehmenden Kind, und die Mutter sagt zum Vater: »Sag, der Kleine wird so komisch in letzter Zeit, sollten wir da nicht etwas unternehmen?« Und der Vater antwortet: »Ach, lass uns mal abwarten, der Junge kommt ja bald in die Schule!« – Das scheint auf ein durchaus denkwürdiges Phänomen hinzuweisen: Erziehung an die Schule, die Lehrer, die Fachleute zu delegieren. Die Angst vor der Macht des Kindes hat sicher zugenommen, Eltern stehen heute in einer Situation, in der ein »Chor«, wie er vermutlich bei jedem, der Kinder hat, im Hintergrund ruft, recht laut geworden ist: »Ihr habt es falsch gemacht!« In diesem Chor (man spricht auch von den »Gespenstern im Kinderzimmer«, z. B. Borke et al. 2005) finden sich viele Stimmen, vergangene Stimmen, aktuelle Stimmen, wie in unserem Beispiel die der Großmutter, aber auch Stimmen der Freunde, Nachbarn, Medien oder gar von Fachleuten. Dort finden sich auch die aktuelle Erschöpfung, die Problemgeschichte und die Vereinsamung angesichts von Schwierigkeiten, für die man sich dann vielleicht auch noch schämt.

Der »Eisberg«

Das Wichtige ist dabei die *Wahrnehmung der elterlichen Hilflosigkeit*. Das Konzept des gewaltlosen Widerstandes wurde von Haim Omer am Beispiel von Familien entwickelt, in denen die Kinder gegenüber Eltern oder Geschwistern offen aggressives, ja gewalttätiges Verhalten zeigten. Gewalttätigkeit ist aber nur die »Spitze des Eisbergs«. Sie könnte ablenken davon, dass das wesentliche Phänomen die *elterliche Hilflosigkeit* ist (Pleyer 2003, 2004).

Alle Eltern möchten ihre Kinder »richtig« erziehen, was immer man darunter versteht. Die Liberalisierung der verschiedenen Formen, wie ein Kind aufwachsen kann, gibt aber keine Antwort mehr

auf die Frage, wie man das macht, »richtig erziehen«. So tritt neben die Freiheit heute für Eltern vielfach die Verunsicherung und Irritation, vor allem wenn man bedenkt, dass bis heute Eltern und – leider bis heute – insbesondere Mütter einer Vielzahl von aversiven Bedingungen ausgesetzt sind. Mütter sind Empfänger von 76 % aller Abhängigkeitskommunikationen (Jammern, Um-Hilfe-Bitten). 56 % aller negativen Interaktionen richten sich auf sie, der Rest verteilt sich auf Geschwister, Vater und andere Personen. In einer Familie mit einem Problemkind muss die Mutter sogar mit einer unangenehmen Begebenheit pro Minute rechnen (Omer u. von Schlippe 2002).

Soziale Reversibilität

In den 1960er-Jahren war eine der großen Errungenschaften der pädagogischen Psychologie das Konzept der sozialen Reversibilität. Es galt, das starre Denken in Hierarchien aufzulösen. Eltern und Lehrer sollten lernen, mit Kindern so zu reden, wie sie prinzipiell auch mit ihnen reden könnten. »Nicht reversibel« bedeutete, dass das Kind eine Aussage wie: »Räum das auf, und zwar ein bisschen plötzlich!« umgekehrt nicht zu den Erwachsenen sagen könnte. Stattdessen sollte man sagen: »Würdest du das bitte aufräumen, es stört mich, wenn es so unordentlich aussieht!« Im Lehrbuch verstand das Kind dann die Mutter und räumte auf. Heute sehen wir darin ein Stück eines romantischen Erziehungsideals, das als Unterschied zu einer autoritären, entwertenden Form von Erziehung sinnvoll ist, das jedoch nicht einen Maßstab darstellen sollte, an dem pädagogisches Handeln gemessen wird. Wenn wir heute mitbekommen, was in Beratungen darüber berichtet wird, wie Kinder mit ihren Eltern umgehen, dann ist da von sozialer Reversibilität oft nicht mehr so viel übrig. Das reicht von der Forderung nach Begründung »Warum?« über »Reg dich ab, Alter!«, »Mach's doch selber!« bis zu »Halt die Klappe!«, und es ist klar, wer den »Regierungsstab«, die Fernbedienung, vor dem Fernseher in der Hand hält.

Manche Eltern erzählen auch noch wesentlich massivere Episoden. Pleyer (2003, 2004) geht von der Idee aus, dass Eltern durch ihre Kinder Erfahrungen machen können, die durchaus einer Traumatisierung gleichkommen. Der beraterische Standort ist im Modell des gewaltlosen Widerstands daher eindeutig empathisch hinter oder neben den Eltern. Hier sehe ich die stärkste Herausforderung an vertraute Konzepte der Allparteilichkeit in der systemischen Therapie.

Wir sind vielfach so trainiert, Hypothesen über Familiendynamiken anzustellen, danach zu suchen, vor dem Hintergrund welcher Familienkonflikte das Problemverhalten *Sinn* ergibt, dass es schwer fällt, die Eltern – zumindest in einer ganzen Reihe von Fällen – *auch* als *Opfer* ihrer Kinder anzusehen.

Möglicherweise ist es das zentral Neue und Herausfordernde an den beiden Ansätzen, dass sie auf eine professionelle und unaufgeregte Weise sich dieser Hilflosigkeit annehmen. Sie vermeiden dabei die Falle, sich auf die Dimension Macht zu konzentrieren, wie es so schnell nahe liegt, wenn man sich hilflos fühlt. Stattdessen geht es um die Präsenz der Eltern. Es geht nicht darum, dass sie sich *durchsetzen sollen*, sondern dass sie ihren Platz als präzente Eltern in der Mitte der Familie *einnehmen können*.

Systemisches Elterncoaching und Familientherapie – Unterschiede und Gemeinsamkeiten

Wenn die elterliche Hilflosigkeit im Vordergrund systemischen Elterncoachings steht und der Umgang damit eine der besonderen Gemeinsamkeiten sowohl der Videointeraktionsanalysen als auch der Arbeit im Konzept des gewaltlosen Widerstands darstellt, dann ist es interessant zu überlegen, wie aus diesem Vorgehen Grundzüge eines integrierten Konzepts von Elterncoaching herauszuziehen sind. Es sind Grundzüge, die teilweise mit den Prämissen des systemischen Arbeitens gut zusammenpassen, teilweise diese infrage stellen. Sie setzen somit auch Impulse für die Weiterentwicklung der Konzepte der systemischen Therapie.

Auftragssituation: Verbindung von »Berufsrolle« und Situation

In der systemischen Therapie wird sensibilisiert für die jeweilige Auftragslage, mit der es die BeraterIn zu tun hat, und dafür, wer in welcher Form als Kontraktpartner zu gewinnen ist. Das Elterncoaching passt sehr gut in diese Tradition, denn auch hier geht es um eine konkrete Anliegenorientierung. Coaching ist per definitionem eine begrenzte, partnerschaftliche und anliegenorientierte Begleitung und Unterstützung *in der Verbindung von Berufsrolle und Person*. Es ist dabei zielorientiert und situativ ausgerichtet, der bzw. die zu Coachende ist für Lernen und Entscheidungen verantwortlich, der Kontrakt geht um einen klar umgrenzten Bereich (z. B. Steinhübel 2005). Im Elterncoaching geht

es also um den »Job« der Eltern als Eltern. Sehr konsequent wird daran gearbeitet, die Eltern zu Experten für ihre Familie und das Management ihrer Familie zu machen. Im systemischen Elterncoaching geht es dabei nicht darum, zu vermitteln, wie man die Kinder schnell und effektiv steuern könne, etwa durch Belohnen oder sinnvolle Formen von Bestrafung. Vielmehr lernen Eltern, ihren Platz einzunehmen und sich wieder als Eltern in ihrer Familie zu bewegen.

Dekonstruktion von Problembeschreibungen

Im systemischen Ansatz wird sehr genau darauf geschaut, wie ein Problem beschrieben wird und welchen Spielraum eine Problembeschreibung bietet für das Bewusstsein der eigenen Möglichkeiten, für mögliche Anknüpfungspunkte neuen Sinnes und für eine liebevolle Selbst- und Fremdbeschreibung. Familien kommen meist mit Beschreibungen, die sie einschränken und ihnen das Bewusstsein ihrer Möglichkeiten nehmen.

Boscolo et al. (1993) beispielsweise sprechen von »Schlüsselwörtern«: Bestimmte Wörter können Schlüssel für mehr oder weniger bewegliche Beschreibungen sein. So sehen sie etwa das Wort »krank« als monosemantisches Schlüsselwort, denn es gibt nur wenige Möglichkeiten, sich daran anzuschließen: »Wann ist Ihr Kind krank geworden?« Die mit der Beschreibung »krank« einhergehenden Konnotationen sind eindeutig und klar: Da gibt es nur wenig, was man selbst tun kann, das muss von außen geheilt werden. Ganz anders ist etwa das Wort »Streik« – ein Beispiel für eine ganz andere, eine polysemantische Beschreibung: »Wann ist Ihre Tochter in den Streik getreten?« Ein Streik kann eben für etwas oder gegen etwas gerichtet sein, er wird aktiv begonnen, es gibt Unterstützer und Gegner usw. Eine ganz neue Welt von neuen Bedeutungsfeldern kann damit eröffnet werden.

Wenn Eltern in die Beratung kommen, erleben sie sich manchmal auch als gefangen in monosemantischen Bedeutungsfeldern. Das Kind ist »hyperaktiv«, »nicht normal«, »aggressiv«, sie selbst sind »schuldig«, der soeben erwähnte Chor klingt ihnen laut im Inneren: Sie haben zu viel oder zu wenig von was auch immer gemacht. In der frühen Familientherapie wurde an dieser Stelle versucht, um jeden Preis eine Beschreibung einer Person als »krank« zu vermeiden. So galt es damals als wichtig, die *Funktionalität* des kindlichen Symptoms herauszuarbeiten: Das Kind macht auf etwas aufmerksam oder lenkt von etwas ab, etwa vom verdeckten Paarkonflikt. Statt des kranken

Mitglieds war die Familie als Ganzes »dysfunktional«, und es galt, den Punkt zu finden, an dem das Spiel der Familie möglichst effektiv unterbrochen werden konnte. Die Versuche, die Bezeichnung eines Familienmitglieds als »krank« zu umgehen, hatten jedoch auch ihre Nebenwirkungen. Kritiker haben immer wieder beklagt, dass in der frühen Zeit manchen systemischen Therapeuten sozusagen »jedes Mittel recht« war, sofern das Familienspiel nur schnellstmöglich durchbrochen wurde – und mit diesen Bildern von ihr hat die systemische Therapie bis heute zu kämpfen: In Amerika etwa besteht eine Vereinigung familientherapiegeschädigter Eltern schizophrener Patienten, in Selbsthilfegruppen von Suchtabhängigen kursiert der Spruch: »Hilf dir selbst, denn sonst hilft dir ein Familientherapeut!« Heute hat sich hier sehr viel geändert, wird systemische Therapie als *Kooperationsangebot* angesehen, nicht als ein Instrument, »dysfunktionale« Familien einer Generalsanierung zu unterziehen. So wird heute der- oder diejenige eingeladen, der oder die meint, etwas zur Lösung eines Problems beitragen zu können.

Das systemische Elterncoaching passt hierzu gut. Auch hier wird nach Schlüsselwörtern gesucht, die geeignet sind, weder das Familiensystem als Ganzes als gestört zu beschreiben noch einzelne Mitglieder. Es wird dabei aber durchaus wieder darauf zurückgegangen, das auffällige Kind zu beschreiben, allerdings auf eine Weise, die ein gut anschlussfähiges Reframing, eine Umdeutung, darstellt und die vor allem keinen »verbalen Flurschaden« anrichtet wie der Gebrauch pathologisierender Beschreibungen. Maria Aarts holt die Eltern grundsätzlich bei ihren Sorgen ab, sucht nach einer Perspektive, unter der sie den Eltern vermitteln kann: »Ja, ich sehe, was Ihnen Sorgen macht, und Sie haben Recht, dass Sie besorgt sind!« Und dann spricht sie vom *child of special needs* – was für ein Unterschied zum Begriff »Krankheit«! Ein Kind, das mit seinen besonderen Entwicklungsbedürfnissen seine Eltern *herausfordert*, ist nicht eines, bei dem die Eltern ihre Kompetenz an der Krankenhauspforte abgeben müssen, sondern im Gegenteil eines, das die Eltern neugierig macht: Was genau braucht das Kind von ihnen, was sind diese *special needs*, und wie kann man lernen, das zu verstehen? Interessanterweise stammt von Haim Omer eine ganz andere Beschreibung, doch hat sie eine ähnliche Struktur. Auch sie bietet einen Erklärungsrahmen, der niemanden in Verlegenheit bringt: *Dominanzorientierung*. Anders als Beschreibungen wie »psychisch krank«, aber auch anders als »Funk-

tion im System« bietet der Begriff der Dominanzorientierung einen großen Vorteil: Er hilft, das Familiengeschehen auf einfache Weise zu erklären und zu verstehen, ohne dass zugleich die betreffende Person entwertet wird. Die Eltern können ihr Kind wieder erkennen, gleichzeitig ist Dominanzorientierung an sich nichts Schlechtes: Jede Führungspersönlichkeit dürfte in ihrer Kindheit dominanzorientiert gewesen sein, das Wort ist als Schlüsselwort assoziiert mit Stärke, Willen und Durchsetzungskraft. Aber – und damit können Eltern gut »ins Boot« geholt werden: Ein dominanzorientiertes Kind stellt an seine Umwelt eben besondere Herausforderungen – und dafür sind Eltern nicht »ausgebildet«. Es ist mithin niemandes »Schuld«, wenn sich ein problematisches Muster um Dominanzorientierung herum entwickelt und festfährt, sondern eben eine Herausforderung, auch an die Stärke und Entschiedenheit der Eltern.

Hinter den Eltern stehen, nicht »gegenüber«

Eine Beispielgeschichte hierzu: In einem Workshop mit Familientherapeuten arbeiteten wir an einem sehr komplizierten Fall. Die Therapeutin hatte ihn im Interview mit mir vorgestellt. Anschließend bekam die Gruppe die Aufgabe, Hypothesen zu entwickeln. Diese versuchten wir dann in einer Familienskulptur bildlich darzustellen. Dazu wurde die Familie in einer Skulptur aufgestellt, anschließend konnte jeder seine Hypothese in der Skulptur bildlich darstellen. Einer, der z. B. die Hypothese hatte, dass das »eigentliche Problem« der Paarkonflikt der Eltern sei, stellte sich in der Mitte der Familie vor die Eltern und zeigte mit den Händen auf beide. Eine Kollegin, die vermutete, das eigentliche Problem liege darin, dass das Kind den Vater verachte, der sich seiner dominanten Mutter gegenüber nicht durchsetze, womit seine Frau hilflos den Angriffen der Schwiegermutter ausgesetzt sei, stand zwischen Eltern und Schwiegermutter und blickte kritisch auf die Oma. Nach einer Reihe von Bildern versuchten wir, einen Ort zu finden, der die Arbeit mit der elterlichen Präsenz repräsentiert: Die Therapeutin stellte sich hinter die Eltern, in ihren Rücken, und schaute wertschätzend und anerkennend auf das, was sie in ihrer Rolle als Eltern geleistet hatten. In der Skulptur erlebten die Rollenspieleltern hier die größte Erleichterung und das Gefühl, in ihrer Hilflosigkeit verstanden worden zu sein.

Ein Paarkonflikt wird im Elterncoaching nicht als das »eigentliche Problem« gesehen, um das herum sich das kindliche Symptom entwickelt hat. In der klassischen Familientherapie war es mindestens die zweitwichtigste Aufgabe, den verdeckten Paarkonflikt »hinter«

dem kindlichen Symptom herauszufinden, hervorzuholen und zu behandeln. Unhinterfragte Prämisse war die Idee, dass die Störung verschwinden werde, wenn die Generationsgrenzen klar wären, wenn sich die Eltern miteinander auseinander setzten, anstatt ihren verdeckten Paarkonflikt auf das kranke Kind umzuleiten, wenn das Kind sich nicht mehr einmischen würde. Im Elterncoaching wird stattdessen die Idee eingebracht, dass sich die Lage zwischen den Partnern vermutlich ändern wird, wenn die Eltern Handwerkszeug dafür haben, mit ihren Belastungen anders umzugehen.

Eine interessante Hypothese, wie es zum Paarkonflikt kommen kann, hat Haim Omer aufgestellt (s. Omer u. von Schlippe 2004). Man kann dabei sagen, dass es sich um eine Form von »Attraktorbildung«² handelt, also um die Herausbildung von zwei Positionen, die sich im Laufe der Zeit gegenseitig stabilisieren und dazu neigen, extremer zu werden. Angesichts von aggressivem Verhalten sieht man sich oft in der Situation, nur die Wahl zu haben zwischen drei Positionen: Man kann die Position als Tiger wählen, den Angriff, die Position der Gazelle, die Flucht, oder die des Igels, die Erstarrung (Koschorke 2004).

In der Familie können sich nun allmählich die Eltern auf zwei der Positionen zuentwickeln, die sie dann nahezu zwangsläufig als die einzige Möglichkeit erleben angesichts der jeweils unmöglichen Haltung des anderen: »Weil du so nachgiebig bist, muss ich so kämpferisch sein.« Nach einiger Zeit entwickelt sich im ungünstigen Fall ein starres Muster, nach dem der eine seine Tigerhaltung damit begründet, dass der andere sich wie eine Gazelle verhalte, und umgekehrt. So wird der Paarkonflikt recht einfach erklärbar, und die Interpunktionen der wechselseitigen Anklage können sich auflösen: Es hat sich so ergeben, beide sind in die Positionen reingerutscht – und damit wird der Konflikt leichter angehbar.

Im Coaching wird versucht, die Eltern in eine neue Dimension einzuladen: Die Präsenz als Vater und Mutter ist eine, die Kooperation ermöglicht. Folgerichtig wird ein elterlich-ehelicher Konflikt eher »normalisiert«. Wenn die Eltern die Frage bejahen, ob es schon zu heftigen Konflikten gekommen sei, sagt der Coach: »Das ist normal.

2 Attraktor: ein Begriff aus der Chaostheorie. Gemeint ist die Herausbildung einer Ordnungsstruktur in einem fluktuierenden Prozess (s. z. B. Kriz 1999, der diesen Begriff für soziale Systeme auch als »Sinnattraktor« bezeichnet).

Wenn man ein sehr starkes Kind aufzieht, ist ein Konflikt der Eltern fast unvermeidlich. Es ist sehr selten, dass das nicht passiert – aber ich bin optimistisch, dass Ihre Beziehung sich verbessern wird, wenn Sie Ihre Präsenz als Eltern im Zentrum der Familie wiederherstellen.«

Stellung beziehen

Im Modell des gewaltlosen Widerstands geht es nicht um die Unverbindlichkeit verschiedener möglicher Perspektiven. Vielmehr steht die BeraterIn explizit hinter den Eltern und bietet ihnen ein Handwerkszeug, das ihnen hilft, offen ihre Präsenz im Leben des Kindes zu zeigen, ohne sich in gewaltsame Auseinandersetzungen zu verstricken. Anders als in der systemischen Therapie ist Parteilichkeit im Coaching somit nicht tabu. Die Anerkennung der Sorgen als realistisch und die Bestätigung, dass man ein Recht auf die eigene Sichtweise habe, vermittelt eine entschiedene und nichtneutrale Haltung gegenüber den Eltern: Präzise Verhaltensweisen² werden akzentuiert. Haim Omer sagte zu einem Vater in einem Interview: »Und wenn Sie wieder einmal die Idee haben, dass Sie den Raum verlassen sollten, wenn Ihr Sohn Ihre Frau anschreit, dann überlegen Sie es sich noch mal, es ist vielleicht nicht so eine gute Idee!«

Noch deutlicher ist dies bei Maria Aarts, die explizit für ein direktes Vorgehen plädiert (Aarts et al. 2005). Eine interessante Herausforderung: Mit der Einführung einer Entwicklungsperspektive in die Beratungsarbeit hält auch das Wissen über die Bedingungen »guten Zusammenseins« wieder Einzug. Das wird auf eine wertschätzende und ressourcenorientierte Weise vermittelt, doch ist das Vorgehen von außen durchaus direkter, klarer, als wir es als »Anwälte der Ambivalenz« gewohnt sind – für mich eine noch immer nicht abschließend durchdachte Herausforderung für mein eigenes Vorgehen.

»In der Ruhe liegt die Kraft«

Sehr interessant ist, dass in beiden skizzierten Ansätzen unabhängig voneinander die Kraft des Schweigens bzw. des Wartens akzentuiert wird. So sagt Maria Aarts: »Immer wieder: warten, warten, warten«, wenn es um die Initiative des Kindes geht, auf die die Eltern anschließend eingehen können. Im Coaching nach dem Modell des gewaltlosen Widerstands ist es für die Eltern oft eine der interessantesten Erfahrungen, dass das Beenden des Jammerns und Predigens (man spricht auch vom so genannten *parental nattering*, s. Omer u. von

Schlippe 2004) einen wichtigen Beitrag zur Deeskalation darstellen kann. Die Eltern lernen, sich ein inneres »Mantra« aufzusagen, etwa »Ich lasse mich nicht hineinziehen!«, und sich selbst eine Anerkennung zu geben, wenn sie eine Serie von Provokationen durchgestanden haben, ohne aus dem Raum zu gehen, sondern indem sie schweigend den Blickkontakt zu ihrem Kind gehalten haben. Das gemeinsame Moment in beiden Vorgehensweisen ist, dass die Eltern ein Handwerkszeug gegen die eigene Aufgeregtheit in die Hand bekommen. Sie lernen, ihre eigenen Beobachter zu werden, fast könnte man es einen meditativen Prozess nennen: Sie lernen, »in ihrer Kraft« zu bleiben. Die Zeit arbeitet für sie, sofern sie ihre Präsenz beibehalten.

Sparsamer Umgang mit therapeutischen Hypothesen

In einem von Haim Omer geführten Liveinterview, bei dem ich anwesend war, kam es zu der folgenden Szene, es ging um die Frage, ob es wieder ein gemeinsames Abendessen geben kann (nach Omer u. von Schlippe 2002, S. 114 ff.).

Mutter: Es interessiert die Kinder nicht, wenn es mir schlecht geht. Sie halten es nicht für nötig – und schon gar nicht, am Tisch zu sitzen und noch darüber zu reden, das ist eine Einschränkung ihrer Freiheit, die sie gar nicht wollen. Das ist so eine starke Einschränkung, dass zwei Stunden von ihrer Freizeit weggehen, dass sie dann dementsprechend reagieren werden.

H. O.: Ich möchte Sie gerne etwas fragen: Haben Sie das Gefühl, dass Sie es sich verdient haben, dass die Kinder zwei Stunden mit Ihnen zusammensitzen müssen, weil sie Sie geärgert haben? Haben Sie es nicht verdient? Ist es nicht Ihr Recht? Dass mindestens eine solche Sache davon herauskommt, dass sie Sie nicht nur so geärgert haben, sondern auch so besorgt gemacht haben?

Mutter (betroffen und leise): Ich habe schon das Recht!

Die Mutter wirkte sehr betroffen, sehr traurig, als sie sagte, sie habe *schon* das Recht. Es kam mir so vor, als ob viele alte Szenen in der Antwort mitschwängen, viele Worte von früheren Zeiten, in denen sie eben gerade nicht das Recht hatte, für sich als Person etwas zu wünschen. Und ich war sehr gespannt, wie Haim antworten würde. In meiner gewohnten Sicht boten sich verschiedene mögliche Wege an, ich spiele sie einmal durch:

Fokussierung auf die Inkongruenz: »Ich höre, Ihre Stimme wird ganz leise, so als würden Sie selbst gar nicht so sicher sein, ob der

Satz stimmt. Gibt es da auch eine andere Seite, die sagt: Nein, du hast kein Recht?»

Fokussierung auf die Herkunftsfamilie: »Wenn Sie an Ihre Herkunftsfamilie denken: Wer würde da am ehesten vielleicht sagen: Sie haben dieses Recht nicht? Wer würde sagen, dass Sie es haben? Was würde sich ergeben, wenn Sie sich entscheiden würden, dem einen nachzugehen, wie sähe es bei dem anderen aus?»

Fokussierung auf das Muster: »So wie Sie das sagen, klingt der Satz noch, als wäre er für Sie ganz neu und noch ungewohnt. Verstehe ich das richtig? Nehmen wir einmal eine Skala von 0 bis 10, zehn wäre: Er wäre Ihnen wirklich vertraut, sie würden sich damit ganz sicher fühlen. Wo würden Sie sich jetzt im Moment einordnen?« Ich stelle mir vor, sie hätte wohl »3« oder »4« gesagt, dann hätte ich weitergefragt: »Wenn Sie sich vorstellen, sie wären durch Zauberei oder durch was auch immer bei – sagen wir – 7 oder 8, wie würde der Satz dann klingen, und wer würde wohl den Unterschied als Erstes bemerken?»

Fokussierung auf die Paarebene: »Herr X, wenn Sie das hören, was Ihre Frau sagt und wie sie es sagt: Wie geht es Ihnen dabei? Was denken Sie, was sie da im Moment besonders brauchen könnte?»

Interessanterweise machte Haim nichts von alledem. Das Gespräch ging vielmehr so weiter:

H. O.: Ich glaube, ich glaube, dass Sie vielleicht Ihr Gefühl hier aussprechen, dass Sie es nicht wert sind, und das ist genau das Problem: Sie haben das Gefühl, ich bin es nicht wert, dass die vier Kinder – oder die drei Kinder – so viel leiden, so viel Langeweile haben. Die Vermutung, die ich habe, ist, dass Ihr Selbstwert, Ihre Selbstachtung zu niedrig geworden ist, dass Sie sich sagen, ich kann es nicht schaffen, ich habe nicht das Gefühl von Wert. Es ist zu viel, ich habe Mitleid mit den Kindern, ist es so vielleicht?

Mutter: Mm!

H. O.: Es geht genau um diese Frage! Dass Sie nicht nur Ihre Fähigkeiten wiederherstellen, sondern auch Ihre Selbstachtung, Ihre Ehre – ein altes Wort –, und es geht um die Frage: Können Sie Martin erlauben, dass er mitsorgt, dass Sie es schaffen können? Wenn Sie alles auf sich nehmen, werden Sie es nicht schaffen. Ich sage nicht: »Seien Sie die Heldin, gehen Sie an die Front, und kämpfen Sie den Kampf gegen die drei Rassisten!« Das sage ich nicht. Sie müssen keine Heldin sein.

Man sieht: Es werden durchaus persönliche Themen angesprochen, Selbstwert, Selbstachtung und Unterstützung. Die Elternrolle besteht

nicht aus abstrakten Funktionen, und so ist auch das Gespräch darüber ganz persönlich. Doch wird das Thema »Selbstwert« nicht auf die Persönlichkeit der Mutter bezogen, vielmehr wird implizit vorausgesetzt: Selbstachtung ist das Recht einer Mutter. Es kann passieren, dass diese verloren geht, aber sie kann auch – vielleicht mit Unterstützung durch den Partner – wieder gefunden werden. Das Gespräch ging also nicht zu möglichen Wurzeln der Konflikte, nicht zur Herkunftsfamilie oder zur persönlichen Geschichte, auch nicht in Richtung eines kreativen Umgangs mit einem alten Muster, sondern es fokussierte auf *Rolle*, ich glaube, auch das ist ein wesentlicher Unterschied zu der Art von Arbeit, wie sie im Kontext systemischer Therapie vertraut ist.

Schluss

Es sollte in diesem Text darum gehen, einige Grundzüge des systemischen Elterncoachings vorzustellen, ohne dass detailliert auf das Spektrum der Interventionen beider Ansätze eingegangen würde. Ich hoffe, es konnte deutlich werden, welches innovatives Potenzial in den Ansätzen des systemischen Elterncoachings liegen kann. Beide Ansätze können nebeneinander gestellt und als therapieschulenübergreifende Konzepte gesehen werden. Gleichzeitig sind sie eng mit dem systemischen Ansatz verbunden, vor allem in der Art der Vermittlung des Bewusstseins der eigenen Möglichkeiten – der »eigenen Kraft«, wie Maria Aarts sagt. Der »kategorische Imperativ« von Heinz von Foerster, »Handle stets so, dass du die Zahl der zur Verfügung stehenden Möglichkeiten vergrößerst!«, ist die Grundlage des systemischen Arbeitens, und im Elterncoaching wird, wie in der systemischen Therapie auch, auf wertschätzende Weise dafür gesorgt, dass ein neuer Sinn entsteht, einer, der die Betroffenen mit mehr Handlungsoptionen versieht als vorher.

Literatur

Aarts, M. (2002): *Marte meo*. Ein Handbuch. Harderwijk (Aarts Productions).
Aarts, M., C. Hawellek. u. A. von Schlippe (2005): Von der Botschaft hinter den Problemen. Maria Aarts im Gespräch mit C. Hawellek und A. von Schlippe. In: C. Hawellek u. A. von Schlippe (Hrsg.): *Entwicklung unterstützen – Unterstützung entwickeln*. Systemisches Coaching für Eltern nach dem Marte-Meo-Modell. Göttingen (Vandenhoeck & Ruprecht), S. 37–55.