

Personzentrierte Trennungs- und Scheidungsberatung: Theorie und Intervention

Andreas Ritzenhoff

Zusammenfassung: Der Artikel beschreibt Aspekte der psychischen Situation von Eltern nach Trennung, wenn sie – eigenmotiviert oder auch gerichtsverwiesen – in die Beratung kommen. Eine personzentrierte Haltung in diesem Kontext lässt sich aus den von Rogers (1957) formulierten Bedingungen für den psychotherapeutischen Prozess ableiten; angepasst an das Niveau der aktuellen Konflikthaftigkeit und Erregung benötigen Eltern ein wertschätzendes Beziehungsangebot im Rahmen eines klar strukturierten Beratungssettings, um zu konstruktiven Vereinbarungen kommen zu können.

Von der Hilflosigkeit zur Haltung

Zu Beginn möchte ich Sie mitnehmen in meine beraterischen Anfänge kurz nach der Jahrtausendwende – als frischgebackener Gesprächspsychotherapeut hatte ich eine Stelle in der Erziehungsberatung ergattert und machte mich hoch motiviert an die Arbeit. Ich hatte schon in vielen Einzelsettings die entwicklungs-fördernde Kraft der personzentrierten Beziehungshaltung erfahren dürfen und war dementsprechend guten Mutes. In eine meiner ersten Beratungen kam ein getrenntes Elternpaar (ich nenne sie Frau und Herrn M.) und das Gespräch lief ungefähr so ab:

Fr. M.: „Leider kann man sich auf meinen Mann (Hr. M. lauter dazwischen: „Ex-Mann!“), Exmann, da überhaupt nicht verlassen. Nele hat eine starke Erkältung und da muss sie inhalieren, sonst bekommt sie Asthma ...“

(Ich setze an, die Sorge der Mutter zu verbalisieren, komme aber nicht zu Wort).

Hr. M. (unterbricht): „Das ist doch nun völliger Quatsch. Nele hat einen Schnupfen. Dein komischer Kinderarzt ist ein Pharmajunkie. Wechsel mal den Arzt!“

(Ich spüre, wie ärgerlich der Vater ist, kann aber auch das nicht ansprechen, weil nun auch die Mutter in Fahrt kommt.)

Fr. M.: „Das ist wirklich eine Frechheit von dir! Ohne Dr. W. wäre Nele längst chronisch krank. Du weißt doch, wie viel Probleme sie als Baby hatte. Wie soll ich sie dir denn am Freitag geben, wenn du ihr die Medikamente verweigerst? Das ist unterirdisch!“

Hr. M. (schnell): „Das musst du gerade sagen! Du suchst doch nur einen Grund, mir das Kind zu entziehen. Du machst ja sowieso, was

du willst! Dabei bist du doch die, die das Kind krank macht mit deiner Panik vor Bakterien, lass dich lieber mal untersuchen!“

(Ich räuspere mich, will deutlich machen, dass ich auch noch da bin, weiß eigentlich jedoch nicht mehr genau, was ich sagen könnte – aber ich werde sowieso nicht beachtet.)

Fr. M.: „Jetzt ist aber Schluss. Das muss ich mir nicht bieten lassen, nicht von dir. Dann muss Nele eben zu Hause bleiben, wenn sie krank ist.“

So ging es noch eine Weile weiter. Am Ende stand für die Eltern fest, dass man sich „wohl demnächst vor dem Familiengericht wiedersehe“, und ich fühlte mich ohnmächtig, wie von einer Dampfwalze überfahren und in meinem beraterischen Selbstwirksamkeitserleben schwer erschüttert. Zum Glück hielt das nicht lange an und gemeinsam mit meinen Kollegen/innen begab ich mich auf die Suche nach einer Antwort auf die Frage, wie man solchen Eltern möglichst adäquat begegnen kann. Wie könnte also eine personzentrierte Konzeption von Beratung mit Eltern aussehen, auch und gerade wenn sie hochstrittig sind?

Zur psychischen Situation getrennter Eltern

Mittlerweile sind einige Erweiterungen der persönlichkeits- und therapietheoretischen Annahmen von Rogers (1959 / dt. 1987) für den interpersonellen Bereich vorgenommen worden (z. B. Auckenthaler, 1983), z. T. auch durch die Formulierung verschiedener Beziehungskonzepte (z. B. Gaylin, 2002; Ziebertz, 2008, 2018; vgl. auch Eckert, 2006), die jeweils in engem Zusammenhang mit dem Selbstbild stehen und sich zueinander in zirkulärer Rückkopplung befinden. So bezeichnet etwa das Familienkonzept eine aus der biografischen Erfahrung geronnene, bewusstein-sfähige übergeordnete Struktur von Werten, Regeln, Beziehungen, Abläufen innerhalb des Verbundes „Familie“, welches die jeweilige Rolle ausgestaltet und handlungsleitend ist. Entsprechend der Entwicklung des Selbstkonzeptes wird das Familienkonzept zunächst maßgeblich von der Atmosphäre, den Werthaltungen und Abläufen in der Herkunftsfamilie bestimmt, später werden (je nach Erfahrungsoffenheit und Flexibilität des Konzeptes) neue Erfahrungen (z. B. aus den Familien von Freunden/innen, dem Partner/der Partnerin) integriert.

Analog gilt dies auch für zwei andere in unserem Zusammenhang wichtige Beziehungskonzepte, dem Paarkonzept und dem

Elternkonzept. Wenn sich zwei Personen begegnen, eine Partnerschaft eingehen, eine Familie gründen, Eltern werden, treffen damit auch die individuellen Beziehungskonzepte aufeinander und bilden eine Art Schnittmenge, das gemeinsame Familien-(Paar, Eltern-)konzept.

Je nach Außenweltsituation wird (analog zu dem, wie wir es aus der Selbstkonzepttheorie kennen) ein mehr oder weniger passender Beziehungskonzeptanteil aktualisiert. Wenn Eltern sich über Erziehungsfragen (z. B. wie viel Medienzeit ihr/e Kind/er haben sollten) austauschen, wird gewöhnlich das Elternkonzept aktualisiert, um zu einer passenden handlungsleitenden Haltung zu kommen. Am Abend, wenn die Kinder schlafen und das Elternpaar auf dem Sofa kuschelt, wird das Verhalten in der Folge u. a. der Aktualisierung des Paarkonzeptes (z. B.: „Was tut uns gut? Wie gehen wir sexuell miteinander um?“) entstehen – eine Aktualisierung des Elternkonzeptes wäre hier eher irritierend (z. B.: „Warte, Schatz, ich schau eben, ob die Kinder gut zugedeckt sind!“).

Abgesehen von den Folgen für die Selbst- und Beziehungskonzeptentwicklung der Kinder (vgl. z. B. Walper & Schwarz, 1999; Wallerstein et al., 2002; Hetherington & Kelly, 2003) zerbricht auf Seiten der Eltern in der Regel mit der Trennung die gemeinsame Paarkonzeption aufgrund der über die Zeit gewachsenen (z. B. ständigen destruktiven) Konflikte oder durch einschneidende Erfahrungen (z. B. Außenbeziehung des/r Partners/in) entstandenen interpersonellen Inkongruenzen, was in zirkulärer Rückbezüglichkeit auch Auswirkungen auf die anderen relevanten Beziehungskonzepte sowie das Selbstkonzept hat. Während vor der Trennung im Bemühen, an der Beziehung festzuhalten, das Gemeinsame, Verbindende im Fokus steht, wird nach der Trennung gewöhnlich das Unterscheidende betont, was Auswirkungen auf Absprache- und Einigungsprozesse auf der Elternebene nach sich zieht. Mit welcher emotionalen Verfassung, welchen Themen und welcher Konflikthaftigkeit Eltern(-teile) in die Trennungs- und Scheidungsberatung kommen, hängt unter anderem davon ab,

- ob die Trennung gemeinsam gewollt („es ist die beste Lösung für uns beide“) oder einseitig ausgesprochen ist
- wie hoch konflikthaft die Umstände der Trennung waren und wie tiefgreifend das Vertrauen in den/die Andere/n erschüttert ist
- in welcher emotionalen Phase der Trennung sich Elternteil 1 und 2 befinden (häufig ist ein Elternteil „weiter“ als der andere; z. B. kann es sein, dass sich eine Seite schon in neuer Partnerschaft befindet und die Trennung aktiv herbeigeführt hat, während die andere Seite noch in der Phase des Schocks, des „Nicht-Wahrhaben-Wollens“ ist)
- welche Aspekte der Trennung bereits vollzogen sind (z. B. räumliche oder finanzielle Trennung) und als wie gerecht sie empfunden werden
- wie das jeweilige Selbstkonzept, der Grad des Selbstvertrauens, die Selbstwirksamkeit usw. beschaffen ist
- welche Bindungsrepräsentanzen, welche früheren Trennungserfahrungen die Elternteile mitbringen.

Die Beratung *einzelner* Personen bei der emotionalen Bewältigung der Trennungsfolgen stellt uns als personenzentrierte Berater/innen vor keine speziellen Herausforderungen, hier ist das klassische prozessorientiert-personenzentrierte Beziehungsangebot optimal geeignet, Menschen in den Phasen der Trennung (z. B. Schock/Lähmung – Trauer/Wut – autobiografische Integration und Re-orientierung) zu begleiten. Gerade bei längeren, intensiveren Prozessen kann auch ein gutes Stück Vertrauen in die Tragfähigkeit menschlicher Beziehung wiedererlangt werden. Deshalb werde ich auf die personenzentrierte Einzelberatung an dieser Stelle nicht weiter eingehen, sondern den Fokus auf die *gemeinsame* Beratung getrennter Eltern legen. Hier liegt die Zielsetzung in aller Regel in der Verbesserung der elterlichen Verantwortungsgemeinschaft durch grundlegende Vereinbarungen, z. B. zu Fragen des Umgangs, der elterlichen Kommunikation oder der Gesundheitssorge.

Vielfach geht es darum, Wege zu finden, das auf der Paarebene verlorengegangene Vertrauen auf dem Feld gemeinsamer Elternschaft zu erhalten oder wieder aufzubauen, um die Entwicklung bzw. Praktizierung von Bindungstoleranz (d. h. die Fähigkeit, Bindungswünsche zwischen Kind und anderem Elternteil aushalten zu können) und die Vermeidung von Loyalitätskonflikten für das/die Kind/er. Manchmal – nach weniger erfolgreichen elterlichen Zusammentreffen – steht eher die Frage im Vordergrund, wie viel Kooperation Eltern überhaupt miteinander hinbekommen und ggf. welche Bereiche sie durch Absprachen so gestalten können, dass sie (z. B. bei Übergaben der Kinder) möglichst wenig Gelegenheit haben, konflikthaft aufeinander zu reagieren („parallele Elternschaft“).

Je nach Konfliktniveau der Eltern realisieren wir als Berater/innen unsere Haltung mit deutlich unterschiedlichen Akzentsetzungen, weshalb es sinnvoll ist, sich mit dem Phänomen der Konflikthaftigkeit etwas genauer zu beschäftigen.

Elterliche Konflikthaftigkeit in der Trennungs- und Scheidungsberatung

Obwohl es auch differenziertere Modelle zu Beschreibung von Konfliktniveaus gibt (vgl. z. B. das 9-Stufen-Modell von Glasl, 1980/2017), hat sich für eine grobe Einordnung das dreistufige Modell von Alberstötter (2005) bewährt.

In Konfliktstufe 1 ist das Gefühl gemeinsamer Elternverantwortung in der Beratung tragend, die Eltern wissen, dass es sich für das/die Kinder/er positiv auswirkt, wenn sie als Eltern sich um gute Kommunikation und Absprachen bemühen. Die kindlichen Bedürfnisse können gesehen und von eigenen Bedürfnissen unterschieden werden, die Trennung von Paar- und Elternebene gelingt in den weitaus meisten Situationen. Eigene Anteile an dem Zustandekommen von Konflikten können überwiegend gesehen werden, es besteht ein Interesse, die Konflikte im Sinne einer guten Lösung für das/die Kinder gemeinsam zu bewältigen.

In Konfliktstufe 2 ist die kooperative Ebene nicht mehr ohne Weiteres zu erreichen, mindestens ein Elternteil agiert verletzend

gegen den/die Ex-Partner/in. Es wird in polarisierender Weise nach Argumenten und Verbündeten gesucht. Der/die Andere ist böse und hat Schuld, eigene Anteile am Zustandekommen von Konflikten werden geleugnet. Das Kindeswohl wird als Handlungsbegründung angeführt, ohne dass die kindlichen Bedürfnisse und Loyalitätsspannung tatsächlich einfühlsam wahrgenommen werden können. Dementsprechend häufig entsteht eine Inkongruenz zwischen Elternteil („Ich brauche Unterstützer, die dem/der Anderen sagen, dass er Schuld ist, sich ändern soll!“) und Beratungsangebot („Wir bieten Begleitung beim kompromisshaften Aushandeln guter, kooperativer Lösungen“) in Bezug auf die Zielvorstellungen der Beratung. Auch wenn das Selbstverständnis von Beratung Freiwilligkeit voraussetzt, bedarf es klarer Strukturen und Kooperation unterschiedlicher Fachkräfte (in erster Linie Familiengericht, Allgemeiner Sozialdienst, Verfahrenspflegschaften), die aus ihrer jeweiligen Rolle heraus teilweise druckvoll auf Einvernehmlichkeit zwischen den Eltern hinwirken können. Im Rahmen klarer Strukturen und mit entsprechender Unterstützung ist die innere Distanzierung vom eigenen Agieren, von hochschießenden unmittelbaren Gefühlen (z. B. Wut) noch möglich.

In Konfliktstufe 3 steht der Hass auf den/die „unmenschlichen“ Ex-Partner/in im Vordergrund, die Schädigung des/r Anderen wird zum Ziel, für das auch die Kinder instrumentalisiert werden. Die reflexive Distanz zum eigenen Erleben geht völlig verloren, die eigene Wahrnehmung wird komplett mit der Wahrheit verwechselt. In dieser Stufe ist Beratung unrealistisch, es braucht Schlichtung und/oder klare Entscheidungen von machtvollen Dritten zur Abwendung der Kindeswohlgefährdung durch die extreme Loyalitätsverpflichtung und fehlende Wahrnehmung kindlicher Bedürfnisse.

Zentrale Voraussetzung (v. a. in Stufe 2) dafür, in der Beratung mit ausreichend Ruhe und Kontinuität konstruktiv Gespräche führen zu können ist, inwieweit Eltern(-teile) in der Lage sind, aus schnell triggerbaren Reaktionsmustern wie Gekränkt-Sein, Misstrauen, Empörung, Zorn etc., die meist aus alten Enttäuschungen, Verletzungen, Gewalterfahrungen oder Phasen großer Stressbelastung im Rahmen von Partnerschaft und Trennung resultieren, auszusteuern.

Wie können wir diese getriggerten Reaktionsmuster aus einem personenzentrierten Verständnismodell heraus erklären?

Stellen wir uns vor, in der Trennungsberatung geht es um ein klassisches Erziehungsthema, die Eltern versuchen sich z. B. darüber abzustimmen, wie viel Medienzeit für die achtjährige Tochter angemessen sei. Es handelt sich dabei also um einen Aspekt, der in einer normalen Situation bei den Beteiligten einen *Elternkonzept-anteil* aktualisieren würde, der z. B. bisherige Erfahrungen in der Regelsetzung gegenüber der Tochter, elterliche Werthaltungen in Bezug auf Medienkonsum und Freizeitverhalten usw. beinhalten könnte.

Unvermittelt zeigt bei einem Elternteil die primär emotionale Bewertung des impliziten emotionalen Gedächtnissystems (in dem die Amygdala eine herausragende Rolle spielt; zur neurowissenschaftlichen Fundierung personenzentrierter Konzepte vgl. Lux, 2007) eine Bedrohlichkeit der Situation an, die der Person in der Regel in dem Moment gar nicht bewusst wird, weil sie aus alten belastenden oder sogar traumatischen Erfahrungen *spezifischer* (z. B. frühere eskalierende Konflikte mit dem anderen Elternteil, Gewalterfahrungen etc.) oder auch *unspezifischer* Art (z. B. früher traumatischer Stress durch die eigenen Eltern, der eine dauerhaft erhöhte Reagibilität des psychovegetativen Aktivierungssystems in sozialen Situationen verursacht hat) herrührt.

Je nach Stärke der Aktivierung geht die reflexive Distanz zum unmittelbaren Erleben teilweise oder vollständig verloren, da stresshormonbedingt die Funktion kortikaler Strukturen (z. B. des Hippocampus oder Präfrontalcortex) beeinträchtigt wird. So kann in diesem Moment nicht das (eigentlich für die Bearbeitung des Erziehungsthemas funktionale) Elternkonzept aktualisiert werden, sondern (nach dem Prinzip der zustandsabhängigen Bahnung von Erinnerung) nur Teile/Fragmente des spezifischen *Paarkonzeptes* (z. B. Konflikterfahrungen, -reaktionen bzgl. Ex-Partner/in) oder sogar Äußerungsformen der reinen „Kampf-Fluchtreaktion“ ohne Beteiligung der Großhirnrinde.

Wenn der andere Elternteil in dieser Situation nicht am Thema orientiert und weiter auf der Elternebene reagieren kann, sondern bei diesem ebenfalls alte Bedrohtheitsgefühle und Paarkonflikterfahrungen aktualisiert werden, kommt es zu einer eskalativen Spirale. Diese können die Eltern in aller Regel aufgrund der emotionalen Unmittelbarkeit des akuten Stresserlebens und der verlorengegangenen reflexiven Distanz nicht selbst unterbrechen. In dieser Situation kann Beratung nicht die oben skizzierten Zielsetzungen weiter verfolgen, sondern es geht darum, Eskalationskaskaden zu unterbrechen oder – besser noch – die Lawine aufzuhalten, bevor sie richtig ins Rollen kommt.

Was also braucht eine personenzentrierte Konzeption von Trennungsberatung?

Meine Hypothese ist, dass die von Rogers (1957) formulierten Bedingungen für den psychotherapeutischen Prozess (vgl. auch Biermann-Ratjen, Eckert, Schwartz, 2003) in adaptierter Form auch für die Trennungsberatung (hoch-)strittiger Eltern gelten:

1. Nicht nur Berater/innen und Eltern, sondern auch die Elternteile untereinander sind zumindest in Ansätzen offen für eine Erweiterung ihrer Erfahrungen auf der elterlichen (Kommunikations-)ebene, für Veränderung ihrer Haltung zueinander und ihrer Ansichten, die sie zu den für sie relevanten Themen mitbringen. In eskalativen Konfliktmomenten kann aus den oben beschriebenen Gründen diese Bedingung zeitweise nicht gegeben sein. Personenzentriert vorzugehen bedeutet in diesem

Moment, Eltern in ihrem Konfliktverhalten zu unterbrechen und durch eine möglichst optimale Balance zwischen klarer Strukturgebung, Konfrontation mit dem Konfliktverhalten und der Wertschätzung beider Personen die Bedingungen dafür zu schaffen, dass sich die Eltern ausreichend sicher fühlen, um wieder neue Erfahrungen zulassen zu können. Wenn sich Eltern dauerhaft in Konfliktstufe 3 (vgl. Alberstötter, 2005) im Kriegsmodus gegeneinander befinden mit der Zielsetzung, dem anderen emotional zu schaden, ist Beratung kein geeignetes Mittel, sondern es müssen die zur Sicherstellung des Kindeswohles nötigen Regelungen, z. B. durch das Familiengericht, verfügt werden. Die Einschätzung dieser Bedingung erfordert einen fortlaufenden diagnostischen Prozess, den wir in unserer Beratungseinrichtung u. a. mithilfe eines Fremdeinschätzungsbogens vornehmen (Weber & Ritzenhoff, 2018).

2. Eltern sind mit sich selbst und/oder mit dem anderen Elternteil inkongruent.
3. Berater/innen sind in ihrem Erleben gegenüber den Eltern kongruent, d. h. sie können sich ihres Erlebens in Bezug auf die Elternteile und deren Elternbeziehung bewusst werden. Das bedeutet, dass Berater/innen sich mit möglichen eigenen Trennungserfahrungen auseinandergesetzt haben und offen bleiben für (auch persönliche, unangenehme) Resonanzen, die im Kontakt mit den Eltern entstehen können.
4. Berater/innen sind den Eltern als Personen gegenüber unbedingt zugewandt, sie versuchen zu akzeptieren, dass die (Konflikt-)erfahrungen, die die Elternteile miteinander gemacht haben, als Teil ihrer autobiografisch begründeten Versuche einer Situationsbewältigung ableitbar sind.
5. Berater/innen fühlen sich möglichst gleichgewichtig in die aktuellen Erlebensanteile beider Eltern ein und bemühen sich um ein Verstehen aus deren inneren Bezugsrahmen heraus. Anders als in einer Personenzentrierten Psychotherapie geht es hier jedoch nicht um die Begleitung aktualisierter alter persönlicher Erlebnisse und auch nicht um eine komplette Aufarbeitung der Paarbeziehung, sondern ausschließlich um die Gefühle, die in Verbindung mit der (aktuellen!) Elternschaft und deren Konflikthaftigkeit stehen.
6. Elternteile in der Trennungsberatung brauchen angesichts der vielfältigen Gefühle, die im Zusammensein mit dem/r Ex-Partner/in aktualisiert werden, die Sicherheit, dass die Berater/innen ihm/ihr genauso wertschätzend und empathisch begegnen, wie sie das vielleicht in der Kommunikation der Berater/in mit dem/Ex-Partner/in wahrnehmen. Der Wunsch von Elternteilen, dass ihre eigene Position, ihr eigenes Verhalten von den Beratungskräften unterstützt wird, hält sich oft die Waage mit der Angst, es könnte die Sichtweise der anderen Seite favorisiert werden. Für uns als Berater/innen kommt es darauf an, die Themen- und Ergebnisverantwortung klar bei den Eltern zu belassen, dementsprechend sich wertenden Stellungnahmen zu enthalten (Ausnahme: Kindeswohlgefährdende Intentionen einer oder beider Seiten),

dagegen klar in der Verantwortlichkeit für die Ermöglichung eines wertschätzenden, sicheren Beratungsraumes zu bleiben und diese auf geeignete Weise zu kommunizieren. Voraussetzung ist, dass die Eltern dieses Beratungsangebot zumindest in Ansätzen als solches wahrnehmen können.

Das optimale Maß an Strukturgebung in der Trennungsberatung

Wie bereits erwähnt, bietet eine klare, an das Ausmaß der Konflikthaftigkeit der Eltern angepasste Struktur (sowohl des Beratungsrahmens, als auch innerhalb der Beratungssitzung selbst) Sicherheit und schafft optimales Vertrauen in die Möglichkeit fairer Absprachen und Ergebnisse. Während eine mangelnde Strukturgebung die Gefahr der Konflikteskalation deutlich erhöht, ist eine Überstrukturierung bei gegebenen eigenen kommunikativen Kompetenzen der Eltern ebenso zu vermeiden, sie löst Abwehr gerade bei jenen (kooperativen) Eltern aus, bei denen die Trennung mit signifikantem Kontrollverlust verbunden war und die aktuell auf dem Weg sind, neues Vertrauen in selbstregulative Kompetenzen und Autonomiebedürfnisse zu entwickeln.

Wenn beide Elternteile sich zur Beratung anmelden und grundsätzlich motiviert sind, ihrer gemeinsamen Elternverantwortung gerecht zu werden, die die volle Toleranz für die Bindungsbedürfnisse des Kindes gegenüber dem anderen Elternteil (und umgekehrt) mit einschließt, und wenn sie die in den meisten Beratungssituationen eine kooperative, reflektierte Haltung beibehalten können (Konfliktstufe 1), ist die Beratung durch eine Fachkraft meistens gut möglich und es sind in der Regel nur die aus anderen Mehrpersonen-Settings bekannten Strukturierungen erforderlich, z. B.:

- beiden Elternteilen etwa gleich viel Raum geben
- zu Beginn die Themen oder Anliegen erfragen
- Ermöglichung gegenseitigen Zuhörens durch Verlangsamten, Zusammenfassen des Verstandenen usw. (mediative, vermittelnde Haltung)
- auf konstruktive Gesprächsatmosphäre achten, bei Verletzungen etc. unterbrechen, Reflexion über den Gesprächsprozess und zu gegenseitiger Perspektivenübernahme anregen
- Vereinbartes ggf. schriftlich, für beide Elternteile sichtbar festhalten
- darauf achten, dass keine Themen oder Anliegen „hinten runter fallen“, sondern ggf. in einer späteren Sitzung Raum bekommen usw.

Bei Eltern, die in höherem Ausmaß konflikthaft aufeinander reagieren (Konfliktstufe 2 oder 3), wie dies in der Regel bei Eltern der Fall ist, die vom Familiengericht an Beratungsstellen verwiesen

werden, ist eine klare Strukturierung des Beratungsrahmens wichtig, um Auswirkungen der Konfliktodynamik auf das Beratungssetting und den Beratungsverlauf zu vermeiden.

In der Psychologischen Beratungsstelle der Stadt Oldenburg haben wir eine bestimmte Vorgehensweise entwickelt: Bereits im familiengerichtlichen Verfahren erhalten Eltern ein Informationsblatt über den Ablauf und die grundsätzlichen Charakteristika gerichtsverwiesener Beratung. Noch in der Verhandlung verständigen sich die Eltern darüber, bei welcher der (nach parallelen Prinzipien arbeitenden) Beratungseinrichtungen sie sich binnen 14 Tagen anmelden wollen. Gerichtsverwiesene Beratung führen wir grundsätzlich mit zwei geschlechtsentsprechenden Beratungskräften durch. Über die Woche verteilt gibt es an jedem Arbeitstag vormittags und nachmittags je einen festgelegten Terminplatz für gerichtsverwiesene Beratung. Aufgabe der Eltern ist es, sich auf einen Terminplatz zu einigen. Danach laden wir zu je einem Vorgespräch (beide Beratungskräfte zusammen!) mit Elternteil 1 und 2 ein zur Klärung der Frage, ob beide beratungskompatible Anliegen haben und sich vorstellen können, die Anliegen der anderen Seite zu bearbeiten (2.). Bereits hier nehmen wir eine erste Einschätzung der elterlichen Funktionalität und der möglichen Zielsetzung der Beratung (kooperative oder parallele Elternschaft) u. a. mittels des Fremdeinschätzungsbogens vor. Danach entscheiden wir über das weitere Vorgehen:

- Einladung zu einem ersten gemeinsamen Elterngespräch zu dem festgelegten Terminplatz: Bereitschaft und Beratungskompatibilität ist vorhanden. Retraumatisierung durch Aufeinandertreffen der Elternteile ist nicht zu erwarten.
- Fortsetzung von Einzelgesprächen mit ggf. späterem Beginn von gemeinsamen Elterngesprächen: Bereitschaft und Beratungskompatibilität ist noch nicht genug geklärt oder Retraumatisierung ist möglich (ggfs. Beratung nach dem Shuttle-Prinzip)
- Keine weiteren Beratungsangebote an beide Elternteile, ggf. Einzelberatung mit einem Elternteil: Bereitschaft von einem oder beiden Elternteilen ist nicht vorhanden, es gibt keine beratungskompatiblen Anliegen, die Eltern sind ausgeprägt hochkonflikthaft (Stufe 3). Formelle Bescheinigung, dass die Beratung seitens der Beratungsstelle beendet wurde, da aus fachlicher Sicht Beratung kein Mittel zur Konfliktbewältigung ist. In Einzelfällen Einleitung eines Verfahrens zur Abwendung der Kindeswohlgefährdung.

Co-Beratung

Auf den ersten Blick wirkt die Vorstellung, jedes Gespräch mit *zwei* Beratungskräften zu führen, sehr kosten- und zeitintensiv. In der Praxis ist unsere Erfahrung, dass sowohl die diagnostische Entscheidung, an welchem Punkt das Beratungssetting verändert bzw. die Beratung beendet wird, deutlich treffsicherer und damit

früher getroffen werden kann, als auch die Anzahl der Beratungsgespräche bei den konstruktiven Verläufen deutlich niedriger ist. Dies liegt daran, dass zu zweit die drei Ebenen der Trennungsberatung (Einfühlung in Elternteil 1 und 2, Moderation, Reflexion über den Prozess) viel leichter und klarer gehalten werden können, weil sich das Beratungsteam in der Moderation abwechseln kann. Der/die gerade nicht in der Moderation geforderte Berater/in hat dadurch den Raum, sich in die Elternteile einzufühlen („also näher dran zu sein“), genauso aber auch, die gegenseitigen Reaktionen der Elternteile, die Moderation des/r Kollegen/in und den Beratungsprozess insgesamt auf sich wirken zu lassen.

Co-Beratung ist wie ein gemeinsamer Tanz – im ungünstigen Fall weiß man nie, welche Bewegung der/die Andere als Nächstes machen wird und man landet sich häufig auf den Füßen. Geübte Tänzer sind in der Lage, auf minimale Zeichen des Anderen zu reagieren; ein gutes Co-Beratungsteam wird sich in Abstimmung aufeinander in der Gesprächsführung unterstützen und abwechseln.

Beispiele für Interventionsansätze in der personenzentrierten Trennungsberatung

- Auf psychovegetatives Erregungsniveau der Elternteile eingehen:
 - Das Erregungsniveau ist aktuell zu hoch für eine Haltung reflexiver Distanz:
 - Eskalation unterbrechen, keine neuen Verletzungen in Beratung zulassen!
 - Interaktion mit Ex ggf. unterbrechen, Gesprächsführung übernehmen, ggf. parallele Sitzordnung
 - Wenn Erregungslevel dauerhaft zu hoch ist, Sitzung unterbrechen, in Einzelkontakte gehen.
 - Das Erregungsniveau steigt, beide Elternteile sind aber noch reflexionsfähig:
 - Wertschätzende Kommunikation an beide Seiten
 - Paraphrasieren, Spiegeln, Verlangsamen (Reflektieren, Spüren, Versprachlichung ermöglichen)
 - Kind(er) zirkulär miteinbeziehen, über Symbole, Bodenleger „reinholen“
- Aktiv Transparenz herstellen in Bezug auf Ziele der Eltern, Prozessverantwortung (Beratungsteam) und Ergebnisverantwortung (Eltern) klären
- Beiderseitige Konfrontation mit Konfliktverhalten, dabei Einfühlung in Erlebenswelt und Bedürfnisse (nicht Wünsche!) beibehalten
- „Beratungs-Raum“ transparent machen, Einladung „probe-weise“ etwas „anzudenken“ ohne sich sofort festzulegen (optionale Haltung beibehalten)
- Stellvertretend im Beraterteam kommunizieren / „doppeln“
- Kindliche Perspektive versprachlichen oder bei der Versprachlichung unterstützen, z. B. Loyalitätsgebundenheit/-konflikte benennen und verdeutlichen

- Wertschätzende (Mikro-)Momente zwischen den Eltern wahrnehmen und verbalisieren
- Ressourcen aus der Vergangenheit verbalisieren oder wertschätzend auf aktuelle gemeinsame Kompetenzen hinweisen, soweit sie in der elterlichen Gewährleistung verfügbar sind.

Erinnern Sie sich noch an den Dialog in der Einleitung? Vielleicht würde das Gespräch heute ungefähr so ablaufen (B1: Beraterin 1 / B2: Berater 2):

Fr. M.: „Leider kann man sich auf meinen Mann (Hr. M. lauter dazwischen: „Ex-Mann!“), Exmann, da überhaupt nicht verlassen. Nele hat eine starke Erkältung und da muss sie inhalieren, sonst bekommt sie Asthma ...“

Hr. M.: (setzt an, atmet ein)

B1 (schaut Hr. M. an): „Ich sehe, Ihnen ist danach, da sofort drauf zu antworten. Können Sie noch einen Moment aushalten? Sie bekommen gleich auch Raum, Ihre Sicht zu sagen! Ist das ok?“ (Hr. M. brummt zustimmend)

B2: „Ich habe verstanden, Frau M., dass Sie sich Sorgen machen, Nele könnte Asthma bekommen, wenn sie nicht inhaliert (Fr. M.: „Ja.“), und dazu würden Sie gerne mit Hr. M. einen verlässlichen gemeinsamen Weg finden?“

Fr. M.: „Ja genau, so ist das. Aber mein Ex-Mann ist da ja immer schon anderer Meinung gewesen, wenn es um die Gesundheit geht.“

B2: „Ich höre, da spielen Erfahrungen aus der Vergangenheit mit, wo sich das für Sie mühsam angefühlt ... Können Sie sich trotzdem vorstellen, hier in der Beratung mit dem Vater zusammen nochmal in Ruhe darauf zu gucken, wie Sie sich in Zukunft möglichst gut verständigen können, wenn es um Nele geht?“

Fr. M.: „Mhm, na gut.“ (...)

B2 (an den Vater): „Nun haben Sie eine ganze Weile zugehört, die Idee war gerade, dass Sie hier nochmal gemeinsam ins Gespräch kommen darüber, was für Nele jetzt gut ist ...“

Hr. M.: „Ja, natürlich, dass ist mir total wichtig. Ich möchte hier mal klarstellen, dass mir Neles Gesundheit genauso am Herzen liegt wie der Mutter! Deshalb kann ich ja auch nicht verstehen, wie man dem Kind alle Augenblicke dieses Cortisonspray geben kann. Das ist doch bekannt, wie viel Nebenwirkungen das hat, das ist doch wirklich nur etwas für den Notfall!“

B2: „Sie sorgen sich auch um die Gesundheit von Nele und es ist Ihnen wichtig, dass das genauso gesehen wird.“

(Hr. M.: „Ja, klar!“)

B2: Und dann haben Sie eine andere Meinung als die Mutter, was Nele braucht, um wieder gesund zu werden ...“

Hr. M.: „Ja, aber ich habe ja leider keine Chance, weil Nele nun mal bei der Mutter lebt, die alle Augenblicke irgendwelche Medikamente in sie hineinstopft. Und an den Wochenenden soll ich das dann auch noch mitmachen.“ (...)

B1 (an beide Eltern): „Ich habe Ihr Gespräch mit meinem Kollegen gerade auf mich wirken lassen. Ich habe wahrgenommen, dass es da in Ihrem Konflikt mindestens zwei Ebenen geben könnte. Zum einem sind Sie uneins darüber, wie mit der Erkrankung Ihrer Tochter umzugehen ist, (...) zum anderen scheint Ihnen diese Dynamik in dem Konflikt irgendwie ziemlich vertraut zu sein. Von Ihrer Seite (sieht Fr. M. an) ist bei mir angekommen, wie wichtig Ihnen ist, dass Sie an einem Strang ziehen und sich aufeinander verlassen können (...). Und bei Ihnen (zu Hr. M), dass Sie sich auch gesehen und ernstgenommen fühlen und nicht über Ihren Kopf hinweg entschieden wird (...).“

Literatur:

- Alberstötter, U. (2005). Kooperation als Haltung und Strategie bei hochstrittigen Eltern-Konflikten. In: Kindschaftsrechtliche Praxis 3/2005, S. 83-93.
- Auckenthaler, A. (1983). Klientenzentrierte Psychotherapie mit Paaren. Stuttgart: Kohlhammer.
- Biermann-Ratjen, E.-M., Eckert, J. & Schwartz, H.-J. (2003). Gesprächspsychotherapie. Verändern durch Verstehen. 9. Auflage, Stuttgart: Kohlhammer.
- Bundesgesetzblatt (2008). Teil I Nr. 61, Artikel 1: FamFG. Bonn 2008, S. 2587.
- Eckert, J. (2006). Paartherapie. In J. Eckert, E.-M. Biermann-Ratjen & Diether Höger (Hrsg.), Gesprächspsychotherapie. Lehrbuch für die Praxis. S. 423-427. Heidelberg: Springer.
- Glasl, F. (1980/2017). Konfliktmanagement: Ein Handbuch für Führungskräfte, Beraterinnen und Berater. 11. Auflage 2017. Bern/Stuttgart: Haupt.
- Gaylin, N. L. (2002). Der Personzentrierte Ansatz in der Familientherapie. In: W. W. Keil & G. Stumm (Hrsg.), Die vielen Gesichter der Personzentrierten Psychotherapie (S. 319–333). Wien: Springer.
- Hetherington, E. M. & Kelly, J. (2003). Scheidung. Die Perspektive der Kinder. Weinheim: Beltz.
- Lux, M. (2007). Der Personzentrierte Ansatz und die Neurowissenschaften. München: Reinhardt.
- Rogers, C.R. (1957). The Necessary and Sufficient Conditions of Therapeutic Personality Change. Journal of Consulting Psychology. 21, 95-103.
- Schreiner, J. (2014). Therapeutische Shuttle-Beratung. Dossier: Elterliche Trennung. Psychoscope, 1-2/2014.
- Wallerstein, J.S., Lewis, J.M. & Blakeslee, S. (2002). Scheidungsfolgen – Die Kinder tragen die Last. Eine Langzeitstudie über 25 Jahre. Münster: Votum.
- Walper, S. & Schwarz, B. (Hrsg.)(1999). Was wird aus den Kindern? Chancen und Risiken für die Entwicklung von Kindern aus Trennungs- und Stieffamilien. Weinheim und München: Juventa.

- Weber, A. & Ritzenhoff, A. (2018). Diagnostisches Schema der Elternfunktionalität in der gerichtsverwiesenen Beratung. *Informationen für Erziehungsberatungsstellen*, 3/18; S. 14-21.
- Wolf, Ch. (1999). Ausgleich und Entwicklung. In: *Gesprächspsychotherapie und Personzentrierte Beratung*, 2/99; S. 96-106.
- Ziebertz, T. (2008). Hypothesen zu einer personzentrierten Theorie der Familie. In: *Gesprächspsychotherapie und Personzentrierte Beratung*, 2/08; S. 79-85.
- Ziebertz, T. (2018). Das Familiäre Rückkopplungsmodell. In: U. Hollick, M. Lieb, A. Renger & T. Ziebertz, *Personzentrierte Familientherapie und -beratung*, (S. 46-49). München: Reinhardt.

Vielen Dank an die Kollegen/innen der Psychologischen Beratungsstelle der Stadt Oldenburg!



Andreas Ritzenhoff, Dipl.-Psych., Psychologischer Psychotherapeut, Gesprächspsychotherapeut (GwG), Mediator (BAFM), Erziehungs- und Familienberater (bke), tätig in der Psychologischen Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche der Stadt Oldenburg und in eigener psychotherapeutischer Praxis in Oldenburg

Kontakt: aritzenhoff@aol.com

Zusammenarbeit mit Eltern in der personzentrierten Psychotherapie mit Kindern und Jugendlichen

Ulrike Hollick

Einleitung

Wohl die meisten Kindertherapeuten wählen ihren Beruf, weil sie mit Kindern und Jugendlichen arbeiten wollen. Hier sehen sie ihre Stärken und haben Freude am Kontakt mit den jungen Klienten. Häufig ist ihnen zumindest bei der Berufswahl jedoch nicht bewusst, in welchem Umfang sie auch mit Erwachsenen, Eltern und Bezugspersonen zu tun haben und welche Bedeutung diese für den Verlauf der Therapie haben. Auch in Fort- und Weiterbildungen scheinen die Themen „Elterngespräche führen“ und „Arbeit mit den Bezugspersonen“ nur am Rande relevant zu sein. Gleichwohl sind in aller Regel die Eltern Initiatoren und zumindest mit Auftraggeber. Sitzungen mit den Eltern und Bezugspersonen nehmen zumindest bei kassenfinanzierten Richtlinientherapien in der Regel ein Viertel der Termine ein, sodass sie einen Großteil der Kontakte ausmachen und daher auch mit entsprechender Aufmerksamkeit gewürdigt, gestaltet und zum Gelingen der Therapie genutzt werden sollten.

Aus Sicht der Eltern gibt es erfahrungsgemäß häufig unausgesprochene Ängste und Befürchtungen, aber auch Wünsche und Hoffnungen, die an den Therapeuten geknüpft sind. Diese beziehen sich zum einen auf die therapeutische Arbeit mit dem eigenen Kind, aber auch auf den Kontakt mit den Eltern selbst. Auch wenn Eltern nicht anwesend sind, befindet sich der Therapeut damit immer in einem Beziehungsdreieck zu dem in Therapie befindlichen Kind und dessen Eltern. Dieses Beziehungsdreieck gilt es zu berücksichtigen.

Auch im direkten Kontakt mit dem Kind schwingt die Haltung der Eltern gegenüber der Therapie und dem Therapeuten

mit und wirkt sich auf die Beziehungsgestaltung und damit auf den therapeutischen Prozess aus. Umso wichtiger ist es daher, den Eltern so zu begegnen, dass auch zu ihnen eine möglichst gute Beziehung aufgebaut werden kann und dass sie sich so als wichtiger unterstützender Faktor in die Therapie einbringen können. In aller Regel wünschen sich ja Eltern, zum Wohl ihres Kindes beitragen zu können, und nicht selten haben sie Schuldgefühle oder erleben sich als unzulänglich, stellen ihre elterliche Kompetenz infrage und zweifeln an sich, wenn sie sich fragen, welchen Anteil sie an den Schwierigkeiten ihres Kindes haben. Gerade dann kann es eine positive Erfahrung sein und zum Selbstwirksamkeitserleben der Eltern beitragen, wenn sie merken, dass sie einen wichtigen Beitrag zum Gelingen der Therapie leisten können.

Die Haltung, die ein Therapeut den Eltern entgegenbringen sollte – und dabei sind auch immer andere Bezugspersonen wie evtl. Pflege- oder Adoptiveltern, ggf. Großeltern oder auch Lehrer oder Erzieher gemeint, auch wenn diese noch einmal eine andere Rolle einnehmen als die Eltern – entspricht der personzentrierten Grundhaltung von Empathie, bedingungsloser Wertschätzung und Kongruenz. Gleichzeitig ist in Gesprächen mit Eltern häufig mehr und klarere Struktur erforderlich. Hier nimmt der Therapeut mitunter auch eine direktivere Rolle ein, indem er etwa Gespräche stärker lenkt, seinen Umgang mit Tür- und Angelgesprächen und Telefonaten oder E-Mail-Kontakten findet und auf die Einhaltung von Terminen und Sitzungsenden achtet. Bereits Virginia Axline hat zwar die Auffassung vertreten, dass Eltern nicht unbedingt in die Therapie mit einbezogen werden müssen, sah es jedoch als wertvoll an, wenn dies realisiert werden kann. Nicht immer ist das Einbeziehen der Eltern möglich.