

Workshop E: Kinder in Familienkrisen

In diesem Workshop wird der Begriff Armut weiter gedacht und als emotionale Armut verstanden. Krisen wie Trennung und Scheidung der Eltern oder Trauer und Verlusterfahrungen fordern das System Familie heraus. Familienresilienz zu stärken ist eine Unterstützungsmöglichkeit auf die näher eingegangen wird.

Haltlose Kinder

Verunsicherte Eltern, wenig Zutrauen in die eigene Autorität.

Missverständnisse über elterliche Verantwortung und die Hintergründe von herausforderndem Verhalten des Kindes.

Zu wenig Reflexion über elterliches Verhalten und Interventionen.

Fehlende Verankerung (still face) und Präsenz.

Fehlendes Einüben der Basics.

Das Kind muss mit dem Smartphone um seine Eltern konkurrieren.

Stärke durch neue Autorität ...

... nach Haim Omer

1. Das Prinzip der Verankerung
2. Das Prinzip der Präsenz
3. Das Prinzip der wachsamem Sorge
4. Das Prinzip der De-Eskalation
5. Das Prinzip des Unterstützungsnetzwerkes
6. Das Prinzip des Widerstands anstatt der Strafe
7. Das Prinzip der Wiedergutmachung

Trennung / Scheidung

Verlust der Haushaltsgemeinschaft mit beiden Elternteilen. Spannungsreiche Atmosphäre.

Verlust sozialer Netzwerke (Umzug).

Loyalitätsprobleme.

Wichtig: das Kind trifft keine Schuld. Fürsorge, den Verlust zu bewältigen, Gefühle auszudrücken. Stabilität und Sicherheit im Alltag, emotional sichere Beziehungen zu beiden Elternteilen, gutes Klima zwischen den Eltern.

Familienresilienz ...

... als Paradigmenwechsel > salutogenetische Sichtweise:

Fokus auf Stärken und Ressourcen der Familie. Familie nicht mehr vorrangig als Instanz, die zu seelischen Störungen einzelner Mitglieder führt.

Protektive Merkmale wie Zusammenhalt, offene Kommunikation, Wertschätzung, gemeinsame Werte, emotionaler Austausch, Hoffnung, Optimismus, Flexibilität in Anpassungsprozessen.

Familien in der Krise

Die erste Assoziation zu „Familie“ ist nach wie vor ein verheiratetes Paar mit seinen leiblichen Kindern.

Dies entspricht in der Familiensoziologie dem Leitbild der „Normalfamilie“, welche trotz der Pluralisierung familialer Lebensformen statistisch gesehen noch die häufigste Familienform ist. Der Begriff „Familie“ wird aber inzwischen auch auf unterschiedlichste Konstellationen des Aufwachsens von Kindern angewendet:

Adoptiv- und Pflegefamilien, Ein-Elternteil-Familien und Patchwork-Familien oder gleichgeschlechtliche Familien.

Wie in verschiedenen Studien und Publikationen deutlich wird, gelingt es nicht allen Familien gleich gut, mit veränderten Bedürfnissen, Fähigkeiten und Erwartungen der Familienmitglieder umzugehen.

Unterschiede in der Funktionsfähigkeit von Familien zeigen sich besonders im Umgang mit kritischen Lebensereignissen – Wendepunkte –, die plötzlich eintreten und umfassendere Anpassungsleistungen verlangen.

Schicksalsschläge oder Krisen (z. B. der Umgang mit Trennung / Scheidung, mit langer Krankheit oder dem Tod eines Familienmitglieds) erfordern aus systemischer Sicht Anpassungsleistungen, um mit der veränderten Situation (ressourcenorientiert) umgehen zu können.

Dass Familien in diesen Situationen externe Unterstützung in Anspruch nehmen, passiert eher selten.

Hier können Institutionen wie die Kita oder die Schule unterstützend tätig werden – falls diese über die Unterstützungssysteme umfassend informiert sind.

Zahl der Scheidungen sinkt auf 25-Jahres-Tief

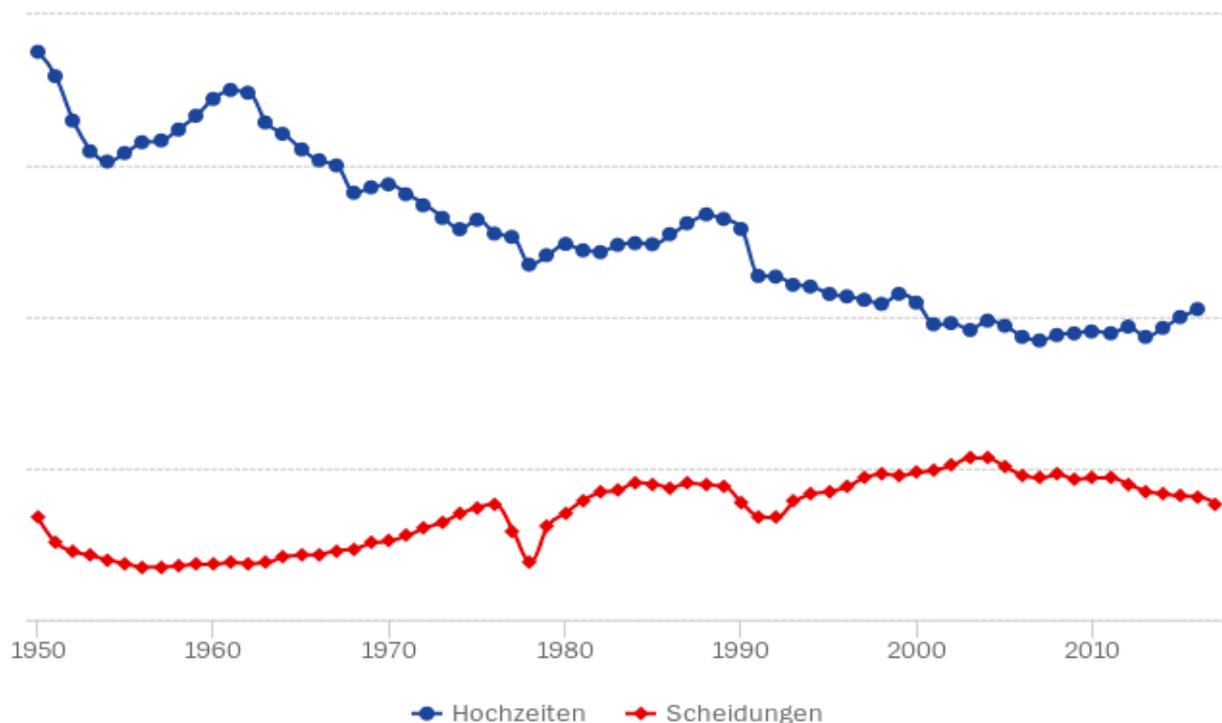
Die Zahl der Ehescheidungen in Deutschland ist auf den niedrigsten Stand seit 25 Jahren gesunken. Wie das Statistische Bundesamt am Dienstag mitteilte, wurden 2017 durch richterlichen Beschluss insgesamt 153.500 Ehen geschieden.

Das war ein Rückgang um 9000 Scheidungen beziehungsweise um 5,5 Prozent im Vergleich zum Vorjahr. Niedriger als im Jahr 2017 war die Zahl der Scheidungen zuletzt im Jahr 1992. Damals ließen sich 135.000 Paare scheiden - im Jahr 2013 waren es fast 214.000.

Besonders häufig endeten die Ehen nach mehr als sechs Jahren: Knapp 8000 der Scheidungen gab es der Statistik zufolge für Ehen, die 2011 geschlossen wurden. Paare, die nach 25 Jahren und mehr getrennte Wege gehen, machten einen Gesamtanteil von 17,5 Prozent aus. Im Durchschnitt liegen 15 Jahre Ehe hinter den geschiedenen Paaren.

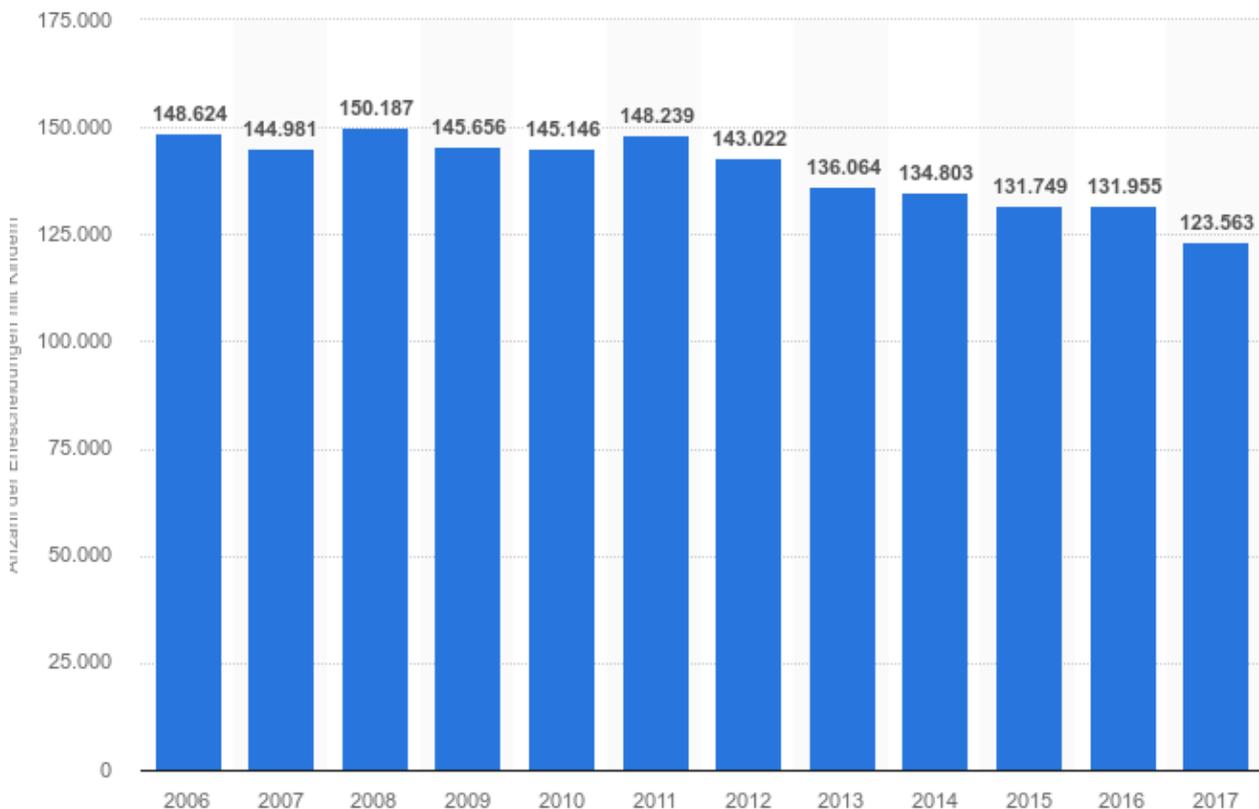
Krise der Ehe

Hochzeiten und Scheidungen in Deutschland



Anzahl der minderjährigen Scheidungskinder in Deutschland in den Jahren von 2006 bis 2017

Die Statistik zeigt eine Zeitreihe zu minderjährigen Scheidungskindern in Deutschland in den Jahren von 2006 bis 2017. Im Jahr 2017 gab es in Deutschland 123.563 minderjährige Kinder, die von einer Ehescheidung betroffen waren.



Trennung und Scheidung in den ersten Lebensjahren – Die Folgen

- x Verlust der Haushaltsgemeinschaft mit beiden Elternteilen.
- x Oft konflikt- und spannungsreiche Atmosphäre – dadurch psychische Belastung der Eltern, eingeschränkte Fürsorge und Verfügbarkeit für das Kind zur Unterstützung und Klärung.
- x Nach der Trennung teilweise auch finanzielle Einschränkungen.
- x Verlust sozialer Netzwerke z. B. durch Umzug.
- x Das Alter des Kindes entscheidet nicht maßgeblich darüber, wie stark die Trennungsfolgen ausfallen – es gibt jedoch Unterschiede in Art, Dauer und Ausdrucksform von emotionalen Reaktionen und Verhalten.
- x Relevant für das Verarbeiten von Trauer und die Dauer des Prozesses sind:

- ✓ Dauer und Krisenintensität der Vorgeschichte.
- ✓ Krisenintensität in der Nachtrennungszeit und den -regelungen.
- ✓ Klima zwischen den Ex-Partnern.
- ✓ Alter des Kindes.
- ✓ Emotional sichere Bindung an eine Bezugsperson.
- ✓ Qualität der Beziehung zum Besuchs-Elternteil.
- ✓ Soziales Umfeld.
- ✓ Finanzielle Situation nach der Trennung.

x Was Kinder in der Trennungsphase der Eltern brauchen:

- ✓ Die klare und unmittelbare Botschaft beider Elternteile, dass das Kind keinerlei Schuld an der Trennung trifft.
- ✓ Sofortige und korrekte Information darüber, was passiert ist und was passieren wird und die Möglichkeit Fragen zu stellen.
- ✓ Zeit, Kraft und liebevolle Aufmerksamkeit und Fürsorge, um den Verlust verarbeiten zu können – von einer Bezugsperson innerhalb oder auch außerhalb der Familie.
- ✓ Stärkung der Ressourcen des Kindes – Sicherheit, Selbstwertgefühl, Selbstwirksamkeit, etc.
- ✓ Kinder brauchen die Möglichkeit, ihre Gefühle auszudrücken.
- ✓ Kooperation der Eltern in den Entscheidungen, die das Kind betreffen; z. B. weiterhin gemeinsam die Verantwortung tragen und sich gegenseitig über Ereignisse und Entwicklung des Kindes informieren, einen respektvoller Umgang untereinander pflegen: „gut“ über beide Elternteile sprechen – „jeder für sich ist in Ordnung, nur miteinander geht es nicht“, eigene Bedürfnisse von denen des Kindes trennen.
- ✓ Kinder mit einbeziehen ohne sie zu überfordern! Entscheidungen müssen jedoch nach wie vor von den Eltern getroffen werden.
- ✓ Kontinuität, Stabilität und Sicherheit im Alltag – Hobbies, Rituale, Wohnsituation, Kita- / Schulalltag.

Es ist eine ungeheure Herausforderung, dass die Erwachsenen schnell in der Lage sein sollten, Paar- und Elternebene zu trennen und wenigstens auf der Elternebene wertschätzend miteinander umgehen können. Wie soll das funktionieren in einem schmerzhaften Prozess von Kränkung, Misstrauen und Verletzung?

Familienresilienz

(Quelle: Fröhlich-Gildhoff & Rönnau-Böse, 2018)

Familien müssen Krisen und Belastungen bewältigen. Dabei spielt das Ausmaß an „Familienresilienz“ eine wichtige Rolle.

„Die Familienresilienz umfasst Einstellungen, Eigenschaften, Kompetenzen und Strategien (etwa Kommunikation und Problemlöseverhalten) von einzelnen Familienmitgliedern und Familien insgesamt, die dazu beitragen, widerstands- und anpassungsfähig in Anbetracht von Krisensituationen zu sein und diese gemeinschaftlich zu überstehen“ (Sonnenmoser, 2016, S. 170).

Das Konzept der Familienresilienz richtet explizit den Fokus auf die **Stärken und Ressourcen** von Familien (und deren Subsystemen) – damit ist ein Paradigmenwechsel verbunden: Familie wird nicht mehr (vorrangig) als eine Instanz gesehen, die dazu führen kann, dass einzelne Mitglieder seelische Störungen entwickeln, sondern es rücken die Unterstützungs- und Bewältigungspotentiale in den Vordergrund.

Es geht darum, „die Funktionsweise der Familie in ihrem sozialen Kontext zu verstehen und in der Problembewältigung zu stärken“ (Lenz, 2016, S. 2). Dabei wird davon ausgegangen, dass die erfolgreiche Bewältigung von Familienkrisen das System als solches, aber auch die einzelnen Mitglieder stärkt.

Familien, die als resilient gelten, zeichnen sich durch bestimmte protektive und wiederherstellende Merkmale aus, zum Beispiel durch **offene Kommunikation, Zusammenhalt und Bindung** der Mitglieder aneinander, gegenseitige **Wertschätzung, gemeinsame Werte und Glaubenssysteme** (zum Beispiel Sinn finden, positive Ausblicke, Transzendenz und Spiritualität), viel gemeinsam verbrachte Zeit und funktionale Bewältigungsstrategien.

Diese Merkmale helfen Familien dabei, sich auf Krisensituationen vorzubereiten oder aktuelle Krisen zu überstehen, ohne dass es zu Brüchen oder negativen Langzeitfolgen kommt. Die Merkmale tragen außerdem dazu bei, bestimmte Konstellationen (zum Beispiel Alkoholabhängigkeit eines Elternteils oder psychische Erkrankung eines Kindes) in einem familiären Rahmen zu betrachten und zu behandeln. Familien- und systemtherapeutische Ansätze sowie die positive Psychologie liefern hierzu entsprechende ressourcen- und stärkenorientierte Interventionsmöglichkeiten. Sie können ergänzt werden durch Maßnahmen zur Stärkung der Partnerschaft oder zur Verbesserung des elterlichen Erziehungsverhalten.

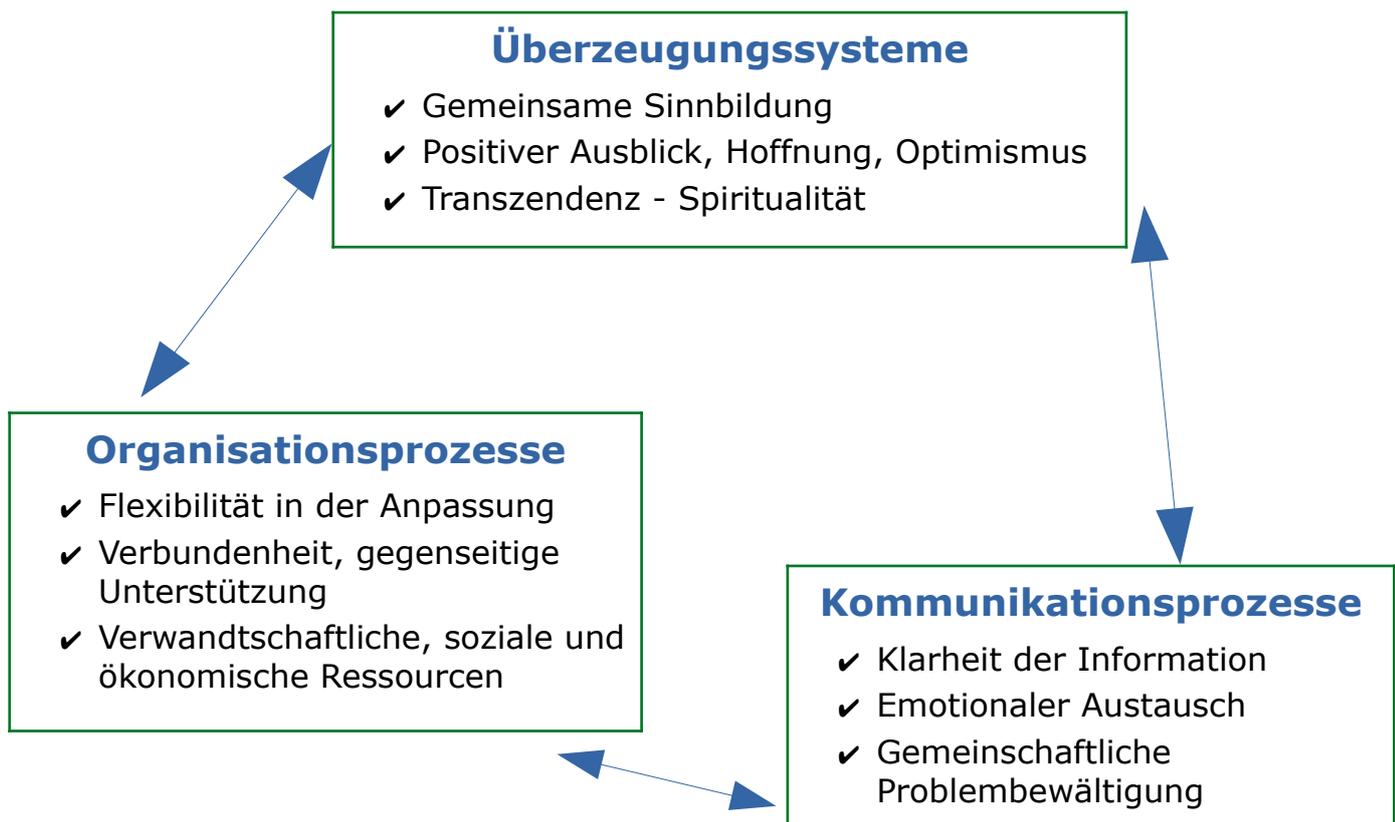
Die Resilienz von Familien unterscheidet sich in einigen Punkten von der Resilienz von Individuen. So sind im Hinblick auf Individuen Faktoren wie

Flexibilität, Nutzung von sozialer Unterstützung, Widerstandsfähigkeit, Humor, Selbstwirksamkeit und Selbstwertschätzung entscheidend, während im Hinblick auf Familien vor allem Fähigkeiten zum Stressmanagement und Problemlösen, zur Emotionsregulation und zum gemeinsamen Zielsetzen zählen. Die einzelnen Familienmitglieder verfügen über unterschiedliche Ausmaße an Resilienz, die wiederum die Gesamtresilienz der Familien beeinflussen.

Darüber hinaus besitzt eine Familie auch übergeordnete Resilienzmerkmale, die aus der aktuellen Interaktion der Mitglieder hervorgehen oder aus der gemeinsamen Vergangenheit entstanden sind und dazu beitragen können, Defizite und Schwächen einzelner Mitglieder auszugleichen. Sowohl die Resilienz einzelner Mitglieder als auch die gemeinsame Resilienz der Familie können beim Überstehen von Krisen hilfreich sein.

Kernprozesse der Familienresilienz

Walsh, 2016, S. 19; übers. Fröhlich-Gildhof



Neue Autorität

Hineinführen von Kindern in persönliche und gesellschaftliche Werte und Normen = Sozialisierung.

1. Das Prinzip der Verankerung

Autorität war früher oft geprägt durch autoritäre Erziehungsmethoden. Vorherrschendes Gefühl war die Angst. Beziehungsabbruch, Liebesentzug und Gewalt waren die gängigen Erziehungsmittel.

Verankerung in der neuen Autorität ist ein Pendeln zwischen den Kindern einen sicheren Hafen geben und sie Hinausfahren lassen aufs weite Meer. Einen Rahmen geben, verlässliche Struktur, klares Regelwerk – dies ist nicht diskutierbar und Pflicht der Eltern!

2. Das Prinzip der Präsenz

Aus Sicht der Eltern: Wir sind da und wir bleiben da, wir lassen uns nicht ausgrenzen. Balance zwischen Begleitung des Kindes und Grenzen setzen. Eltern sind nicht Dienstleister und Geldgeber. Eltern sorgen für Klarheit, Eltern übernehmen die Beziehungsgestaltung zum Kind.

Präsenz muss sich entwickeln durch Selbststeuerung und Impulskontrolle der Eltern. „Schmiede das Eisen, wenn es kalt ist.“ Gewalt ist tabu.

Helikoptern schadet Kindern, weil sie keine eigenen Erfahrungen machen können, etwas aus eigener Kraft zu schaffen.

3. Das Prinzip der wachsamem Sorge

Eltern haben aktiv und respektvoll teil am Leben des Kindes. Interesse an den Aktivitäten zeigen – offene Befragung.

Verstärkte Aufmerksamkeit, wenn es Hinweise auf eine besorgniserregende Entwicklung gibt – gezielte Befragung.

Anlass zu begründeter Sorge sollte zu einseitigen Schutzmaßnahmen seitens der Eltern führen – zum Schutz und um Verhaltensänderungen zu erwirken.

4. Das Prinzip der De-Eskalation

Aus Eskalationsspiralen aussteigen. Innerlich eine klare Haltung einnehmen, Selbststeuerung. Grundsatz der verzögerten Reaktion. Auf ungebührliches Verhalten nicht unmittelbar reagieren, sondern auf jeden Fall darauf zurückkommen. Auch über das eigene Verhalten reflektieren. Fehler einräumen, ohne die eigene Position zu verlassen.

5. Das Prinzip des Unterstützungsnetzwerks

Familiäre und verwandtschaftliche Netzwerke nutzen – Großeltern, getrennte Elternteile, Paten, Fachkräfte. In Kontakt bleiben mit den Institutionen, in denen das Kind sich bewegt – Kindergarten und Schule, Sportverein, Peers.

6. Das Prinzip des Widerstandes anstatt der Strafe

Elterlicher Widerstand gegen destruktives und gefährliches Verhalten – als eigenständige Handlung der Eltern ohne Einverständnis der Kinder. Gewaltlos und beharrlich die eigene Position aufrechterhalten. Nicht die Beziehung zum Kind aus den Augen verlieren.

7. Das Prinzip der Wiedergutmachung