

Elternkonflikte lösen: Einbeziehung von Paartherapie-Interventionen in das Elterncoaching

Uri Weinblatt

Zusammenfassung

Eine der Herausforderungen beim Elterncoaching ist der Umgang mit den Streitereien und Konflikten der Eltern während der Sitzungen. Die Eltern sind dann nicht mehr auf ihre Beziehung zum Kind fokussiert, sondern auf ihre eigene Beziehung, und dieser Perspektivwechsel gestaltet die Arbeit mit ihnen schwierig.¹ Im Folgenden wird ein Lösungsmodell für diese Konflikte aufgezeigt. In diesem Modell werden die Zwistigkeiten zwischen den Eltern als ein Zeichen dafür gesehen, dass sich ihre Haltung von der eines zur Zusammenarbeit bereiten Elternteils in eine antagonistische, also eskalative Haltung verwandelt hat. Ich beschreibe, wie Therapeuten ihre Position ändern sollten, um diesem veränderten Elternverhalten gerecht zu werden, und wie man diese Wechsel als Möglichkeit nutzen kann, die Kommunikationsfähigkeit der Eltern miteinander zu verbessern und sie wechselseitig zu stärken.

Das Feld der Familientherapie hat in den letzten vierzig Jahren einen Prozess durchlaufen, der zur Herausbildung von zwei neuen thematischen Bereichen geführt hat: Paartherapie und Elterncoaching. Während dieses Prozesses wurden Therapien für die Lösung der Hauptanliegen eines jeden Subsystems entwickelt, die zu beeindruckenden empirischen Ergebnissen sowohl in der Familientherapie als auch im Elterncoaching geführt haben. Gleichzeitig entstand zwischen dem Elternsystem und dem Paarsystem eine Kluft, die neue therapeutische Herausforderungen zur Folge hatte. Eine davon ist die Frage, wie man auf Ehezwist reagieren soll, während man Elterncoaching betreibt. Viele Therapeuten fürchten diese Situation, weil sie der Ansicht sind, dass der Streit zwischen den Eltern zum Verlust des Fokus führen und vom eigentlichen Thema wegführen könnte, so dass eine Verwirrung und Unterbrechung der Struktur des Elterncoaching-Prozesses die Folge wäre. Um das zu verhindern, reagieren Therapeuten oft mit improvisierten Lösungen:

1) Wenn ich in Workshops zu Elterncoaching die Teilnehmer bei Rollenspielen darum bitte, eine schwierige Familie darzustellen, wählen sie immer Eltern, die miteinander streiten.

- 1) Sie verordnen vor dem Coaching eine Paartherapie.
- 2) Sie lassen die Eltern gleichzeitig ein Coaching und eine Paartherapie bei zwei verschiedenen Therapeuten durchlaufen.
- 3) Sie verordnen den Eltern, „sich selbst zu kontrollieren“ und Paarthemen während der Elterncoaching-Sitzungen auszuklammern.
- 4) Sie überweisen an eine Familientherapie, die alle Familienmitglieder einschließt.

Jede dieser Möglichkeiten hat Vorteile, alle basieren auf der Annahme, dass Elterncoaching und Paartherapie keine miteinander zu vereinbarenden Praktiken sind. Die Forschungs- und theoretische Literatur unterstützen diese Annahme. Ein Versuch, Elterncoaching und Paartherapie gleichzeitig durchzuführen, müsste erst noch systemisch entwickelt werden.²

Ohne eine solche Anleitung müssen sich viele Therapeuten, die Elternstreitereien während der Elterncoaching-Sitzungen schlichten wollen, auf Improvisationen beschränken und können dann leicht die Richtung verlieren. Das Anliegen dieses Papers ist es, ein vorläufiges Modell zur Handhabung, Regulierung und Lösung von Eltern(paar)konflikten während des Elterncoachings anzubieten. Dieses Modell basiert auf der Integration zweier Vorgehensweisen, die meine Arbeit mit Familien prägen: einerseits auf dem Non Violent Resistance (NVR) Elterncoaching-Modell (Omer, Schlippe, 2002, 2004) und andererseits auf der Collaborative Couple Therapy (Wile, 1993, 2011). Mit diesem integrativen Modell möchte ich es den Therapeuten ermöglichen, von der Fokussierung auf das Elternverhalten und die Erziehungskompetenz (was wir hauptsächlich beim Elterncoaching tun) auf die Beziehung der Eltern zu wechseln (was wir eher in der Paartherapie tun), wobei die Struktur und der Ablauf des Prozesses beibehalten wird. Die Grundannahme des Modells besteht darin, dass Eltern zwischen zwei grundsätzlichen Positionen hin und her wechseln – der „kooperativen Elternhaltung“, die man gut für Elterncoaching-Interventionen nutzen kann, und der „antagonistischen Elternhaltung“, die eine am Paar orientierte therapeutische Position verlangt, um handlungsfähig zu sein.³ Damit Therapeuten erfolgreich mit Eltern arbeiten können, müssen sie imstande sein 1) zu bestimmen, wann der Wechsel von der kooperativen zur antagonistischen Haltung erfolgte, und 2) ihre therapeutische Position zu ändern, um diesem Wechsel zu folgen. Dieses Papier wird diesen Prozess beschreiben. Ich beginne mit der Beschreibung der theoretischen Aspekte der elterlichen Beziehung. Dann beschreibe ich die Hauptunterschiede in der therapeutischen Position zur

- 2) Modelle für Elterncoaching wie das Triple P (Sanders et al. 1998) oder Multisystemische Therapie (Henggeler et al. 1998) haben Paartherapie-Interventionen erfolgreich in ihr Programm eingebaut. Doch beide Programme liefern keine dauerhafte Anleitung für die Lösung von Elternkonflikten während Elterncoaching-Sitzungen.
- 3) Der Unterschied zwischen der kooperativen und der antagonistischen Haltung basiert auf Wiles Arbeit (1993).

kooperativen und zur antagonistischen Haltung. Danach zeige ich Möglichkeiten auf, wie die antagonistische Haltung gesteuert werden kann, und schließlich beschreibe ich, wie Eltern diese Steuerung selbst vornehmen können – wie sie zu bestimmten Zeitpunkten den Streit in wechselseitige Unterstützung, Elternkompetenz und wachsende Intimität münden lassen können.

Die kooperative und antagonistische Haltung in der Elternbeziehung

Eltern haben rund um ihre Elternschaft eine Beziehung miteinander, die man als Coparenting (Weissman, Cohen, 1985) bezeichnet. Sie besteht neben den romantischen und sexuellen Aspekten der Ehe und wird definiert als das Ausmaß, in dem sich Eltern im Umgang mit ihren Kindern wechselseitig unterstützen oder unterminieren (Feinberg, 2003). Es gibt zwar Überschneidungen von der Paarbeziehung und der Coparenting-Beziehung, doch nicht alle belasteten Paarbeziehungen werden zu belasteten Coparenting-Beziehungen, und nicht alle Eltern mit negativer Coparenting-Dynamik sind in ihrer Paarbeziehung unglücklich (Cowan, McHale, 1996).

Verschiedene Forscher wollten die unterschiedlichen Dimensionen definieren, aus denen sich das Coparenting-Konstrukt zusammensetzt (Teubert, Pinquart, 2009). Zum Beispiel argumentieren Konold und Abidin (2001), die das PAI (Parenting Alliance Inventory) entwickelten, dass sich die Coparenting-Allianz aus zwei Hauptvariablen zusammensetzt: Kommunikation/Teamwork und Respekt. Kommunikation bezieht sich auf das Maß an Übereinstimmung bei den Erziehungszielen für das Kind. Sie beinhaltet Äußerungen wie „das Reden mit dem anderen Elternteil meines Kindes ist etwas, worauf ich mich freue“. Respekt bezieht sich auf das Vertrauen in das Engagement und das Urteil bezüglich der Fürsorge für das Kind. Respekt umfasst Äußerungen wie „der andere Elternteil meines Kindes sagt mir, ich wäre ein guter Elternteil“.

Für einige Paare ist Coparenting ein Bereich, in dem ihre Fähigkeit zur Koordination der Herausforderungen bei der Kindererziehung zur Hauptstütze ihrer Beziehung wird. Für andere wird er zum Schlachtfeld, wo Unterschiede und Egoismus zu ständigem Wetteifern und Konflikten führen (Belsky et al., 1996). Es wurde bezüglich des Coparenting die Hypothese aufgestellt, dass es die vermittelnde Variable zwischen Paarkonflikt und dem Problemverhalten des Kindes ist (Gable et al., 1992). Danach verwandelt sich der Paarkonflikt in erfolglose Elternschaft, wo das Problemverhalten des Kindes erstmals die Elternbeziehung beeinträchtigt (Feinberg, 2003).



Grafik 1: Die Zentralität der Elternbeziehung in der Familiendynamik

Die Elternallianz ist sensibel und kann leicht beeinträchtigt werden – von der Paarbeziehung, der Erziehungsqualität oder durch das Verhalten des Kindes (s. Grafik 1). Da sie von unterschiedlichen Familiendynamiken berührt wird, tendiert die Elternbeziehung dazu, sich von der kooperativen Haltung, mit der sich die Eltern unterstützen, ermutigen und respektieren, in eine antagonistische zu verwandeln, wo sich die Eltern beschuldigen, kritisieren und wo sie sich nicht vom anderen respektiert sehen.

Nach Wile (2011), der ausführlich die antagonistischen Dynamiken in der Paartherapie beschrieb, sind die zwei Hauptursachen, die zu einer antagonistischen Dynamik führen, der „Verlust der Stimme“ und der „Verlust der Beziehung“. Stimmverlust bedeutet den Verlust der Kommunikationsfähigkeit von Gefühlen, die momentan jeweils die lebendigsten sind. Der Stimmverlust führt daher häufig auch zu einem Verlust der Beziehung. Denn ohne die Fähigkeit, sich einander ihre wahren Gefühle mitzuteilen, werden die Ehepartner sich fremd und greifen auf Kommunikationsformen zurück, die zu Wut, Feindseligkeit und Entfremdung führen. Im Therapieraum sind die typischen Anzeichen dafür, dass Eltern eine antagonistische Haltung einnehmen:

- Die Eltern geben einander die Schuld an den Problemen des Kindes „Du bist zu streng!“, „Du bist zu nachgiebig!“
- Die Eltern sind sich uneins bezüglich des Problemverhaltens „Ich halte das für ein Problem!“, „Nein, ich finde das völlig normal!“
- Die Eltern hören einander nicht zu, sondern sind nur bereit, dem Therapeuten zuzuhören.
- Die Eltern beschuldigen sich, zu engagiert oder nicht engagiert genug zu sein.

Im Beratungsgespräch lässt es sich an der Beziehung zur BeraterIn erkennen, dass sich die Eltern in einer indirekten antagonistischen Verfassung befinden⁴:

4) Eins der üblichen Anzeichen, dass sich die Eltern in einem antagonistischen Zustand befinden, zeigt sich darin, dass der Therapeut/die Therapeutin eine ablehnende Haltung zu einem oder zu

- Ein oder beide Elternteile geben ihr die Schuld am Verhalten des Kindes
- Ein oder beide Elternteile widersetzen sich bei Interventionen
- Die BeraterIn gibt einem oder beiden Elternteilen die Schuld

Die Bereitschaft zur Zusammenarbeit zeigt sich in folgenden Anzeichen:

- Die Eltern können ihre Meinungsverschiedenheiten aushalten und sie manchmal sogar als Stärken interpretieren. Sie können humorvoll ihre unterschiedlichen Erziehungsstile beschreiben.
- Die Eltern wertschätzen, was der jeweils andere tut.
- Die Eltern geben einander nicht die Schuld am Problem des Kindes.
- Die Eltern sehen ihre Rollen in den Auseinandersetzungen mit dem Kind kritisch und wollen ihr Verhalten ändern.
- Die Eltern stimmen mit einigen Kritikpunkten des anderen Elternteils an ihrem Erziehungsverhalten überein.

Die antagonistische Haltung beeinflusst den Therapeuten genauso wie die kooperative Haltung. Wenn Eltern miteinander kooperieren, bemerkt die BeraterIn meist, dass

- sie die Eltern mag,
- sie das Verhalten des Kindes hauptsächlich als ein Resultat seiner eigenen Schwächen und Schwierigkeiten ansieht,
- die Eltern ihre Interventionen positiv bewerten und sich dafür interessieren.

Wie Therapeuten auf die unterschiedlichen Haltungen der Eltern reagieren sollten

Wenn TherapeutInnen eine Veränderung von einer kooperativen Elternhaltung zu einer antagonistischen wahrnehmen, dann sollten sie ihre eigene Position verändern, sonst sehen sie sich möglicherweise in der antagonistischen Dynamik eines oder beider Elternteile gefangen. Was bedeutet es, wenn man in der antagonistischen Dynamik eines Elternteils gefangen ist? Das bedeutet, dass man den Elternteil (oder die Eltern) negativ wahrnimmt, ihnen die Schuld an den Problemen des Kindes gibt und sie egozentrisch, kindisch, unmöglich usw. findet. Die beiden häufigsten Möglichkeiten für den Therapeuten, in solch eine Dynamik mit Eltern einzusteigen, sind:

beiden Elternteilen entwickelt. Wenn ich das bemerke, beziehe ich mich nicht mehr auf die Eltern, sondern arbeite an meiner Beziehung zu den Eltern, um eine weitere Zusammenarbeit zu ermöglichen. Wenn mir das gelingt, helfe ich den Eltern, eine kooperative Interaktion miteinander zu entwickeln.

- das Unvermögen, die Eltern daran zu hindern, miteinander zu streiten.
- dass die Eltern Widerstand leisten und die Interventionen des Therapeuten ablehnen.

Wie vermeiden wir es, uns in so antagonistischen Interaktionen zu verfangen? Indem wir unsere Haltung anpassen und verändern – von der problemlösenden Haltung, die Elterncoaching kennzeichnet, zu der Kommunikationshaltung, die wir häufig als charakteristisch bei einer Paartherapie ansehen. So wie die problemlösende Haltung höchst effektiv ist, wenn die Eltern kooperieren, so reduziert die kommunikative Haltung wirkungsvoll antagonistische Interaktionen.

Diese Veränderung in der therapeutischen Haltung zeigt sich auf mehreren wichtigen Ebenen. Dazu gehören:

- 1) *Lösungen.* Bei kooperativen Eltern sind Lösungen ein Ergebnis von „Problemlösungen“. So bieten Therapeuten Eltern innovative Möglichkeiten, auf das Kind zuzugehen und sich mit ihm zu identifizieren. Je mehr die Eltern miteinander kooperieren, desto eher sind sie bereit, die Interventionen zu nutzen und auszuprobieren, die ihnen der Therapeut anbietet. Doch bei antagonistischen Eltern können Therapeuten die kreativsten Elterninterventionen anbieten und werden trotzdem zurückgewiesen. Bei einer antagonistischen Einstellung sind Lösungen das Ergebnis einer anderen therapeutischen Strategie, die auf „Lösung des Augenblicks“ abzielt (Wile, 1993, 2011). In der Augenblickslösung versucht der Therapeut, unausgesprochene Wünsche, Ängste oder Gefühle auszudrücken, die die Eltern sich nicht mitteilen können. Damit etabliert der Therapeut einen Kommunikationszyklus, der den antagonistischen und entfremdenden Zyklus ersetzen soll, in dem die Eltern gefangen sind.
- 2) *Die Rolle des Therapeuten.* Von kooperierenden Eltern werden das Wissen und die Kompetenz des Therapeuten akzeptiert und in die Verständigung der Eltern integriert. Bei einer antagonistischen Haltung ist die Rolle des Therapeuten als Übersetzer der jeweiligen Erfahrung des jeweiligen Elternteils hilfreicher. In diesen Situationen brauchen die Eltern vor allem eine andere Empathie und das Verstehen ihrer subjektiven Erfahrung. Interessanterweise verlangen antagonistische Eltern oft vom Therapeuten – und setzen ihn sogar unter Druck –, er solle die Rolle des Experten spielen und entscheiden, „wer recht hat und wer nicht“. Wenn der Therapeut bei antagonistischen Eltern eine solche Rolle übernimmt, bekommt er oft ein Problem.
- 3) *Kommunikationsfluss.* Bei Kooperation werden zwischen dem Therapeuten und den Eltern Informationen mit konstruktivem Ergebnis ausgetauscht. Bei antagonistischen Eltern nimmt der Kommunikationsfluss einen anderen Weg und konzentriert sich auf

aggressive Wortwechsel zwischen den Eltern. Um die Streitereien der Eltern zu stoppen, versucht der Therapeut häufig, diesen Kommunikationsfluss durch einen zu ersetzen, der dem kooperierenden ähnelt, indem er die Eltern anspricht und sich ihre Antworten anhört. Diese Strategie bewirkt eine momentane Unterbrechung des Streits, aber sie bietet keine Hilfe bei dem Auslöser der antagonistischen Dynamik.⁵ In solchen Situationen bleibe ich lieber in dem Kommunikationsfluss von Elternteil zu Elternteil und übersetze die jeweilige Haltung des einen für den anderen. So verschaffe ich den Bedürfnissen, Wünschen und Ängsten beider Elternteile Gehör und letztendlich auch Berücksichtigung.

- 4) **Koalitionen.** Kooperative Eltern fühlen sich nach Wile (1993) „wie auf einem Podium“, was bedeutet, dass der Therapeut und die Eltern das Problem aus einer höheren Ebene betrachten können. In solchen Momenten ist es möglich, sich auf beide Elternteile zu beziehen/anzusprechen und gleichzeitig wird es von den Eltern angenommen. Im Gegensatz dazu ist ein solches Vorgehen bei antagonistischen Eltern schwierig. Deshalb besteht die hilfreichere Strategie darin, ständig zwischen dem Eingehen einer Koalition mit dem einen und dem anderen Elternteil hin und her zu wechseln.
- 5) **Zeitorientierung.** Bei kooperierenden Eltern dreht sich die therapeutische Position um die Zukunftsplanung – wie die Eltern reagieren werden, wenn ihr Kind sich querstellt. Bei antagonistischen Eltern sollte sich der Therapeut auf das konzentrieren, was gegenwärtig geschieht, besonders im Konflikt zwischen den Eltern. So erhalten die Eltern die Hilfen, die es ihnen ermöglichen, sich in künftigen Konflikten mit ihren elterlichen Differenzen auseinanderzusetzen.

	Kooperierend	Antagonistisch
Lösungen	Problemlösung	Momentlösung
Rolle des Therapeuten	Experte	Übersetzer
Kommunikationsfluss	Therapeut der Eltern	Von Elternteil zu Elternteil
Koalitionen	Mit den Eltern	Mit jedem Elternteil
Zeitorientierung	Zukunft	Gegenwart

Tabelle 1: Die Position des Therapeuten bei kooperierenden und bei antagonistischen Eltern

5) Bei der Arbeit mit geschiedenen Eltern ist diese Strategie angemessen, weil es nicht darum geht, eine innige Verbindung zwischen den Eltern wiederherzustellen.

Bei unterschiedlichen Elternhaltungen die therapeutische Haltung/Position zu verändern, ist sehr sinnvoll und gleichzeitig wirft das die Frage auf, wie man einen solchen Wechsel vollzieht, ohne bei den Eltern Angst auszulösen. Meine Erfahrung hat mich gelehrt, dass ein unerwarteter Wechsel zum Eingehen auf einen antagonistischen Elternteil (was bedeutet, dass der Therapeut sich ähnlich verhält wie ein Paartherapeut) häufig dazu führt, dass die Eltern protestieren: „Wir wollten aber keine Paartherapie!“⁶ Doch solche Reaktionen können leicht vermieden werden, wenn der Therapeut die Eltern auf solche Wechsel vorbereitet. Deshalb bitte ich die Eltern in der ersten Sitzung um die Erlaubnis, auch über ihre Elternbeziehung sprechen zu dürfen. Ich teile ihnen ausführlich mit, dass ich keine Paartherapie beabsichtige, sondern dass mein Ziel darin besteht, dass ich sie „zu dem besten Team, das sie sein können“ machen will. Dann frage ich sie, ob ich mit ihnen über ihr Teamwork als Eltern sprechen und es verbessern soll. Fast alle Eltern reagieren darauf positiv.

Elternkonflikte als Möglichkeiten für größere elterliche Nähe

Während der Sitzungen können die Eltern sowohl über die Konflikte mit ihrem Kind als auch über die Konflikte innerhalb ihrer Beziehung sprechen. Für klassische Familientherapeuten ist dies ein willkommener Themenwechsel wegen der Grundannahme, dass das Hauptproblem im Subsystem Paar liegt und dass die Symptome des Kindes meistens ein Symptom dieser Probleme sind.⁷

Für andere Therapeuten bedeutet eine Eskalierung von Elternstreitereien, dass signifikante Eheprobleme den Elterncoaching-Prozess gefährden und nach einer Änderung der Therapieform verlangen – weg vom Elterncoaching hin zur Paartherapie. Nach meiner Sichtweise gehören solche Kämpfe zu der Entwicklung einer Elternallianz. Ich verstehe die intensiven Reaktionen als verzweifelte Anstrengungen, die Elternbeziehung und die Eltern-Kind-Beziehung zu verbessern. Ich führe diese Konflikte auf folgende Momente zurück:

Der Wunsch nach Anerkennung und Respekt

Die oft gehörte Elternklage „Bei mir benimmt das Kind sich nie so!“ kann leicht als ein Versuch gesehen werden, den anderen Elternteil zu tadeln und zu kritisieren. Ich möchte es

6) Diese Beschwerde wird meistens vom Vater geäußert.

7) Das erinnert mich an eine persönliche Erfahrung, die ich mit meiner ersten Familientherapie-Supervisorin hatte, einer Anhängerin der Strukturellen Familientherapie. Ich war bereits erfahren genug, um Elterntaining zu machen, aber noch nicht erfahren genug für Paar- oder Familientherapie. Damals arbeitete ich mit den Eltern eines Kindes mit vielen Verhaltensauffälligkeiten. Nach ein paar Monaten verbesserte sich das Verhalten des Kindes signifikant und in den Sitzungen kamen eher Paarthemen zur Sprache. Als ich das meiner Supervisorin mitteilte, sagte sie: „Sehr gut, dann können Sie ja endlich eine richtige Therapie mit dieser Familie machen!“

lieber als wirkungslosen Versuch bezeichnen, den Respekt des anderen Elternteils zu gewinnen. Deshalb interveniere ich in solche Situationen und sage: „Ich glaube, Ihr Partner versucht zu sagen: ‚Ich will dich nicht kritisieren, aber ich wünschte mir, du würdest sehen, wie erfolgreich ich bei unserem Kind bin, und würdest das wertschätzen.‘“

Punkten wollen

Eltern bedienen sich extremer Aussagen, um einen für sie bedeutsamen Gedanken wirkungsvoller zu kommunizieren. Wenn zum Beispiel ein Vater zur Mutter sagt: „Du bist unfähig, Grenzen zu setzen! Du lässt die Kinder alles tun, was sie wollen!“, dann beteilige ich mich am Gespräch und sage zur Mutter: „Ich glaube, Ihr Mann versucht Ihnen zu sagen: ‚Ich will nicht wütend auf dich sein und ich weiß, wie sehr du an den Kindern hängst, aber ich mach mir Sorgen, dass das Verhalten von unserem Kind sich verschlimmert, wenn es keine Grenzen gesetzt bekommt.‘“

Der Wunsch nach einer anderen Art Teamwork

Die meisten Eltern, die ein Elterncoaching wünschen, sind kein gutes Team, aber sie können das nur schwer ausdrücken. Deshalb sagen sie nicht: „Es fällt uns schwer, bei unseren Kindern zusammenzuarbeiten“, sondern: „Du machst immer genau das Gegenteil von dem, was ich tue!“ oder „Warum musst du immer einlenken, nachdem ich unser Kind bestraft habe?“ Ich wende diese Aussagen in positive Angebote, eine veränderte Konstellation im Teamwork auszuprobieren. Meine Reaktion auf: „Du tust immer das Gegenteil von dem, was ich tue!“ wäre: „Okay, was Ihr Partner Ihnen hier mitteilen will, ist meiner Meinung nach ‚Ich weiß, wir haben unterschiedliche Erziehungsstile, aber ich wünschte, wir könnten einen Weg finden, um als Team besser zusammenzuarbeiten und uns deshalb nicht immer zu streiten.‘“

Der Wunsch, mehr über die Kinder reden zu können

Andere Klagen lauten „Du bist zu streng!“ oder „Du bist zu nachgiebig!“. Solche Klagen können den Elterncoach dazu bringen, nach elterlichen Interventionen zu suchen, die sowohl harte als auch weiche Aspekte miteinander kombinieren.⁸ Diese Vorgehensweise kann sehr erfolgreich sein, wenn der Elternkonflikt nicht zu erbittert ist. Ich benutze solche Klagen gern als Möglichkeit, die Eltern in ihrer Fähigkeit zu verbessern, über ihre unterschiedlichen Erziehungsstile so zu sprechen, dass sie sich einander annähern und verbundener fühlen, statt als Feinde oder Rivalen dazustehen. Deshalb beantworte ich die Zu-streng- oder Zu-nachgiebig-Klagen mit einer Bemerkung wie „Ich höre hier, dass Ihr Partner Ihnen zu sagen versucht ‚Ich weiß, wir haben unterschiedliche Stile, aber ich wünschte mir, du

8) Das beste mir bekannte Elterncoaching-Modell zur Kombination von weichen und harten Erziehungsstilen ist das NVR-Modell (Omer, Schlippe, 2004; Weinblatt, Omer, 2008).

würdest dir meine Vorstellungen von Erziehung anhören, ohne zu denken, ich will dich kritisieren“.

Eltern verändern aus eigener Kraft ihre antagonistischen Haltungen und werden dadurch präsenter

Positive Anerkennung, Kommunikation und Teamwork machen aus jedem Elternteil den besten, der er sein kann. Trotzdem waren Methoden, wie Eltern ihre Beziehung zur wechselseitigen Stärkung nutzen, bisher nie Thema der Literatur von Elterncoaching. Meiner Ansicht nach liegt der Grund dafür darin, dass sich solche Methoden mehr wie Paartherapieinterventionen anfühlen und sich nicht direkt auf Erziehungsfähigkeit oder Kindererziehung beziehen. Das ist bedauerlich, denn jeder Elternteil kann am besten beeinflussen und verbessern, wie der andere Elternteil sich selbst wahrnimmt. Wenn jedoch der eine Elternteil sich mit dem Kind streitet, befindet sich der andere Elternteil rasch in einem Dilemma – wenn er sich an dem Streit beteiligt, kann das der andere als Einmischung, Kritik oder mangelndes Vertrauen in die Urteilsfähigkeit interpretieren, wie der Streit geführt werden sollte. Wenn er sich aber heraushält, kann sich der andere im Stich gelassen fühlen oder wütend werden. Ich möchte Eltern immer auf solche Situationen vorbereiten. Meiner Erfahrung nach besitzt der Moment, in dem der unbeteiligte Elternteil zu dem streitenden Elternteil eine Verständigung herstellt, ein enormes Potenzial zur Erweiterung der Elternerfahrung von der eigenen Präsenz.

Nach Omer und Schlippe (2002) bringen drei Erfahrungen Eltern dazu, sich als ganz präsent zu fühlen.

- *Moralische/persönliche Präsenz* – Die Erfahrung der eigenen Werte. Wenn Eltern moralisch präsent sind, sind sie nicht verwirrt, sondern sagen sich: „Was ich tue, ist richtig und gerecht.“
- *Verhaltenspräsenz* – Die Erfahrung, Einfluss zu haben. Wenn Eltern in ihrem Verhalten präsent sind, sind sie nicht hilflos, sondern sagen sich: „Was ich tue, wirkt.“
- *Systemische Präsenz* – Die Erfahrung von Unterstützung. Wenn Eltern systemisch präsent sind, sind sie nicht isoliert, sondern sagen sich: „Ich bin nicht allein.“

Bei der Arbeit mit Eltern ist mein Ziel, zwischen den Elternteilen eine Beziehung zu fördern, in der sie über Kindererziehung so sprechen können, dass ihre Präsenz als Eltern gestärkt wird und sie vertraute Momente als Paar erleben. Das geschieht, indem ich dem Paar helfe, in Echtzeit von einer antagonistischen Interaktionsweise zu einer kooperativen zu gelangen. In den nächsten Abschnitten zeige ich, wie unterschiedliche Elternreaktionen genau dorthin führen können. In jedem kurzen Ausschnitt zeige ich, wie der Elterndialog, der sich zu einem

Konflikt oder Streit hätte entwickeln können, stattdessen in eine kooperative Interaktion mündet, die dem Elternteil mit der Konfliktsituation mit dem Kind hilft, präsenter zu sein.

Die moralische Präsenz verstärken

In dem ersten Beispiel geht die Mutter zu dem Vater, nachdem der einen lautstarken Streit mit dem Sohn hatte. Beide brüllten und warfen sich kränkende Beleidigungen an den Kopf.

V: Ich könnte ihn umbringen!

M: Tja, er weiß wirklich, wie er dich zur Weißglut bringt.

V: Ja, aber ich habe die Beherrschung verloren und Dinge gesagt, die ich nie hätte sagen dürfen!

M: Schon möglich, aber du bist trotzdem ein guter Papa.

Zunächst ist der Vater wütend auf das Kind. Hätte die Mutter einen schlechten Tag gehabt, hätte sie wahrscheinlich eine Bemerkung gemacht wie „Warum musst du dich bloß ständig mit ihm streiten!“ oder „Warum kannst du dich nicht besser beherrschen? Du bist doch der Erwachsene!“ Aber heute ist die Mutter gut drauf und statt ihm Vorwürfe zu machen, findet sie die Wut des Vaters berechtigt. Das bewirkt in dem Vater einen Positionswechsel und lässt ihn erkennen, dass er eigentlich wütend auf sich selbst ist, weil seine Handlungsweise nicht seinen Wertmaßstäben entsprach. Deshalb empfindet er Scham und macht sich Vorwürfe. Die Mutter zeigt Verständnis für seinen Kontrollverlust und erinnert ihn daran, dass er ein guter Vater ist.

V: Ein guter Papa nennt seinen Sohn nicht einen blöden Trottel!

Diese Bemerkung könnte die Interaktion zwischen den Eltern in eine antagonistische verwandeln. Die Mutter hat bereits viel Geduld gezeigt und könnte die Nase voll von den Klagen des Vaters haben. Sie hätte z. B. sagen können: „Stimmt, so was solltest du nie wieder sagen!“ Aber die Mutter ist immer noch kooperativ und sagt stattdessen:

M: Er hat aber auch ein paar schreckliche Dinge gesagt und dich provoziert. Aber ich weiß, dass du nicht gern die Beherrschung verlierst, das ist nicht deine Art.

V: Du hast recht, ich hasse das, das bin nicht ich.

M: Und er ist dir wichtig und du machst dir Sorgen um ihn.

V: Das könnte ich ihm aber auch sagen, ohne die Beherrschung zu verlieren und zu explodieren.

M: Bei unserem Sohn kann man wirklich kein Buddha bleiben. Ich fahr bei ihm aus der Haut, du fährst bei ihm aus der Haut und er fährt total aus der Haut. Wenn du dich wegen deinem Verhalten entschuldigen möchtest, können wir das tun.

V: Ja, das mach ich.

Die Mutter teilt dem Vater mit, dass er in ihren Augen immer noch ein guter Vater ist. Dadurch reguliert sie die Scham und die Schuldgefühle des Vaters. Das führt zu einer pragmatischen Handlung, die dem Vater hilft, sich wieder so zu verhalten, wie er es angemessen und richtig findet. Die Möglichkeit, nach seinen Wertmaßstäben zu handeln, stellt die moralische Präsenz des Vaters wieder her. Wenn die Mutter dem Vater ohne diesen Regulierungsprozess vorgeschlagen hätte, sich zu entschuldigen, hätte er das wahrscheinlich abgelehnt und wäre wütend auf sie geworden.

Die Verhaltenspräsenz stärken

Nach einem Streit des Vaters mit dem Sohn, wann er nach der Party am Freitagabend zu Hause sein sollte, geht die Mutter zum Vater.

M: Danke, dass du dich darum gekümmert hast.

V: Aber er hat mir gar nicht zugehört und ich weiß gar nicht, warum so was immer an mir hängen bleibt!

Trotz der guten Absichten der Mutter ist der Vater wegen des Streits mit dem Kind immer noch wütend und aufgebracht. Er beantwortet die positive Bemerkung der Mutter mit einem Angriff. Das kann leicht zu antagonistischer Interaktion zwischen den Eltern führen. Doch die Mutter bleibt kooperativ:

M: Er gehorcht dir eher als mir. Wenn ich das Gespräch geführt hätte, hätte es schlimmer geendet.

Hier tut die Mutter etwas Bemerkenswertes. Sie zeigt dem Vater, dass er das Kind beeinflussen kann. Sie teilt dem Vater mit, dass sie seine Anstrengungen nicht erfolglos und sinnlos findet, sondern positiv und konstruktiv.

V: Wahrscheinlich hast du recht.

M: Trotz seiner Widerworte kannst du immer noch was bei ihm bewirken. Ich wünschte, ich könnte das auch.

V: Du hast recht. Manchmal hört er auf mich.

Mit zwei Sätzen hilft die Mutter dem Vater, seine Verhaltenspräsenz wiederzuerlangen. Sie bezieht sich auf seinen Erfolg und nicht auf seine Niederlagen. So kann der Vater auch selber seinen Einfluss und seine Kraft wahrnehmen.

Stärkung der systemischen Präsenz

Der Vater wendet sich an die Mutter, nachdem sie der Tochter bei den Hausaufgaben geholfen hat.

V: Danke, dass du Maya bei den Hausaufgaben geholfen hast.

M: Na ja, einer muss es ja tun!

Obwohl der Vater seine Anerkennung mitteilen möchte, versteht die Mutter seine Bemerkung, als wäre die Hausaufgabenhilfe bei der Tochter auf ewig ihr Job. Sie antwortet mit einem Angriff. Das könnte leicht zu einer antagonistischen Dynamik führen (wenn der Vater antworten würde: „Du irst dich, ich helfe Maya oft bei ihren Aufgaben!“). Stattdessen fährt der Vater kooperativ fort:

V: Ich weiß, und ich wollte dich wissen lassen, dass ich das sehe, was du tust, und dass ich es gut finde.

M: Wirklich?

Die Mutter ist solches Lob nicht gewöhnt und reagiert mit Unglauben. Aber sie ist schon etwas eingeknickt.

V: Ich sollte dir das wahrscheinlich häufiger sagen und dir nicht das Gefühl geben, als wärest du allein verantwortlich und ich nicht.

M: Ist zwar keine große Sache, aber ich finde es gut, dass du das sagst.

Noch vor wenigen Minuten fühlte sich die Mutter erfolglos und alleingelassen. Die Worte des Vaters geben ihr das Gefühl, dass er sie wertschätzt, sie wahrnimmt und sich um sie sorgt. Seine Anerkennung und Unterstützung helfen ihr plötzlich bei der Feststellung, dass ihre Hilfe bei Maya „keine große Sache“ ist.

Können Eltern so miteinander reden? Nur wenn sie bereit sind zu kooperieren. Wenn sie sich dazu zwingen, obwohl sie einander antagonistisch gesonnen sind, wird es sich unglaubwürdig anhören, unehrlich und wirkungslos. Man kann leicht in eine antagonistische Haltung verfallen. In meiner Arbeit mit Eltern helfe ich ihnen, sich von antagonistischen Haltungen zu lösen – die sich in Angriffen, Schuldzuweisungen und Kritik äußern – und zu einer kooperativen Haltung zu gelangen. Dabei entwickelt sich mit der Zeit zwischen den Eltern die Fähigkeit, die tiefere Bedeutung ihres Konflikts zu verstehen, und letztendlich entschärft sich ihr Streit und sie werden zu Eltern, die ihre Beziehung als eine positive emotionale Regulierungskraft in der Familie nutzen können.

Literatur

- Belsky, J., Putnam, S., Crnic, K. (1996). Coparenting, Parenting, and Early Emotional Development. In: McHale, J. P., Cowan, P. A. (Hrsg.). Understanding How Family-Level Dynamics Affect Children's Development: Studies of Two-Parent Families. New Directions for Child Development, No. 74. San Francisco: Jossey-Bass, S. 45-55.
- Cowan, P. A., McHale, J. P. (1996). Coparenting in a Family Context: Emerging Achievements, Current Dilemmas, and Future Directions. In: McHale, J. P., Cowan, P. A. (Hrsg.). Understanding How Family-Level Dynamics Affect Children's Development: Studies of Two-Parent Families. New Directions for Child Development, No. 74. San Francisco: Jossey-Bass, S. 93-106.
- Feinberg, M. E. (2003). The internal structure and ecological context of coparenting: A framework for research and intervention. Parenting: Science and Practice 3, S. 95-131.
- Gable, S., Belsky, J., Crnic, K. (1992). Marriage, parenting, and child development: Progress and prospects. Journal of Family Psychology 5, S. 276-294.
- Henggeler, S. W., Schoenwald, S. K., Borduin, C. M., Rowland, M. D., Cunningham, P. B. (1998). Multisystemic treatment of antisocial behavior in children and adolescents. New York: Guilford.
- Konold, T. R., Abidin, R. R. (2001). Parenting Alliance: A Multifactor Perspective. Assessment 8, S. 47-65.
- Omer, H., Schlippe A. v. (2002). Autorität ohne Gewalt: Coaching für Eltern von Kindern mit Verhaltensproblemen. ‚Elterliche Präsenz‘ als systemisches Konzept. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Omer, H., Schlippe A. v. (2004). Autorität durch Beziehung. Die Praxis des gewaltlosen Widerstands in der Erziehung. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Sanders, M. R., Turner, K. M. T., Markie-Dadds, C. (1998). Practitioner's manual for Enhanced Triple P. Brisbane, QLD, Australia: Families International Publishing.
- Teubert, D., Pinquart, M. (2009). Coparenting: Das elterliche Zusammenspiel in der Kindererziehung. Psychologie in Erziehung und Unterricht 56, S. 161-171.
- Weinblatt, U., Omer, H. (2008). Non-violent resistance: A treatment for parents of children with acute behavior problems. Journal of Marital and Family Therapy 34, S. 75-92.
- Weissman, S., Cohen, R. S. (1985). The parenting alliance and adolescence. Adolescent Psychiatry 12, S. 24-45.
- Wile, D. B. (1993). After the Fight: Using your Disagreements to Build a Stronger Relationship. New York: The Guilford Press.
- Wile, D. B. (2011). Collaborative couple therapy. In: Carson, D. K., Casado-Kehoe, M. (Hrsg.). Case studies in couples therapy: Theory-based approaches. New York: Routledge, S. 303-316.

Uri Weinblatt: Dr. phil., Klinischer Psychologe und Systemischer Therapeut; langjähriger Mitarbeiter von Haim Omer in Tel Aviv; vierjähriger Aufenthalt in Philadelphia, USA; Leiter des Marot Familientherapie Instituts in Israel. Schwerpunkte: Familien mit hoch-aggressiven Kindern, Schulverweigerer, Angststörungen.