

Matthias Weber

Trennung und Scheidung

Ein Blick auf Verläufe, Risiken
und
Interventionsmöglichkeiten

Psychotherapeutenkammer Niedersachsen

15. September 2017 in Hannover

weber-melsbach@live.de

www.matthweber.de

...so fängt es immer an...



und so fahren sie zum Schloss des Prinzen, wo sie glücklich und zufrieden miteinander lebten... und wenn sie nicht gestorben sind, so leben sie noch heute...

Blick auf Verläufe

Stationen

- Krisen im Vorfeld von Trennung/Scheidung
- Ambivalenz- und Entscheidungsphase
- Juristische und Trennungs-Phase
- Nach-Trennungsphase

- Hochkonflikt

Krisen im Vorfeld von Trennung/Scheidung

- Ent-Täuschung
- - kann nach Idealisierung in der Verliebtheitsphase als notwendiger Entwicklungsschritt begriffen werden
- Wachstumskrisen (z. B. Modell von Hans Jellouschek):
 - Paare streben nach harmonischen Zuständen>>
 - >> Balance zwischen Bezogenheit und Autonomie
 - - doch: Partner entwickeln sich nicht synchron (z. B. *einer* macht Therapie)
 - > Balance geht verloren > muss neu erarbeitet werden
 - >> auf höherer Ebene - mit weniger Abhängigkeit -wieder einstellen
- Krisen können zunehmende Entfremdung/Konflikthaftigkeit zum Ausdruck bringen
 - Frage: Bewältigung erarbeiten oder auf Trennung zusteuern?
 - >>> *Ambivalenz- Entscheidungsphase*

Krisen im Vorfeld von Trennung/Scheidung

>> Tiefenpsychologisch fundierte Therapie:

zielt eher auf die Personen und die Bedeutung „mitgebrachter“ Muster im Paarsystem ab, will Dynamik der Störung verstehen, daran arbeiten

- + Bewältigung der Paarkrise bedeutet auch Reifung (und Gesundung) der Partner
- Gefahr: je tiefer das Verstehen, desto aussichtloser kann eine Bewältigung erscheinen (Bösch)

Krisen im Vorfeld von Trennung/Scheidung

- Therapie als auf Verhalten und Kommunikation zielender strukturierter Prozess:
 - z. B. „6 Rezepte für das Misslingen von Partnerschaft“:
 - > sei schon zu Beginn einer Meinungsverschiedenheit schroff
 - > entwerte den Partner als Person
 - > zeige ihm deine Verachtung
 - > sei ständig bereit zum Gegenangriff (nicht zuhören; frühzeitig Antwort planen!)
 - > überprüfe nicht, ob du den Partner richtig verstehst
 - > benutze eine negative Körpersprache

Ambivalenz-, Entscheidungsphase

Paarberatung wird häufig in der Ambivalenzphase gesucht

- >> das Paar erhofft Unterstützung bei Klärungs- und Entscheidungsprozessen
- >> schon Entschlossene wollen ihre Entscheidung zur Trennung in Anwesenheit eines Dritten aussprechen
- >> der/die schon Entschlossene „liefert“ den Partner ab, damit dieser künftig Unterstützung hat

Ambivalenz-, Entscheidungsphase

... was ist mit Ambivalenzen?

sie spielen in Paartherapie und -beratung eine große Rolle:

Tendenzen pro Weiterführung und pro Beendigung der Beziehung egalisieren sich im Partner- und/oder im Therapiesystem
- Gefahr, dass Therapeut unbewusst „mitspielt“
vertritt der Therapeut eine Seite, leistet das Paar gemeinsam Widerstand

- Energische Intervention: wir arbeiten in Richtung Trennung oder pro Beziehung
oft wird dann schnell klar: „eigentlich“ will einer der beiden nicht mehr

Ambivalenz-, Entscheidungsphase

Suche nach Informationen: was wäre im Falle einer Trennung?

- in Beratung, Therapie; aber auch in anderen Quellen, z. B. Internet

Kinder:

- schadet die Trennung den Kindern?
- wo sollten/werden sie leben? Wie sehen Betreuungs-/Umgangsmodele aus?
- was bedeutet für sie Trennung gerade jetzt (Alter) ?
- wie kann/soll man ihnen die Trennung „beibringen“ ?

Recht:

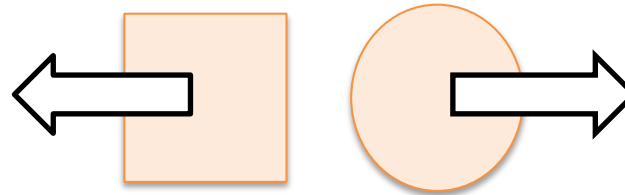
- Rechtliche Zusammenhänge: was ist, wenn ich schuld bin an der Scheidung?
- Rolle des Gerichtes: Entscheider oder Koordinator von einvernehmlichen Regelungen
- Rolle von Anwälten; Konfliktförderer oder Konflikt mildernd?
- Mediation: was ist das?
- Was macht das Jugendamt?

Mein weiteres Leben

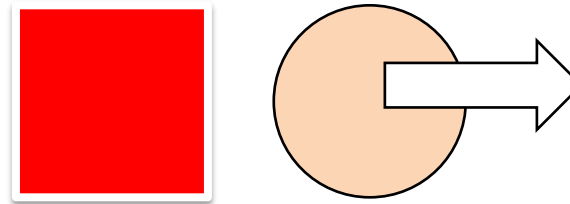
- Womit muss ich für mich selbst rechnen? Gibt es Hilfen? Z. B. bei Allein-Sein?
- Gibt es Erfahrungen, wie sich Beziehungen nach der Trennung entwickeln?

Juristische und Trennungs-Phase Entbindungstypen

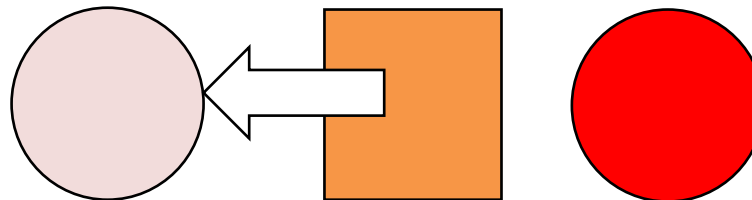
beide wollen Trennung



einseitige Trennung



Geliebte(r) im Spiel



Juristische und Trennungs-Phase

Neugestaltung des Beziehungsdreiecks

Mutter – Vater – Kind

>> Partnerschaft wird beendet, aber „Eltern bleiben Eltern“

- in vielen Fällen kommt es zu emotionalen Turbulenzen, die als Übergangskrise zu verstehen sind
- v. a. der/die verlassene Partner(in) kann in große Nöte geraten
- oft geraten die Kinder bzw. deren schwierige Situation aus dem Blick (J. Wallerstein)

Juristische und Trennungs-Phase

Aufgaben von Mediation/Beratung/Therapie

- Therapie/Beratung/Mediation können helfen, den Übergang in schwierigen Situationen zu moderieren, pragmatische Lösungen auszuhandeln und Eskalationen zu verhindern
- Therapie/Beratung kann das Paar unterstützen, das Ende seiner Beziehung versöhnlich zu gestalten (Fehlen von Trennungs-Ritualen)
- es kann notwendig sein, den/die Verlassene(n) in der neuen, oft perspektivlos erscheinenden Situation zu unterstützen
- Therapie/Beratung sollte dem Paar helfen, die Kinder wieder in den Blick zu nehmen
- Psychoedukative Hinweise können hilfreich sein

Juristische und Trennungs-Phase

Psychoedukative Hilfen

- Informationen über rechtliche Zusammenhänge
- Informationen über häufige psychische Reaktionen
(z. B. Trauerphasen; Familienrichter Wolfgang Thalmann 1982)
- Hinweise auf typische Fehler, „Fallen“
 - z. B.: - Erklärungsversuche für den Wechsel zur/zum „Neuen“
 - trotz Verletzung des/der anderen schnell sachliche Lösungen suchen
 - „normales“ Zusammenleben in einer neuen Beziehung forcieren
 - Kinder sehr schnell in neue Familie integrieren wollen
 - „zuverlässig“ anklagend sein
- (immer wieder) Hinweise darauf, was Kinder brauchen
- *die angeführten Themen können als grundsätzliche Informationen gegeben werden; sie sind vor allem wirksam, wenn sie auf die konkrete Situation der Betroffenen bezogen werden*

Nach-Trennungsphase

- auch Entbindung braucht Zeit; siehe: Trauerphasen
- oft kritische Phasen, wenn neue Beziehungen eingegangen werden; u.a. konkrete Einflussnahme der/des „Neuen“
- kritische Situation vor allem bei der Geburt eines Kindes in neuer Partnerschaft; Rücksicht auf Kinder ist notwendig: es geht um Neuverteilung von Emotionen, Zeit, finanziellen Ressourcen
- wenige Sitzungen können viel bewirken und Eskalationen verhindern
 - wenn das nicht gelingt>>> *Hochkonflikthaftigkeit*

Hochkonflikthaftigkeit

- Annäherung -

- Praxis, Forschung, Literatur beziehen sich auf Eltern nach Trennung/Scheidung >> „hoch strittige Eltern“
- Begriff existiert etwa seit der Jahrhundertwende
- es geht um emotional hoch besetzte Konflikte, die über längere Zeit andauern, u. U. 5-6 Jahre und mehr
- eine Vielzahl von professionellen Helfern wird tätig
- Erziehungsfähigkeit von Eltern ist eingeschränkt
- Kinder werden in elterliche Konflikte einbezogen
- betrifft 5 – 8 % der Trennungs- und Scheidungsfälle

Hochkonflikthaftigkeit

Inhalte

- Gesellschaftlicher und rechtlicher Kontext: Entwicklungen
- Merkmale hoch strittiger Elternschaft
- Belastungen des Kindes
- Hochkonflikthaftigkeit und Interventionen
- Vielzahl der beteiligten Professionen
- Ausblick: was zusammenprallt, kann auch zusammenwirken

Eskalierte Elternkonflikte

Entwicklungen I

- Rückzug des Staates aus der Regelung persönlicher Beziehungen >> von normiertem Zusammenleben zu Selbstbestimmung und Vielfalt der Lebensformen
 - » 1977 Wegfall des Schuldprinzips im Familienrecht
 - » 1998 Kindschaftssachen werden vom Familiengericht nur mehr auf Antrag behandelt
 - » Gleichstellung nicht-ehelicher und gleichgeschlechtlicher Partnerschaft und Elternschaft

Eskalierte Elternkonflikte

Entwicklungen II

Sicherung des Kindeswohls bleibt Aufgabe des Staates;
Interessen und Rechte des Kindes werden gestärkt

- >> 1989: Konvention über die Rechte des Kindes (Kindercharta) der Vereinten Nationen (u.a. Partizipation)
- >> 1998: Kindschaftsrechtsreform: u. a. Recht des Kindes auf Umgang mit beiden Elternteilen
- >> 2009: Gesetz über das Verfahren in Familiensachen und in Angelegenheiten der freiwilligen Gerichtsbarkeit (FamFG): Möglichkeit der Anordnung von Beratung (emotional besetzte Familienkonflikte sind mit Mitteln der Justiz nicht regelbar)

Eskalierte Elternkonflikte

Entwicklungen III

Perspektivenwechsel im Verständnis von Kindeswohl

Ausgangssituation: alleinige elterliche Sorge; Aufgabe des Familiengerichtes: besser geeigneten Elternteil finden

>> Frühe 80er Jahre: die Bedeutung beider Eltern wird „entdeckt“ >> *Das Paar trennt sich, aber...*
1982: gemeinsame elterliche Sorge wird möglich.

>>1998: - wenn kein Antrag gestellt wird, besteht nach Scheidung weiter die g. e. Sorge
- das Gericht soll auf Einvernehmen der Eltern hinwirken

Eskalierte Konflikte in Therapie und Beratung

Hochkonflikthaftigkeit

- hat es sicher auch in der Vergangenheit gegeben, in der aktuellen Ausprägung und Häufigkeit jedoch vor allem nach dem KindRG: Väter und Mütter sind verpflichtet, Kontakt mit Kindern zu haben
- die Erfahrung, dass justizielle Maßnahmen allein meistens erfolglos bleiben, hat zum Einbezug von Fachkompetenzen für die Regelung von familiären Beziehungen und zu engerer Kooperation von juristischen und helfenden Professionen geführt
- für Paare, die nach der Trennung um andere Themen streiten, kann Mediation geeignet sein; sie kommen nicht gemeinsam zu Paartherapie oder -beratung
- die Kenntnis der Dynamik von hoch eskalierten Elternkonflikten ist bedeutsam bei psychischen Erkrankungen
- *psychische Erkrankungen als Ursache von Hochkonflikthaftigkeit zu sehen, ist verpönt und kaum hilfreich – sie können aber bedeutsam sein bei praktischen Fragen, z. B. Alkohol*
- eine Einschätzung der Konfliktdynamik ist schwierig, wenn man nur einen Beteiligten kennt: unterschiedliche Wirklichkeitskonstruktionen

Merkmale

3stufiges Modell zur Erfassung hochstrittiger Elternschaft (U. Alberstötter, nach Glasl))

1. Stufe

Zeitweilig gegeneinander
gerichtetes Reden und Tun

Vorüber gehende Polarisierung im
Denken
Zeitweilige verbale Angriffe und
Schuldzuweisungen

Ressourcen vorhanden

Unterscheidung:
Paar- Elternebene

Akzeptanz von neutralen Dritten

2. Stufe

Verletzendes Agieren
und Ausweitung des
Konfliktfeldes

Konflikt wird chronisch

Reines schwarz-weiß-Denken

Beschleunigung

Ausweitung des Konfliktsystems

„schmutzige Wäsche“

Wächteramt wird aktiv

„Beziehungskrieg“, Kampf
um jeden Preis

andauernde extreme Gefühle des Hasses
und der Verzweiflung

Unfähigkeit, andere Perspektive zu
sehen, gelten zu lassen

Leugnung eigener Konfliktanteile

Anwendung von Gewalt

Pathologisierung des anderen

Behauptung von Missbrauch

erweiterter Suizid

Hochkonflikthaftigkeit

weitere wichtige Aspekte/Merkmale

- Kränkungen, Verletzungen spielen eine große Rolle
- symmetrisches oder komplementäres Aufschaukeln
- Konflikte werden nicht innerpsychisch ausgetragen, sondern externalisiert
- Hochstrittige Väter und Mütter sind – als Eltern – entgleist, „nicht geschäftsfähig“

Weitere Merkmale von Hochkonflikthaftigkeit (aus dem Forschungsprojekt „Kinderschutz....“)

Merkmale mit hoher Bedeutung für Interventionen

- hohe Sensibilität gegenüber (vermeintlicher) Parteinahme für den anderen Elternteil; Bewertung von Interventionen erfolgt nach dem Kriterium, wie weit sie den eigenen Interessen entsprechen
- Interventionen der „Profis“ werden als wenig hilfreich, eher als konfliktverstärkend erlebt
- *die* Interventionen werden als hilfreich erlebt, die nicht von vorneherein mit einer Konfrontation mit dem anderen Elternteil verbunden sind
- Einzelsetting wird als persönliche Unterstützung wahrgenommen
- Beratungserfolg eher, wenn Verständnis für die eigene Situation erlebt wurde

Hochkonflikthaftigkeit Belastungen des Kindes

- Elternkonflikte sind verbunden mit verminderter Erziehungsfähigkeit
- Elternkonflikte bewirken beim Kind Konflikte, Stress, Belastung und die Gefahr von Fehlanpassungen
- Elternkonflikte gefährden das Fortbestehen wichtiger Beziehungen; auch wenn „Umgang“ zu beiden Eltern besteht, werden die Bilder von Vätern und Müttern durch den anderen beschädigt (Aufsatz *Kindler*)
- Kinder hoch konflikthafter Eltern wachsen in einer Atmosphäre der Kriegslogik auf
- Hoch konflikthafte Elternschaft verschärft die Risiken für eine Verschlechterung der sozialen und ökonomischen Lebensbedingungen

Interventionen

Ziele von Beratung/Therapie

- Verminderung der Konfliktdynamik
- Umgangskontinuität für Kinder
„Zum Wohl des Kindes gehört in der Regel der Umgang mit beiden Elternteilen“ (§ 1626 BGB);
doch, es geht „eigentlich“ um Beziehung, um
>>*Beziehungssicherung*
- Entlastung und Unterstützung der Kinder

Strategien und Interventionen in der Beratung hochstrittiger Eltern

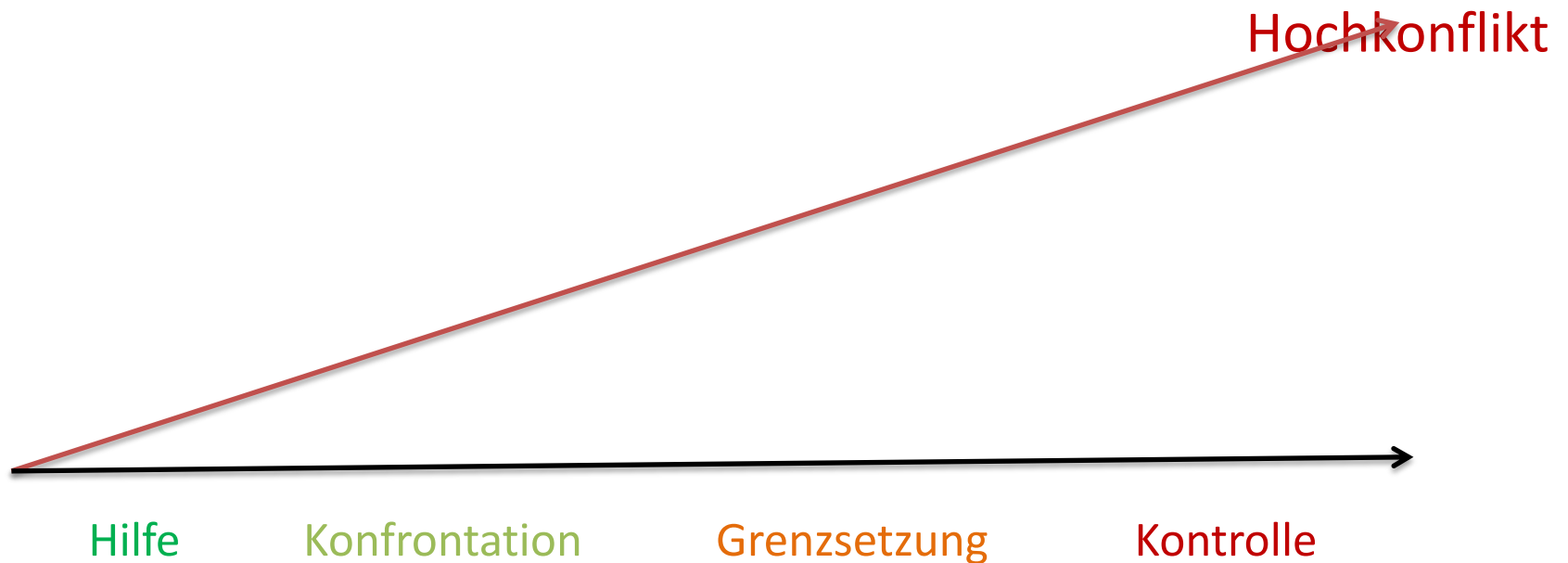
Setting:

...wenn

- fehlende Selbstreflexion, Gefühle von Hass und Verzweiflung bestimmend sind für den Zustand hochstrittiger Väter und Mütter und
- (zumindest ein gewisses Maß an) erlebte(r) Empathie Voraussetzung für Beratungserfolg ist, dann hat das *Konsequenzen für das Setting*
- *Beginn mit Einzelsitzungen, im weiteren Verlauf: flexibler Wechsel zwischen Einzel- und Paarsitzungen*

Strategien und Interventionen

...zwischen Hilfe und Kontrolle...



Matthias Weber

Strategien und Interventionen

Befriedung oder Abgrenzung?

>> realistische Perspektiven

Hochkonflikt

koop. Elternschaft



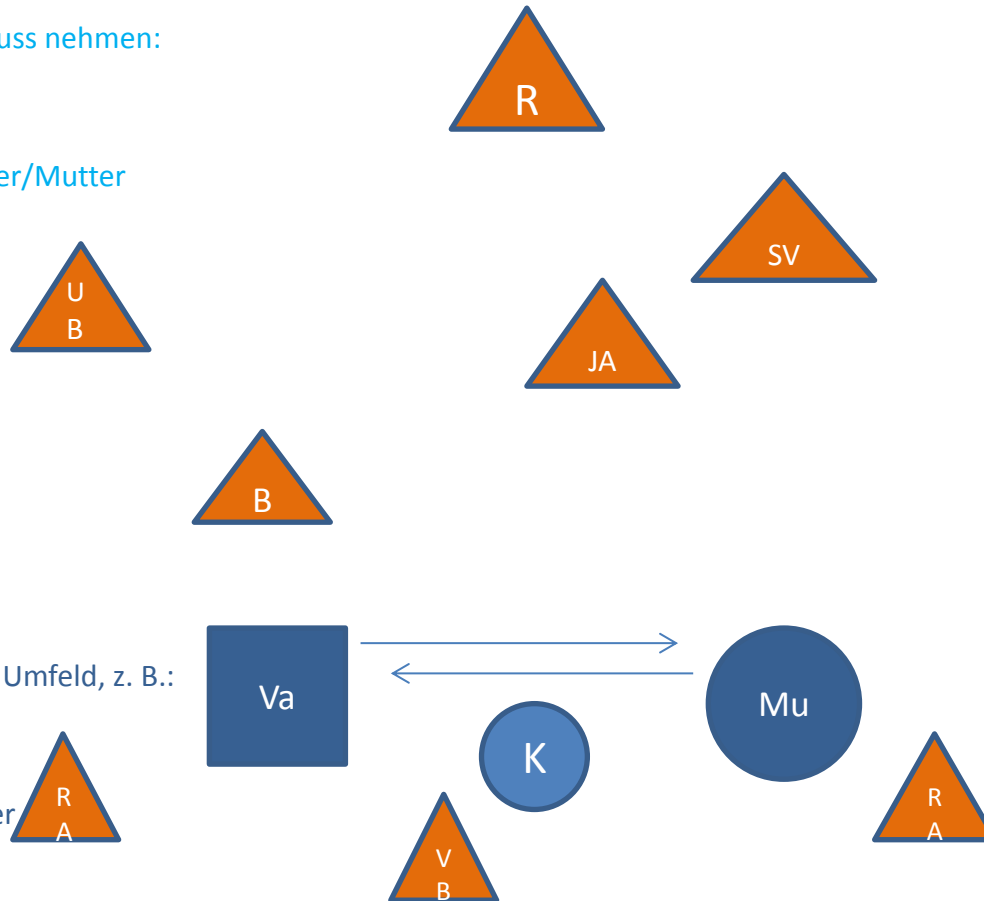
parallele Elternschaft

- >> Einschätzung eigener Position und Möglichkeiten
- >> Einschätzung der Position und der Möglichkeiten des anderen Elternteils
- >> was ist für mich ... in welcher Zeit ... möglich ?

Vielzahl der Professionen und weiterer Mitspieler bei Hochkonflikthaftigkeit

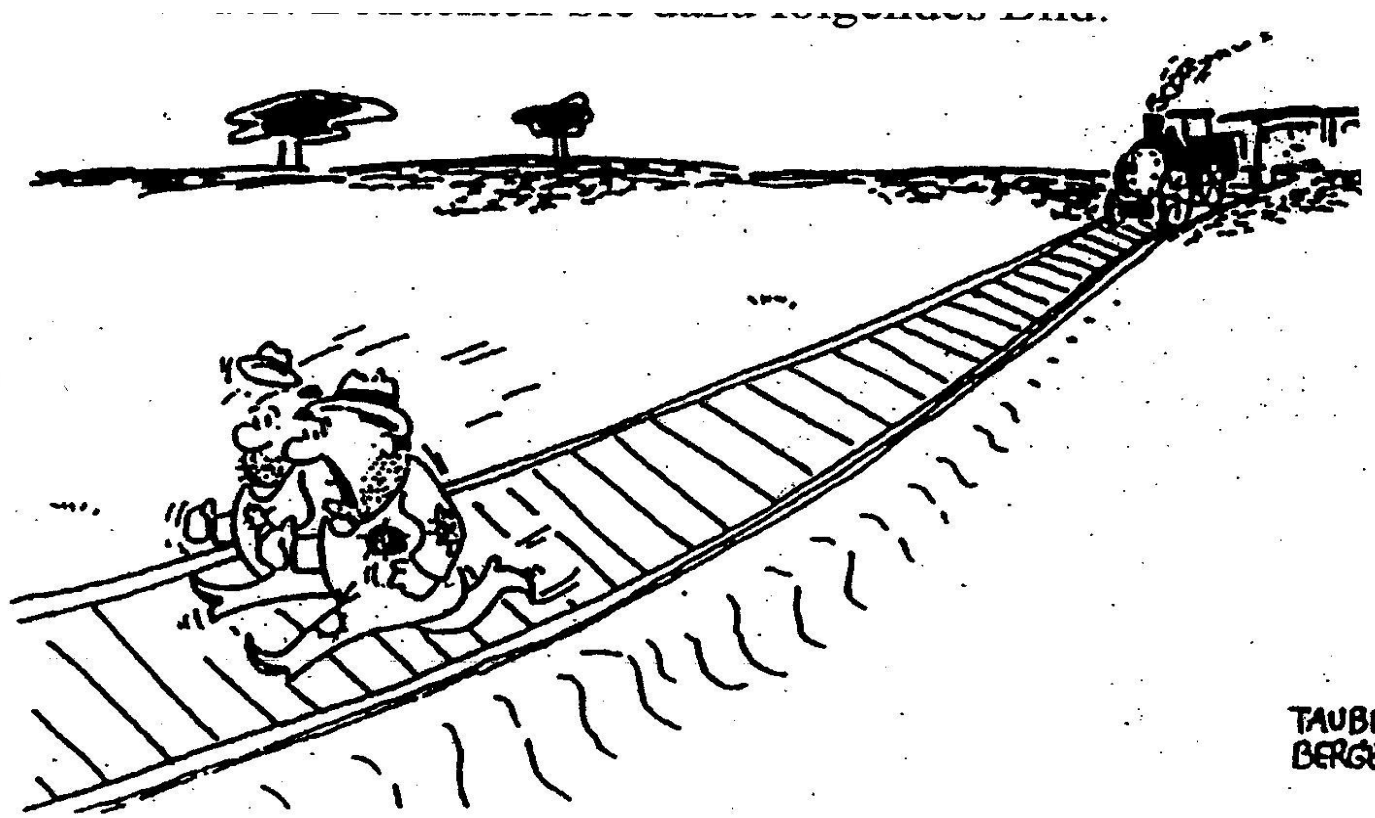
Weitere Profis, die Einfluss nehmen:

- Kinderarzt
- Kindertherapeut
- Therapeut von Vater/Mutter
- Pfarrer
- Steuerberater



- Personen aus dem Umfeld, z. B.:
- Neue Partner
- Großeltern
- ..Familienmitglieder
- Freunde
- Nachbarn

...was zusammenprallt, kann auch
zusammenwirken...



"Wenn nicht bald eine Weiche kommt, sind wir verloren."