MAIN SPESSART
bunterleben

„Bindung und Trennung“

Aus der Praxis der Konflikt-Mediation

Ottmar Braunwarth
Diplom-Psychologe, zertifizierter Mediator
Leiter der Beratungsstelle für Eltern, Jugendliche und Kinder des Landkreises Main-Spessart

Die Beratungsstelle wird gefördert durch:
Bayerisches Staatsministerium für Arbeit und Soziales, Familie und Integration

99% der Eltern würden folgende Punkte unterschreiben

und haben die „besten“ Absichten, die Trennung so zu gestalten:

- Ein Kind/ein Jugendlicher braucht nach der Trennung der Eltern von ihnen Einfühlung in seine Krisensituation, Trost und Unterstützung.
- Mutter und Vater sollten so handeln, dass Kinder und Jugendliche erleben, dass beide ihre Eltern bleiben, auch wenn die Ehe endet und die Eltern nicht mehr zusammen leben.
- Das Benutzen von Kindern, um dem Partner Schaden zuzufügen, beziehungsweise Druck auszuüben, sich für seine Seite zu entscheiden, ist zu unterlassen, weil dies für die Psyche des Kindes äußerst schädlich ist.
- Das Kind/der Jugendliche soll sich nicht entscheiden oder herausfinden müssen, wer von den Eltern die „Wahrheit“ über die Konflikte sagt und wer lügt.

Ottmar Braunwarth, Diplom-Psychologe, Leiter der Beratungsstelle für Eltern, Jugendliche und Kinder des Landkreises Main-Spessart

Das Wissen und die guten Absichten sind die Theorie.

Die gelebte Praxis sieht oft anders aus.

95% der Eltern handeln aus „Überzeugung“,

die wenigsten strategisch destruktiv

Trennungen durchlaufen typische emotionale Phasen

Alltag

Familien Alltag

Weiter so — K r i s e — Weiter so

Weiter so — K r i s e — Ambivalenz (Zweifel und Hoffnung)

Weiter so — K r i s e — Nicht weiter so!

Entscheidung:

Trennung nur als Paar??!!

zerstörter Lebensplan

Betreuung Umgang

neue (erhoffte) Lebensplanung!

Ottmar Braunwarth, Diplom-Psychologe, Leiter der Beratungsstelle für Eltern, Jugendliche und Kinder des Landkreises Main-Spessart

Nach der Trennung leben Mütter/Väter zeitweise/chronisch

eigene Perspektive
zu den erlebten
Enttäuschungen, Kränkungen

eigene Interpunktion
d.h. Schuldzuweisungen

als Resultat:
negativ selektive Wahrnehmung

eigene Perspektive
zu den erlebten
Enttäuschungen, Kränkungen

eigene Interpunktion
d.h. Schuldzuweisungen

als Resultat:
negativ selektive Wahrnehmung

in einer „Filterblase“

- Im Vordergrund steht die Angst vor und Abwehr von Entwertung, Gesichtsverlust bzw. den kürzeren zu ziehen. Dies verstärkt Positionen und lässt Interessen wie gute Argumente in den Hintergrund treten
- Jeder ET sucht und findet die Bestätigung der eigenen Sichtweise u.a. auch durch Experten. Personen, die andere Sichtweisen anerkennen, sind u.U. potentielle „Feinde“ (möglicherweise auch das Kind)
- *„Man kann nicht **nicht kommunizieren** (Watzlawik)“.* Alles wird gedeutet mit negativer „Brille“
- Eltern vernachlässigen deshalb entwicklungspsychologische, kommunikative, systemische bzw. auf gesundem Menschverstand fußende Erklärungen
- Jeder ET glaubt aus seiner Sicht, mit seinen Vorschlägen das „richtige“ Kindeswohl zu vertreten,
- wobei Mütter oft ganz selbstverständlich für sich mehr Expertise darüber in Anspruch nehmen, was Väter als enorme Abwertung empfinden
- Dass der andere ET dieser doch „richtigen“ Sichtweise nicht folgt, erlaubt/rechtfertigt die Gegenreaktionen, auch unfaire, ohne Schuldgefühle – (Auge um Auge, Zahn um Zahn)

Ottmar Braunwarth, Diplom-Psychologe, Leiter der Beratungsstelle für Eltern, Jugendliche und Kinder des Landkreises Main-Spessart

Stressoren auf Elternebene

1. **die emotionale Basis** des Trennungsgeschehens wird bestimmt von der Aktivierung intrapsychischen Dispositionen/Kompetenzen eines jeden Elternteils.
   ⇨ **umso psychisch stabiler und reflektierter Eltern sind,**

2. Sie **prägen** die individuelle Perspektive und damit die konkreten Interaktionen/Handlungen zwischen den Eltern.
   ⇨ **umso konstruktiver und kooperativer Eltern interagieren,**

3. Dispositionen/Kompetenzen und Interaktionen/Handlungen wiederum **regulieren** Ausmaß und Dauer der psychischen Belastungen
   ⇨ **desto weniger belastet sind sie selbst durch die Trennung**
   desto weniger belastet sind Kinder durch unkontrollierbarem Stress

- ☒ desto sicherer gebunden und weniger belastet ist sind Kinder vor/während/nach der Trennung
- ☒ desto mehr können Eltern für ihr Kind ein emotional sicherer Hafen sein und adäquate elterliche Feinfühligkeit zeigen

Die Akut-Phase der Trennung bedeutet für ein Kind

- Angst
  vor einem Verlust einer geliebten Person (häufiger der Vater),
  wie es überhaupt weitergeht, manchmal zusätzlich das Wegbrechen der vertrauter Umgebung und von Ersatzbezugspersonen
- eingeschränkte Selbstwirksamkeit, nämlich sehr abhängig zu sein vom hb. ET für das Weiterbestehen und die Qualität der Bindung zum nhb. ET (häufiger der Vater)
- einen erhöhten Stresspegel verbunden mit einer u.U. massiven Aktivierung der kindlichen emotionalen Regulationsfähigkeiten
  abhängig vom Alter/ Temperament/ von eigenen Vorerfahrungen

Durch diese Unsicherheit wird das Bindungssystems verstärkt aktiviert, so dass das Kind von Seiten der Eltern in besonderem Maße

⇨ emotional sicherer Hafen d.h. Fürsorge, Trost und Schutz sowie
⇨ elterliche Feinfühligkeit

benötigt

Stressoren auf Elternebene

⇨ verunsichern die Elternteil-Kind-Bindung (kurzzeitig oder chronisch)

Eltern können so von ihren eigenen Problemen und Emotionen absorbiert sein,

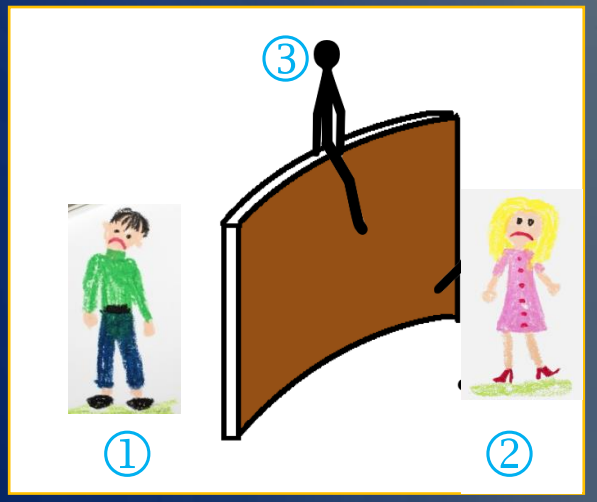
- dass sie für ihr Kind emotional nicht verfügbar und erreichbar sind
- dass sie (deutlich) weniger feinfühlig sind, obwohl das Kind sie gerade jetzt bräuchte
- dass sie durch ihren erhöhten Stresspegel inadäquat in „normalen“ Erziehungssituationen reagieren

⇨ verstärken unsichere Elternteil-Kind-Bindungsmodelle

- anbiedernde bzw. vermeidende
- abdankende
- parentifizierende
- bedrohliche

Elternteil-Kind-Bindungen

Da (hoch) konflikthafte Eltern
nicht konstruktiv kommunizieren können
und nicht miteinander reden wollen,



doch zum Wohle der Kinder

wegen des Umgangs
verbindliche Absprachen treffen und
konstruktiv miteinander reden müssen,

verpflichtet das Familiengericht Gemünden
(hoch) konflikthafte Eltern zur Konfliktmediation

- z.B. 5 gemeinsamen Elterngesprächen
- innerhalb eines bestimmten Zeitraumes

Im Bereich Konflikt-Mediation gibt es

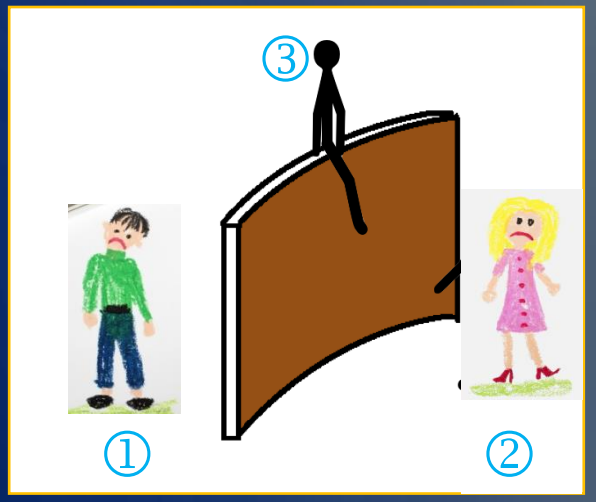
- klare organisatorische und strukturelle Absprachen/Abläufe zwischen Beratungsstelle/Familiengericht/Allgemeinen sozialen Dienst (ASD)

- inhaltliche Konzeption für die Konfliktmediation in der Beratungsstelle, die sich von der Beratung auf freiwilliger Basis deutlich unterscheidet

Ottmar Braunwarth, Diplom-Psychologe, Leiter der Beratungsstelle für Eltern, Jugendliche und Kinder des Landkreises Main-Spessart

Eine Chance auf Wirksamkeit als Mediator bei (hoch) konflikthaften Eltern besteht nur dann,

wenn bei beiden Elternteilen auf intuitiver Ebene
das Gefühl entsteht, dass sie mich als
fachlich kompetent, all-parteilich, transparent,
autoritative, konsequent und verlässlich anerkennen.



Dies muss ich ③ mir in der Interaktion mit den Eltern erarbeiten
d.h. über meine Haltung und fachliche Kompetenzen, die
in meiner Gesprächsführung und meinem Handeln sichtbar werden.

Zwingende persönliche Voraussetzung als Mediator mit (hoch) konflikthaften Eltern:

- Souveränes Umgehen mit (eigenen) Triggern von Aggression/Entwertung/Frustration

Pendeln zwischen emotionalem Mitzuschwingen bei gleichzeitigem Abgrenzen vor aggressiven/depressiven/entwertenden Reaktionen

- die Haltung, keine Lösung „aktiv“ zu wollen

die eigene Hilflosigkeit auszuhalten aber zielorientiert und selbstwirksam den Gesprächsverlauf zu steuern

Ottmar Braunwarth, Diplom-Psychologe, Leiter der Beratungsstelle für Eltern, Jugendliche und Kinder des Landkreises Main-Spessart

Ein grundlegendes Problem in der Wahrnehmung vor/bei/nach Umgangskontakten bzw. Übergaben:

Sind zeitliche Korrelationen immer auch kausale Korrelationen???

Wenn sie Joggen wollen
und bemerken,
es zieht draußen ein starkes Gewitter auf
und
sie haben ein sehr mulmiges Gefühl und bleiben zuhause.

Haben sie dann Angst

vorm Joggen oder vor dem Gewitter?

Übergabesituation als Bedrohung der emotionale Sicherheit (bei jüngeren Kindern)

Stress

Stress Wohlfühlen

hoher Stresspegel beim Kind (Angst)

in Kombination mit

hohem Stresspegel bei Vater und Mutter

- ⇨ aktiviert das Bindungsverhaltenssystem und lässt vor/bei/nach dem Umgang häufig ein auffallend anhängliches Verhalten zu einem ET (Mutter) sichtbar werden.
- ⇨ Die Versuche des anderen ET (Vater) das Kind in der Übergabesituation zu beruhigen, die Verklammerung zu lockern und das Kind zum Mitgehen zu motivieren, führen dann
  - zu mehr Anklammerung zu einem ET (Mutter) sowie
  - zu abwehrendem Verhalten/verbalen Äußerungen zu ET (Vater) (*„Ich will nicht! Geh weg!“*).

Gefahr der Fehl-Deutung des „Kindeswillens“ (kausale Korrelation)

Ottmar Braunwarth, Diplom-Psychologe, Leiter der Beratungsstelle für Eltern, Jugendliche und Kinder des Landkreises Main-Spessart

Reaktionen von Kinder unter 6 Jahren auf **Trennungs-Konflikte**

Stress

Stress

Stress

Kindergarten- und Vorschulkinder
sind aufgrund ihres kognitiven und moralischen Entwicklungsstandes
noch nicht in der Lage, eigene Werturteile zu bilden,
(schon gar nicht Bezug auf einen bis zur Trennung positiv besetzten Elternteil.)

- Sie reagieren noch affektiv, situationsbezogen und ergebnisorientiert (Egozentrismus)
- Sie sind entwicklungsbedingt (noch) nicht in der Lage, sich bewusst und reflektiert auf der einen oder anderen Elternseite zu positionieren. (Anmerkung: Es ist deshalb kein klassischer Loyalitätskonflikt)
- Bei einer Umgangsverweigerung handelt es sich häufig nicht um die „Ablehnung“ eines Elternteils, sondern um ein Vermeidungsverhalten.
- Das Vermeidungsverhalten ist somit in erster Linie ein *Akt* nonverbaler Kommunikation durch Körpersprache und keine Folge kognitiver Reflexion.

⇨ Es ist eine Art **Coping-Strategie**, die darauf abzielt, sich dem Stressor „Elternkonflikt“ zu entziehen.

⇨ Von dieser Äußerung des „Kindeswillens“ kann **nicht prinzipiell und kausal** auf die mangelnde Qualität der Bindung und eine Aussetzung des Umgangs geschlossen werden.

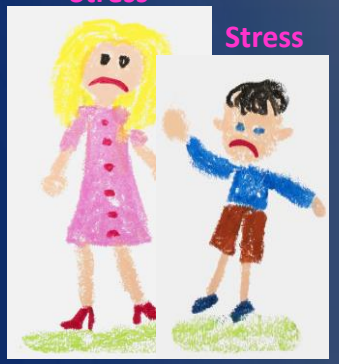
Ottmar Braunwarth, Diplom-Psychologe, Leiter der Beratungsstelle für Eltern, Jugendliche und Kinder des Landkreises Main-Spessart

Reaktionen von Schulkindern (bis 12) auf **Trennungs-Konflikte**

Stress

Stress

Stress



Schulkinder bis 12 Jahre

entwickeln aufgrund ihrer fortgeschrittenen kognitiven und moralischen Entwicklung zunehmend ein Problemverständnis und eigene Bewertungsmaßstäbe.

Sie befinden sich jedoch in einem Übergangsstadium.

- einerseits sind sie nicht länger so situationsorientiert und gegenwartsbezogen wie die Jüngeren,
- andererseits sind sie noch hochgradig abhängig von den Bewertungen ihrer Bezugspersonen,
- so dass die Gefahr groß ist, dass sie sich die Täter-Opfer-Zuschreibungen und das Negativbild zu des hauptsächlich Betreuenden (hbE) zu Eigen machen,
- so dass sie aus einem Loyalitäts-Gefühl heraus eine einmal eingegangene Parteinahme – im Gegensatz zu jüngeren Kindern – anschließend oft nicht wieder abstreifen können.

⇨ In dieser Entwicklungsphase müssen diese Kinder als hochgradig gefährdet angesehen werden, in eine Parteinahme und Umgangsverweigerung hinein zu geraten,
(vor allem wenn eigene Erfahrungen vorliegen z.B. Unzuverlässigkeit oder Mitansehen von sprachlicher oder körperlicher Gewalt.)

⇨ Nicht wenige Kinder übernehmen „Elternrolle“ und versuchen vermittelnd tätig zu werden

Ottmar Braunwarth, Diplom-Psychologe, Leiter der Beratungsstelle für Eltern, Jugendliche und Kinder des Landkreises Main-Spessart

Reaktion von Jugendlichen auf **Trennungs-Konflikte**

Stress

Stress

Jugendlichen

gelingt es durch die wachsender Fähigkeit zur autonomen moralischen Urteilsbildung zunehmend besser, sich auch in Bezug auf die Konflikte bei ihren Eltern eine eigene Meinung zu bilden und zwischen Distanz und Parteinahme zu pendeln.

- Sie sind in der Lage, Kontakt zum anderen Elternteil zu halten, auch wenn der andere ET Besuche missbilligt, aber sie wollen selbständig entscheiden zwischen Umgang und eigenen Interessen.
- Sie beanspruchen für sich, von den Eltern ernst genommen zu werden und reagieren hochgradig empfindlich, wenn ein Elternteil sie für „fern-gesteuert“ vom anderen hält.
- Sie haben oft selbst Erfahrungen mit Beziehungen/Freundschaften und deren Zerbrechlichkeit, so dass sie manche Kränkung, die sich ihre Eltern auf Paarebene zufügen, nachvollziehen können.
- Auf der anderen Seite sind negative Urteile über einen Elternteil, wenn sie erst einmal gefasst wurden, häufig starr, gnadenlos und kaum veränderbar.

⇨ Die Fähigkeit, zwischen den Erwachsenen in ihrer Elternrolle und als Beziehungspartner zu unterscheiden, ermöglicht eine klarere Abgrenzung von „deren“ Paarkonflikt.

⇨ Bei chronischen Konflikten zeigt sich ein erschreckendes Ausmaß an Erschöpfung und Resignation, das auch schon die eigene Lebensplanung beeinflusst und negative Zukunftsperspektiven drohen.

Ottmar Braunwarth, Diplom-Psychologe, Leiter der Beratungsstelle für Eltern, Jugendliche und Kinder des Landkreises Main-Spessart

Fazit:

Konfliktmediation im Bereich
(hoch) konflikthafter Trennungs-Eltern ist
hoch komplex, zeitintensiv und
emotional herausfordernd

und zugleich
hoch sinnvoll
für die seelische Gesundheit und
Aufrechterhaltung guter Bindungen der betroffenen Kinder.

Ich möchte dafür werben,

dass Eltern im Vorfeld oder der 1. Phase einer Trennung
das Angebot für gemeinsame Gespräche
zur Konflikt-Prävention nutzen.

Quelle des Fotos: Wikipedia

Der frühere israelische Ministerpräsident Shimon Peres antwortete lakonisch auf die Frage eines Reporters,

ob es ihm nicht zuwider sei, einem Menschen wie Yassir Arafat (früh. Palästinenserführer) die Hand zu schütteln.

"Mit wem soll man denn reden und Frieden schließen, wenn nicht mit seinen Feinden?"

Dies sollte eigentlich umso mehr gelten, wenn es um das Seelenleben des eigenen Kindes geht

Angebote der Beratungstelle

im Bereich Trennung und Umgang

Anmeldung-Teilnahme freiwillig

Erziehungs-Beratung

Anmeldung-Teilnahme freiwillig

Patchwork-Beratung

Anmeldung-Teilnahme freiwillig

Krisen-Intervention

zeitlich parallel

bei verschiedenen Beratern möglich

Anmeldung-Teilnahme freiwillig

Konflikt-Prävention

Anmeldung-Teilnahme freiwillig

Konflikt-Mediation

Anmeldung-Teilnahme verpflichtend

Familien-Gericht

Jugendamt

① **Setting: ein Elternteil**

② **Setting: beide Eltern gemeinsam**

zeitlich parallel

bei verschiedenen Beratern möglich

Bedingung:
Einwilligung
beider Eltern

Kinder/Jugendlichen Beratung

Einzel

Gruppe

③ **Setting: Kind bzw. Jugendliche/r**

Ottmar Braunwarth, Diplom-Psychologe, Leiter der Beratungsstelle für Eltern, Jugendliche und Kinder des Landkreises Main-Spessart

Angebote der Beratung

im Bereich Trennung und Umgang

④ Umgangs-Anbahnung

Anmeldung-Teilnahme
verpflichtend

Familien-Gericht

Jugendamt

⑤ Umgangs-Begleitung

Anmeldung-Teilnahme
verpflichtend

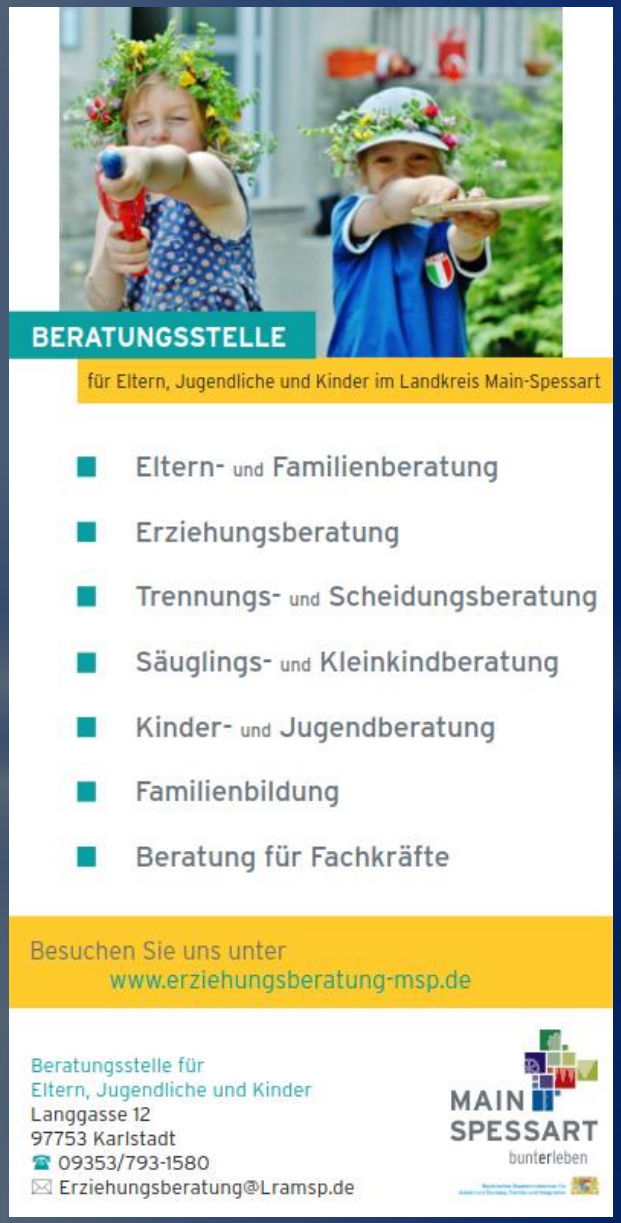
Familien-Gericht

Jugendamt

fachlich professionelles Arbeiten ist organisatorisch aufwändig umzusetzen:

- Vorgespräche einzeln mit jedem Elternteil
- gemeinsames Eltern-Vorgespräch
- Kennenlern-Termin für Kind/Kinder
- mehrere begleitete Umgangstermine
- Nachbesprechungen mit jedem Elternteil
- mind. 1 Umgang vor Ort beim Umgangsuchenden
- ev. Übergabe an Umgangsbegleiter bei Fortsetzung
- gemeinsame Elterngespräche zur Weiterentwicklung des Umgangs

Ottmar Braunwarth, Diplom-Psychologe, Leiter der Beratungsstelle für Eltern, Jugendliche und Kinder des Landkreises Main-Spessart



Wichtige Infos:

- Unsere Beratungsstelle begleitet jedes Jahr zwischen 700 und 800 Kinder, Jugendliche, ihre Eltern und Familien.
- Die weitaus überwiegende Zahl sind ganz normale Familien
  mit ganz normalen Fragen, Anliegen und Problemen.