



Landkreis
Ludwigsburg

Psychologische Beratungsstelle

**Ratgeber
Patchwork- oder Zweitfamilien**



gefördert von der
Wüstenrot-Stiftung

Impressum

Herausgeber: Landkreis Ludwigsburg
Psychologische Beratungsstelle des Landkreises
Landratsamt Ludwigsburg
Hindenburgstr. 40
71638 Ludwigsburg
Telefon: 07141/144-2529

Autor/-innen: Ute Beckmann, Sabine Haubold-Brandl,
Hans-Georg Pflüger und Uwe Knödler

V.i.S.d.P.: Uwe Knödler

Fotos: U. Knödler / W. Stein

Auflage: 250

Druck: Hausdruckerei im Landratsamt Ludwigsburg

Stand: Mai 2011

Ratgeber für Patchwork- oder Zweitfamilien

Diesen Ratgeber widmen wir Familien, die an unseren Seminaren mit dem Titel: „**Zweitfamilie – wir wagen es: Deine, meine, unsere Kinder – wie kann das gelingen?**“ teilnehmen oder sich mit dieser Thematik an unsere Psychologische Beratungsstelle wenden.

Patchwork- oder Zweitfamilien entstehen durch Eheschließung oder Zusammenleben eines Paares, von dem mindestens einer der Partner vorher in einer Partnerschaft gelebt hat, aus der Kinder hervorgegangen sind. Ein wesentliches Merkmal dieser Familienform ist, dass ein leiblicher Elternteil nach der Trennung bzw. Scheidung räumlich getrennt vom eigenen Kind lebt.

Der Ratgeber ist in vier Teile untergliedert, die sich an den Entwicklungsphasen einer Patchwork- oder Zweitfamilie orientieren:

1. Abschied nehmen

In dieser ersten Phase geht es um den Abschied von der vorausgegangenen Partnerschaft und dem bisherigen Familienleben.

2. Leben in der Patchwork- oder Zweitfamilie

Dieses Kapitel richtet den Blick auf die Gegenwart in der Zweitfamilie.

3. Aus der Perspektive der Kinder

Hier wird aus entwicklungspsychologischer Perspektive abgeleitet, wie betroffene Kinder und Jugendliche den Prozess der Trennung von der vertrauten bisherigen Familienform erleben.

4. Die aktuelle Paarbeziehung pflegen

Das abschließende Kapitel richtet den Blick auf die Paarbeziehung der Zweitfamilie. Sie braucht umso mehr Pflege, da das Paar keine gemeinsame Zeit ohne Kind(er) hatte.

1. Abschied nehmen

Zwischen einer Teilfamilie mit einem Elternteil und einer Zweitfamilie gibt es eine große Gemeinsamkeit. Beiden Familienformen ist die Trennung des Paares oder gar der Verlust eines Elternteils vorausgegangen. Diese Erfahrung des Abschieds und der Trauer über den Verlust ist somit ein wichtiges Thema – für Erwachsene und Kinder. Der Erwachsene hat sich von seinem Lebenspartner, dem vormals wichtigsten Menschen im Leben, getrennt oder ihn durch Krankheit, Unfall oder Tod verloren. Für alle Beteiligten ist dies ein schmerzlicher Prozess – das Ende einer Partnerschaft muss betrauert werden. Es ist eine Phase der aktiven Verabschiedung.

Im Fall einer Trennung lässt die räumliche Distanz noch Raum für Sehnsüchte und Hoffnungen. Im Todesfall eines Elternteils ist der Abschied endgültig. Die Beziehungen nach elterlicher Trennung enden nicht, aber sie verändern sich radikal. Von einer Liebesbeziehung bleibt noch die Verantwortung in gemeinsamer Elternschaft. Eltern und Kind(er) müssen sich deshalb vom traditionellen Familienbild verabschieden. Es bleibt eine geteilte Familie bzw. Teilfamilie mit zwei getrennten Elternteilen. Dieser Prozess des Abschieds von der ursprünglichen Familie braucht Zeit und erfordert Geduld. Die Emotionen benötigen einen Raum, in dem sie gespürt und gezeigt werden können. Die Aggressionen, die Verzweiflung, die Scham, die Tränen und die vielen enttäuschten Erwartungen brauchen ein Ventil. Unterdrückte Gefühle erschweren den Prozess der emotionalen Verarbeitung und behindern die Entwicklung einer stabilen Teil- oder Patchworkfamilie.

Aggressionen und wütend ausgedrückte Enttäuschungen auf den Partner können im Trennungsprozess hilfreich sein und sie wirken mitunter befreiend. Bei einem unkontrollierten Ausleben wirken sie jedoch auch zerstörerisch und gefährden die weitergehende Elternbeziehung. Vorwürfe und aggressives Ausagieren verstellen den Blick auf den eigenen Verlustschmerz und die Trauer. Dies gilt sowohl für den aktiv Verlassenden als auch den Zurückbleibenden.

Im Verlauf des Trennens ist es wesentlich, den Blick auf die eigenen Empfindungen zu richten. Es gilt das vergangene Geschehen loszulassen und dennoch das Gute dieser Beziehung anzuerkennen und mitzunehmen. Erst wenn ich das Alte loslassen und das Gute behalten kann, gehe ich ohne Groll, Verbitterung und Verhärtung. Damit hat dann das Neue, das entsteht, die Patchworkfamilie oder die Teilfamilie mit einem Elternteil, wirklich eine gute Chance.



Rückblick auf die Paargeschichte

Hilfreich sind im Rückblick auf die gemeinsame Geschichte als Paar u.a. folgende Fragestellungen:

Was war gut in der Beziehung?

Wann waren gute Zeiten?

Welche Visionen hatten wir?

Welche Pläne haben wir verwirklicht?

Was wurde schwieriger? Was haben wir nicht mehr geschafft?

Diese Erfahrungen und Geschichten verbinden. Sie können, trotz des Verlustschmerzes, auch Dankbarkeit auslösen: Dankbarkeit für die gemeinsam verbrachte Lebenszeit und für die gemeinsamen Kinder, über die eine lebenslange Verbindung bleibt. Und alle Kinder wünschen sich ein gutes Verhältnis ihrer Eltern, auch wenn diese getrennt leben. Das alles erfordert Willen und Kraft.

Zu einem gelingenden Abschied vom Paarsein gehören wirtschaftliche und soziale Aufgaben wie Unterhaltsklärung, finanzielle Regelungen, sowie die Pflege der Kontakte zum anderen Elternteil und natürlich zu den Großeltern und anderen Verwandten.

Unbequeme Fragen nach dem eigenen Anteil am Scheitern

Letztlich gehört zum Abschied auch die Frage nach dem eigenen Anteil am Scheitern der Beziehung:

Wie habe ich mich in der Beziehung verhalten?

Was war mein Anteil daran, dass es schwierig wurde?

Wie hätte es weitergehen können?

Wie habe ich mich im Trennungsprozess verhalten?

Dies sind zum Einen wichtige Fragen, die sofern es nicht zu zweit geht, jede/r für sich allein zu bewältigen hat. Zum Anderen dient ihre Beantwortung der guten Vorbereitung für eine neue Partnerschaft. Niemand will in der neuen Partnerschaft erneut scheitern. Gerade deswegen sind diese Fragen zur Aufarbeitung immens wichtig. Bevor ich in der Paarbeziehung etwas Neues aufbauen kann, muss ich „mein inneres Haus aufräumen“, damit Platz für eine neue Beziehung entsteht.

Eltern sind Vorbilder, auch in der Trennung und nach der Scheidung

Je besser der Abschied aus der Paarbeziehung gelingt und je fairer sich die Partner auch wirtschaftlich trennen, desto einfacher ist es, als Eltern gut zu kooperieren. Eltern sind Vorbilder für ihre Kinder. Diese lernen auch von den Eltern, dass Beziehungen zwar scheitern können und dies schmerzvoll ist. Als Kinder getrennter Eltern können sie jedoch gleichzeitig miterleben, dass man auseinander geht und dennoch fair und konstruktiv miteinander umgeht.

Was Kindern hilft um Ängste und Unsicherheit in Beziehungen zu bewältigen

Eltern vermitteln den Kindern Sicherheit, wenn sie darauf achten

- klare Informationen anzubieten und Kontakte zum getrennt lebenden Elternteil zu ermöglichen
- dem Anderen oder einem Dritten keine Schuld an der Trennung zuschreiben
- dass ihre Kinder beide Eltern lieb haben dürfen und von beiden geliebt werden.

Dadurch werden die Wurzeln der Kinder gestärkt. Die Frage „wohin gehöre ich jetzt?“ ist damit klar zu beantworten: zu beiden getrennt lebenden Eltern.

Es tut den betroffenen Kindern gut, wenn sie erfahren, dass Mutter und Vater den Kontakt zum anderen Elternteil unterstützen und wohlwollend begleiten. Sie lieben und brauchen beide Eltern. So kann die neue Familienform eine Chance für alle Beteiligten werden.

2. Leben in der Patchwork- oder Zweitfamilie

Komplexes Beziehungsgeflecht

Wenn zwei Partner mit Kindern nach einer Trennung eine neue Partnerschaft eingehen, entsteht ein komplexes Beziehungsgeflecht aus Verwandten (neue Großelternpaare, Tanten und Onkel können hinzukommen), sowie neuem und altem Freundes- und Bekanntenkreis.

Der Mehrgenerationenaspekt

Das soziale und familiäre Netzwerk erweitert sich. Nicht nur die Erwachsenen erhalten „neue“ Schwiegereltern oder Stiefkinder. Auch die Kinder bekommen „neue“ Großeltern und andere Verwandte. Positiv formuliert: von allen können wir etwas lernen, denn jeder dieser neuen Familienmitglieder hat andere Fähigkeiten, die uns bereichern können. Im Interesse der Kinder und Jugendlichen sollte diesen Chancen deswegen viel Raum gegeben werden.

In der Patchwork- oder Zweitfamilie wirken mehr Personen auf die Dynamik ein als üblicherweise auf eine Erstfamilie. Dies kann zum Einen die neue Familie unterstützen, zum Andern ist es jedoch auch anstrengend, wenn noch mehr Personen mitreden wollen. Sie üben Einfluss auf die Familie aus, was zu Verwirrung und Rollenunklarheit der beteiligten Familienmitglieder führen kann. Weitere Einflüsse, die z.B. durch einen Wohnortswechsel beim Eingehen neuer Partnerschaften bedingt sind, kommen hinzu.

Aus der kurzen Geschichte als Paar eine gemeinsame Zukunft entwickeln

Schon zu Beginn der neuen Partnerschaft in der Patchworkfamilie sind familiäre Aufgaben zu übernehmen, ohne vorher eine langjährige gemeinsame Paargeschichte zu haben. So gibt es häufig Reibungsverluste durch Auseinandersetzungen darüber, wie diese Zukunft auszusehen hat. Jede/r Partner/in hat in dem bisherigen Leben schon einmal Familien- oder Partnerschaftsregeln erarbeitet, die sich mehr oder weniger bewährt haben. Mann oder Frau gehen nun oft unbewusst davon aus, dass es in der neuen Partnerschaft ähnlich zugehen wird. Dies ist ein häufig anzutreffender Trugschluss.

Einerseits besteht sehr häufig der Wunsch, sich gegenüber der früheren Partnerschaft bewusst abzugrenzen. Andererseits wird in einer Phase der Verliebtheit etwas Trennendes häufig nicht so genau wahrgenommen.



Im Alltag angekommen, kann sich dadurch einiges Konfliktpotential entwickeln. Es lohnt sich also auch über vermeintlich „Alltägliches“ ausführlich zu sprechen und zu verhandeln. Um eine gemeinsame Zukunft zu entwickeln, ist es wichtig die Vergangenheit des neuen Partners gut kennen zu lernen. Das neue Paar muss Regeln für das neue Zusammenleben finden und sich auf ein gemeinsames Erziehungskonzept einigen.

Sich Zeit lassen und in Geduld üben

Hilfreich ist es, sich Zeit zu nehmen und geduldig, von der eigenen inneren Haltung her, nicht zu hohe Erwartungen an ein schnelles Gelingen des neuen Zusammenlebens zu richten. Vielmehr ist es ganz „normal“, dass sich Konflikte einstellen, da häufig noch bei beiden Partnern Verletzungen, Trauergefühle oder Eifersucht in Bezug auf die früheren Partnerbeziehungen bestehen.

Seine alte Rolle als leiblicher Elternteil bewahren und seine neue Rolle als Stiefvater oder -mutter finden

Es vergeht einige Zeit, manche psychologische Studien sprechen von bis zu sieben Jahren, bis alle Mitglieder des neuen Familiensystems in ihre neuen Rollen hineingefunden haben. Für Mütter und Väter ist es wichtig, ihren Kindern aus der früheren Beziehung nahe zu bleiben. Gleichzeitig erfordert der Aufbau einer neuen Partnerschaft viel Energie. Der Wunsch, viel Nähe zum neuen Partner bzw. zur Partnerin zu entwickeln und Zeit mit ihm/ihr zu verbringen ist sehr verständlich. Außerdem werden die Kon-

takte zur leiblichen Mutter oder zum leiblichen Vater der Kinder gepflegt werden müssen.

Kommen in der neuen Partnerschaft weitere Kinder hinzu, seien es eigene oder auch Kinder, die neue Partner mitbringen, ist die Aufmerksamkeit der Mütter nach allen Seiten ein anspruchsvoller Balanceakt. Für Väter ergeben sich ähnliche Herausforderungen. Wenn sie nicht mehr alltäglich mit ihren Kindern leben, werden ihnen die veränderten Möglichkeiten des Umgangs häufig umso wichtiger.

Chancen wahrnehmen

Die veränderte Situation in der Stief- oder Zweitfamilie bietet Chancen, neue Regeln oder neue Unternehmungen zu entwickeln, die vielleicht in der früheren Familie blockiert waren. Väter und Mütter erhalten so wieder die Möglichkeit in der zweiten Familie ihre Rolle neu auszufüllen. Wenn aus der neuen Partnerschaft gemeinsame Kinder hervorgehen, sehen z.B. Männer ihre Vaterschaft nun mit anderen Augen. Manchmal verändert sich dadurch ihre Werteordnung und die berufliche Karriere oder das Engagement für Hobbies wird weniger wichtig.

Neue Partner ohne Kinder

Für Partner, die eine Lebensgemeinschaft mit einer bereits bestehenden Familie eingehen, verändert sich sehr viel. Ein Leben als Erwachsener mit Verantwortung für den Beruf und für sich selbst, wird durch die Mitverantwortung für die Kinder des /der Partners/in bereichert. Nicht immer wird dies so empfunden, da nicht alle Kinder eine solche Veränderung begrüßen und sich Konflikte ergeben. Aber die/den neue/n Partner/in gibt es nun einmal nicht ohne ihre/seine Kinder.

Genauso ist es für Menschen ohne Erfahrungen mit Kindern gar nicht leicht, sich in eine bestehende Familie einzufügen. Erstmalig kommen ihre eigenen intuitiven Erziehungsvorstellungen auf den Prüfstand, manches hätten sie vielleicht ganz anders gemacht. So entstehen Meinungsverschiedenheiten bis hin zu Gefühlen von Ausgeschlossenheit, wenn die bisherige Familie bewährte Regeln des Zusammenlebens ungern aufgeben möchte.

Für die beiden Partner ist es wichtig miteinander genau zu besprechen, welche Erwartungen aneinander vorhanden sind. Die leiblichen Eltern behalten den Vortritt in Erziehungsfragen, da sie hauptsächlich verantwortlich bleiben. Vielen neuen Partnern ohne eigene Kinder fällt genau dies schwer. Sie meinen es gut und wollen sich gerne einbringen. Das verleitet dazu, dass sie des Guten zuviel zu tun, was zu Konflikten mit den Kindern oder dem andern Elternteil führen kann.

Was also ist zu tun?

Aus der obigen Darstellung ergibt sich, wie wichtig eine ausführliche und genaue Kommunikation in der neuen Zweitfamilie ist. Manchen hilft das Planen fester Zeiten von Zweisamkeit, in denen über das Erlebte gesprochen werden kann. Missverständnissen wird so vorgebeugt und Konflikte können nochmals in Ruhe durchgegangen werden. Oft hilft auch, sich einzugestehen, dass es sich um eine familiäre Situation handelt, die besonders ist und viel Kraft und guten Willen von den einzelnen Familienmitgliedern erfordert.

Ab und zu eine Pause vom Familienleben einzulegen, Oma/Opa oder wohlmeinende Freunde um Vertretung in der Familie zu bitten, schenkt neue Energie und fördert kreative Lösungen für die Familie. Auch ein Austausch mit anderen Familien in ähnlichen Lebenssituationen kann sehr entlastend sein. Andere haben ähnliche Erfahrungen gemacht und vielleicht schon gute Lösungen gefunden. Viele Städte bieten deshalb in ihren Beratungsstellen oder in den Stellen der Familienbildung passende Gruppenangebote für Patchworkfamilien an.

Lösung praktischer Fragen

Es stellen sich jedoch auch ganz praktische Fragen bei der Organisation einer Zweitfamilie. Häufig gibt es einen erhöhten Raumbedarf. Die unterschiedlichen Bedürfnisse der „neuen“ Familie wollen berücksichtigt werden. Jugendliche haben andere Bedürfnisse und Interessen als kleine Kinder. Wohnungsumzüge sollten unter diesem Aspekt, „was genau braucht unsere Familie“, betrachtet werden. Wenn möglich, ziehen sie in eine neue Wohnung, dann muss sich niemand als Eindringling fühlen. Eine flexible Kompromissbereitschaft ist hier von allen Familienmitgliedern verlangt. Das setzt wiederum voraus, ein gutes Maß an kommunikativen Fähigkeiten einzubringen.

Vieles von dem vorab Genannten dürfte Ihnen aus eigener Erfahrung bekannt sein. Vielleicht haben Sie einige der erwähnten Entwicklungsprozesse schon hinter sich.

Ob die neue Familie Bestand hat, liegt häufig an der Akzeptanz der Kinder gegenüber neuen Partnern ihrer Eltern. Hier empfiehlt es sich, immer wieder seitens des leiblichen Elternteils mit den betroffenen Kindern auch allein etwas zu unternehmen und dabei in vertrauter Gesprächsatmosphäre über Vorbehalte und Ängste zu sprechen.

Sinnvoll ist es, wenn der leibliche Elternteil, der jetzt mit den Kindern in einer neuen familiären Konstellation lebt, die Bedenken der Kinder ernst nimmt. Er kann dann auch klären, dass jetzt, da alle zusammen unter einem Dach leben, jede/r über ihre/seine Wünsche und Grenzen reden darf.

Es ist wichtig zu betonen, was von allen Beteiligten bereits geleistet wurde, z.B. dass der „Umzug“ in die Zweitfamilie geschafft ist. Die Anerkennung dessen, was erreicht wurde, tut allen gut.

Gerade wegen der geschilderten Komplexität der neu entstandenen Situation, ist es nötig, neben dem Eingehen auf die Kinder, auf eine gute „Paar-Versorgung“ zu achten. Elternschaft verlangt von Eltern viel Energie: es kostet jedoch noch mehr Kraft, wenn Sie in verschiedenen Eltern-Rollen sind.

Als schon erfahrene Eltern bringen Sie natürlich viele Ressourcen mit. Da die neue Situation erhöhte Anforderungen an Ihre Fähigkeiten und Energiereserven stellt, ist es sinnvoll, sich ein gutes Netzwerk an Unterstützung zu sichern und gemeinsame Zeit als Paar einzuplanen. Hierbei kann der erweiterte Personenkreis, mit dem die Zweitfamilie vermutlich zu tun hat, nützlich sein um Betreuungsaufgaben zu übernehmen oder sonstige praktische Hilfe zu leisten.

3. Aus der Perspektive der Kinder

Die Perspektive der Kinder in einer Patchworkfamilie ist in der Regel eine völlig andere, als die der Eltern. Was für Elternteil und PartnerIn ein freudiger, hoffnungsvoller Neubeginn ist, bietet den Kindern oder Jugendlichen zunächst oft wenig Anlass zum Jubeln. Sie sind durch die Neuorganisation der Familie mit neuen Lebenspartnern der Eltern viel mehr mit Loyalitätskonflikten, Verlustängsten und anderen Stressfaktoren (wie z. B. Umzug oder Schulwechsel) belastet, als sich ihre Eltern dies gemeinhin vorstellen können oder wollen. Der Neuanfang in einer Patchwork-Familie bedeutet das Ende des vorangegangenen, alten Familienlebens. Die Auseinandersetzung damit hat, je nach Alter der Kinder, vielfältige Reaktionsweisen zur Folge. Hier sind Kinder sehr kreativ.

Die Reaktion der Kinder und ihre Folgen

Eines sollte man sich immer wieder klar machen, wenn es zu Differenzen kommt: **„Ihre Kinder hatten keine Wahl“!**

Sowohl die Tatsache der Trennung der Eltern, als auch die Wahl eines neuen Partners von Mutter oder Vater müssen Kinder hinnehmen, ohne Einfluss darauf gehabt zu haben. Diese Machtlosigkeit kann sehr wütend machen. Für Kinder ist der/die „Neue“ in erster Linie zunächst ein Eindringling. Die extremste Form der Ablehnung gipfelt in der Aussage:

„Wenn der oder die einzieht, ziehe ich aus“. Dies trifft besonders auf Jugendliche zu. Große Abwehr oder Ablehnung entsteht vor allen Dingen dann, wenn neue Partner, manchmal mit „Unterstützung“ des leiblichen Elternteils, versuchen, den anderen Elternteil zu ersetzen, zu verbessern oder gar herabzusetzen.

Als Vater- oder Mutterersatz sind neue Partner in der Regel erst einmal unerwünscht, da diese Position immer schon besetzt ist.



Verlustängste

Verlustängste kommen in allen Altersgruppen vor. Sie sind häufig auch Grund für eine Ablehnung der neuen Partnerin oder des neuen Partners. Der „Neue“ ist ein Eindringling in die eingespielte Beziehung zwischen Elternteil und Kindern und gefährdet diese aus deren Sicht. „Du liebst mich nicht mehr, immer geht der/die vor“ sind Äußerungen, die besonders im Kleinkind- und Schulalter Ausdruck finden. Das Kind fühlt sich, besonders anfangs, als Außenseiter in einer glücklichen Paarbeziehung. Bei jüngeren Kindern führen diese Verlustängste zu verstärkten Anklammertendenzen an den leiblichen Elternteil. Oft würden sie dann gerne den Kontakt des Paares im Alltag durch sich Dazwischendrängen verhindern.

Kleinere Kinder fürchten eher den Verlust beider leiblichen Elternteile. Der mit ihnen lebende Elternteil wird vom neuen Partner absorbiert und „abgezogen“. In ihrer Wahrnehmung verliert der leibliche Vater oder die Mutter, die außerhalb der Familie lebt, an Einfluss und Bedeutung in ihrer

Wahrnehmung. Größere Kinder artikulieren sich teilweise eindeutig ablehnend oder zeigen ihren Schmerz und ihre Verwirrung in vielfältiger Weise. Das kann von eindeutiger verbaler Ablehnung bis zu Ignoranz, von Trotz und Widerstand bis zur totalen Verweigerung gehen. Auch heftige psychosomatische Reaktionen oder Schulprobleme können zunächst die Folge von solchen Verlustängsten sein.

Loyalitätskonflikte

Solche Konflikte treten generell auf, da die neue Partnerin bzw. der neue Stiefelternteil seinen Status und seine Rolle noch finden muss. Weder Eltern noch Kinder haben gesicherte Erfahrungswerte in diesem neuen Beziehungsgefüge, auf die sie sich stützen können. Die Kinder stehen zwischen den leiblichen Eltern, die sich getrennt haben und der noch unbekannteren, neuen Partnerschaft.

„Hat mich Papa / Mama noch lieb, wenn ich den/die neue Partner/-in auch gut finde?“

„Hab ich jetzt eine(n) neue(n) Papa/ Mama?“

„Treffe ich meine(n) richtige(n) Mama/ Papa jetzt auch noch?“

Im glücklichsten Fall werden solche Äußerungen ausgesprochen, aber häufig sind sie nur gedacht oder werden entsprechend im Verhalten gezeigt. Es ist nicht zu erwarten, dass Kinder den Stiefelternteil genauso lieben, wie den leiblichen Elternteil. Manchmal wollen jüngere Kinder den Stiefelternteil gerne „Papa“ oder „Mama“ nennen. Für andere, meist ältere Kinder, wäre es eine Zumutung, es tun zu müssen. Sinnvoll wäre zur Klärung der Rollen einen anderen Namen für den Stiefelternteil zu finden, der die Besonderheit der Position und Beziehung, die er/sie für das Kind hat, ausdrückt.

In jedem Fall hilfreich sind hier ausführliche, offene Gespräche, die die Ängste und Befürchtungen der Kinder klären helfen können.

Auseinandersetzung über Erziehungskompetenzen

Wenn die neuen Partner am Erziehungsalltag teilnehmen, gehen besonders Jugendliche häufiger in Auseinandersetzungen darüber, wer welche Erziehungskompetenzen hat.

Da ist schon öfter zu hören: „Du hast mir gar nichts zu sagen, du bist nicht mein Vater (bzw. nicht meine Mutter)!“ Das erfordert zwingend eine Klärstellung von Elternseite. Der leibliche Elternteil sollte dem Kind deutlich sagen, dass bestimmte Erziehungsaufgaben direkt an den Stiefelternteil übertragen werden können. Dennoch bleibt die Erziehungskompetenz im Sinne des Sorgerechts in jedem Fall beim leiblichen Elternteil. Im Erziehungsalltag können jedoch spezielle Einzelaufgaben an einen Stiefeltern- teil delegiert werden.

Wut- und Trauerreaktionen

Die Einführung eines neuen Partners bzw. einer neuen Partnerin kann zu einer erneuten Wut- und Trauerreaktion über die eigentliche Elterntrennung führen. Der/die „Neue“ zementiert die Trennung der leiblichen Eltern auf Dauer und schreibt sie fest. Eine von den Kindern schlecht bewältigte Trennung der Eltern kann zu extremer Ablehnung von neuen Partnern führen. Schwierig ist es, wenn die elterliche Trennung auf Seiten des Kindes verleugnet wird, verbunden mit Hoffnungen auf einen Neubeginn der Elternbeziehung. Daraus können sich z.B. auch erhebliche psychosomatische Reaktionen entwickeln.

Beachtenswertes für das Gelingen

Irrtümer vermeiden

Eine positive Entwicklung beim Zusammenwachsen einer Patchwork-Familie wird wahrscheinlicher, wenn die häufigsten Irrtümer vermieden werden. Zu diesen zählen u. a. viel zu hohe Erwartungen an die neue Familie aufgrund von Normalitätsdruck („Wir sind nun wieder eine vollständige Familie, dann muss auch alles gut laufen“). Wenn alles harmonisch verlaufen muss, Konflikte nicht geäußert werden dürfen und Schwierigkeiten verleugnet werden müssen, kann dies zu heftigen Auseinandersetzungen und Schuldzuweisungen an den Partner seitens des Anderen führen, die oft über die „ungebärdigten Kinder“ ausgetragen werden.

Stattdessen ist es sinnvoller, sich über Träume, Wünsche, Realitäten auszutauschen und Erwartungen an den jeweils neuen Partner zu klären. Der/die Neue kann ein guter Alltagsersatz als sozialer Vater/Mutter sein und eine freundschaftliche Beziehung zu den Kindern entwickeln. Voraussetzung dafür ist jedoch, dass der getrennt lebende, leibliche Elternteil seine Bedeutung und seinen Einfluss im Sinne des Sorge- und Umgangsrechts behält. Denn auch ein leiblicher Elternteil kann sich plötzlich in der Sicherheit seiner Position den Kindern gegenüber bedroht fühlen.

Verhaltensregeln für die Neuen

Kinder wehren sich besonders gegen das Leugnen der Vergangenheit. Wenn die bisherige Familiengeschichte akzeptiert wird, ist ein neuer Elternteil durchaus willkommen.

Für den/die „Neue(n)“ ist es wichtig, zu wissen, dass es sehr ungünstig wäre, die Erziehungsmaßnahmen des leiblichen Elternteils abzuwerten. Man sollte darauf achten, sich auch nicht als „Verwöhnstiefvater oder –mutter“ zwischen das Kind und den leiblichen Elternteil zu stellen. Der neue Elternteil muss seine Rolle finden, indem er die gewachsene Bezie-

hung des Kindes oder Jugendlichen zum leiblichen Elternteil akzeptiert und unterstützt.

Eine positive Kontaktaufnahme des/r Neuen bedeutet, dass er/sie mit Geduld und Umsicht versucht zunächst eine freundschaftliche Beziehung zum Kind aufzubauen. Zum Beispiel indem man Angebote macht, die das Kind altersgemäß interessieren können. Der/die Neue muss immer mit einem „Nein“ rechnen und sollte möglichst nicht mit Kränkung, Rückzug, Enttäuschung oder sogar Eifersucht reagieren. Das belastet die neue Paarbeziehung enorm, was die Kinder wiederum sehr verunsichert oder in eine ungesunde Machtposition bringt („Ich werde euch schon noch auseinander bringen“).

Privatsphäre achten

Da von Anfang an ein Ungleichgewicht in den Rollen besteht, ist es besonders wichtig, die Privatsphäre und Intimitätsgrenzen noch deutlicher als in der gewachsenen Kernfamilie zu beachten. Dies gilt insbesondere bei den altersbedingt empfindlich reagierenden Jugendlichen. Das betrifft alle Bereiche des Zusammenlebens, also auch den Bereich Sexualität. Als Paar ist es wichtig, Unsicherheiten oder Empfindlichkeiten im sexuellen Bereich nicht zu tabuisieren, sondern sich über die Beobachtungen auszutauschen.

Jeder in der Familie kann profitieren

Mit der Zeit können auch die Kinder die neue Familie als positives Lernfeld erfahren. Sie bietet eine viel größere Beziehungsvielfalt und zusätzliche Vorbilder. Weiterhin wird die Paarbeziehung der Erwachsenen wieder als positiv erfahrbar und damit zu einem guten Vorbild gelungener Konfliktlösungen in einer harmonischeren Paarbeziehung. Da auch neue Familienregeln aufgestellt und entwickelt werden müssen, erfordert dies mehr Flexibilität und bringt einen Zugewinn an sozialer Kompetenz. Für Kinder sind die neuen, komplexeren Verwandtschaftssysteme nicht zwingend unübersichtlich. Ihnen ist besonders die soziale Zuverlässigkeit wichtig.

Für einen positiven Verlauf in der Patchwork-Familie sind eine gute Kommunikation und die Bereitschaft aufeinander zuzugehen wichtig. Es ist eine weitaus größere Toleranz nötig als bisher, um die verschiedenen Erfahrungen im Umgang mit Familie, im Aufbau neuer Bindungen und dem Umgang mit der Rollenfindung zu integrieren.

Die neue Lebenssituation als eigenständige Familienform zu verstehen, statt das „Altbekannte“ wieder herstellen zu wollen, schafft eine bessere Ausgangslage für gute Entwicklungen. Die Situation der Teilfamilie mit einem Elternteil kann sich nicht nur auf der Paarebene durch ein hinzu-

kommendes Familienmitglied verbessern, sondern sich auch auf anderen Ebenen günstig auswirken, z.B. durch mehr ideelle Unterstützung oder finanzielle Entlastung. Solche Verbesserungen der familiären Situation bleiben Kindern nicht verborgen und wirken auf ihr Verhalten befriedend zurück.

Was Kinder brauchen

Kinder brauchen in dieser Situation sehr viel Verständnis und zugewandte Begleitung. Das bedeutet, dass ihre Sorgen, Ängste und auch aggressiven Reaktionen ernst genommen und kindgerecht beantwortet werden sollten.

Ein weiterhin verlässlicher Kontakt zum außerhalb lebenden leiblichen Elternteil versichert den Kindern, dass sie diesen nicht verlieren, auch wenn z.B. die Mutter einen neuen Partner mitbringt. Eine gute Beziehung zwischen leiblichem Elternteil und neuem Partner wäre wünschenswert. Denn sonst könnte z.B. ein „Verwöhnvater“ die Erziehungsanstrengungen des Neuen erschweren und damit das ohnehin gegebene Konfliktpotential erhöhen.

Eltern tun gut daran, die Anforderungen, die eine Zweitfamilie an alle Beteiligten stellt, nicht zu unterschätzen. Die Bedürfnisse, die für Kinder erfüllt werden sollten, damit sie zufrieden sein können, sind eigentlich die gleichen wie für Erwachsene. Jeder braucht Zuwendung, Aufmerksamkeit, Austausch, eigenen Handlungsspielraum, Aufgaben und Respekt und vor allen Dingen soziale Zuverlässigkeit. Mit Vertrauen, Ehrlichkeit und Offenheit können auch schwierige Situationen gemeistert werden.

Wer eine Familie heiratet, muss mehr Einsatz zeigen. Hier ist also Teamgeist gefragt, denn nichts ist mehr selbstverständlich. Sie betreten familiäres Neuland. Das Fehlen klarer Vorbilder und Vorschriften, kann jedoch frei machen für eigene Ideen und Formen des Zusammenlebens. Es erfordert Flexibilität, Geduld, Kreativität und nicht zuletzt immer wieder Mut.

4. Die aktuelle Paarbeziehung pflegen

„Eine Paarbeziehung wird von selber schlechter“, wenn sie nicht gepflegt wird. Das behaupten jedenfalls bedeutende Paartherapeuten wie Hans Jellouschek oder John Gottman. Eine Paarbeziehung können wir uns wie eine Pflanze vorstellen, die regelmäßig Nahrung und Wasser braucht um zu wachsen, zu gedeihen und stark zu werden.



Die folgenden Punkte geben Ihnen Orientierung, worauf Sie achten können, wenn Sie Ihre Paarbeziehung gut nähren und pflegen wollen.

Anerkennung, Zärtlichkeit und Zuneigung zeigen

Die Paarbeziehung wird genährt, indem wir aufmerksam sind für die guten Eigenschaften des andern (was uns bekanntlich nicht schwerfällt, so lange wir verliebt sind). Im Beziehungsalltag ist es wichtig, dem Partner immer wieder zu sagen und zu zeigen, was uns an ihm gefällt. Das Schöne und Stärkende in der alltäglichen Beziehung kommt durch die wechselseitige Ermutigung der liebenswerten Seiten des anderen in den Vordergrund und stärkt die Verbundenheit zum Partner. Zärtliche Gesten und Sinn für Humor sorgen im stressigen Alltag für Entspannung. Natürlich lassen sich Kritik und Streit in einer Beziehung nicht vermeiden. Das schadet auch nicht, wenn das Paar darauf achtet, dass die positiven Impulse im Zusammenleben deutlich überwiegen. Als Faustregel gilt: Anerkennung und Lob sollten im Verhältnis von 4:1 zur Kritik stehen. Im Alltag sollten wir für jede kritische Rückmeldung mindestens vier Mal die guten Seiten oder das Liebenswerte an ihm bzw. an ihr betonen.

Paare brauchen Inseln des Zusammenseins

Um Inseln zu schaffen ist es wichtig der Partnerschaft Vorrang zu geben gegenüber der Arbeit, anderen Verpflichtungen und manchmal selbst gegenüber den Kindern. Damit das gelingt, darf bei Großeltern, Freunden und Bekannten Hilfe geholt werden oder auch mal die Unterstützung einer Putzhilfe eingekauft werden. Die Eltern brauchen immer wieder einen geschützten Raum um miteinander das Paarleben und ihre Sexualität zu genießen.

Sich um sich selber kümmern

Um auf den Partner gut eingehen zu können, brauche ich einen guten Kontakt zu mir selbst. Ich muss meine Bedürfnisse selber spüren können und selbst dafür sorgen, dass es mir gut geht. Ein liebevoller Umgang mit meinem Gegenüber setzt diese gesunde Selbstfürsorge voraus. Denn Fürsorge und Achtsamkeit mit mir selbst, kann ich vom andern nicht erwarten. Wer für das eigene Wohlbefinden die Verantwortung übernimmt, ist freier und unabhängiger. Es werden Kräfte frei, dem andern achtsam zu begegnen.

Die Persönlichkeit des andern achten und einander gut kennen lernen

„Meine Liebe ist nicht deine Liebe“ heißt ein Buchtitel von Rosmarie Welter-Enderlin. Sie bringt darin zum Ausdruck wie verschieden wir sind, auch in der Art wie wir lieben, weil sich jeder Mensch einzigartig entwickelt. Jede/r denkt und empfindet anders. Deshalb ist es wichtig dem Partner von sich zu erzählen, Geschichten aus seiner Kindheit und Jugend und von seinem persönlichen Erleben gestern und heute. Wir interessieren uns wechselseitig für einander und sind neugierig wie der/die andere die Welt erlebt, wie er/sie denkt und empfindet. Wir lernen die Eltern, Geschwister und Freunde des andern kennen, die jeweils andere Seiten unseres Partners erleben und schätzen als man selbst.

Fairness und Balance in der Partnerschaft herstellen

Es gehört zu den zentralen Spielregeln eines Paares immer wieder dafür zu sorgen, dass beide auf ihre Kosten kommen und sich ebenbürtig fühlen können. Um diese Balance in der Partnerschaft zu erhalten, sollten wir uns ab und zu fragen:

Gibt es ein Gleichgewicht von Geben und Nehmen?

Haben beide ausreichend Freiraum für das eigene Ich?

Sind die Interessen von beiden in der Beziehung ausgewogen?

Will immer einer von beiden seinen Kopf durchsetzen?

Wie beheben wir eine Unausgeglichenheit?

Wenn Einseitigkeiten entstehen, müssen diese zeitlich begrenzt und ausgeglichen werden. Es ist die Aufgabe beider Partner immer wieder eine Balance herzustellen. Wenn beide das Gefühl haben, ich gebe viel für unsere Partnerschaft, aber ich bekomme auch viel vom andern, leben sie in einer ebenbürtigen, fairen Beziehung.

Beziehungskrisen als Chance wahrnehmen

In jeder Beziehung tauchen Krisen auf. Manche sind vorhersehbar z.B. die Ablösung der Kinder: Andere kommen als nicht vorhersehbare Lebenskrisen auf uns zu, z.B. eine plötzliche Krankheit oder Arbeitslosigkeit.

Bei jeder Krise kann ich mich fragen:

Zu welcher Entwicklung fordert mich als Einzelnen oder uns als Paar diese Krise heraus?

Welche Entwicklung wird notwendig, die wir bisher vermieden haben?

Wenn wir unsere (Paar-)Krisen als eine Herausforderung für unsere Entwicklung akzeptieren, tun wir uns leichter sie zu bewältigen. Die Krisen gemeinsam zu meistern, stärkt das Gefühl von Vertrauen und Gemeinsamkeit.

Lernen einander zu verzeihen

In einer Beziehung ist es praktisch unvermeidlich sich manchmal zu verletzen. Dabei geschehen die meisten Verletzungen nicht voll bewusst oder mit Absicht. Das Gefühl „sich verletzt zu fühlen“ sollten wir jedoch nicht aus lauter Rücksicht verschweigen, sondern dem andern offen mitteilen. Diese Verletzung anzuerkennen auch dann, wenn sie ganz unbeabsichtigt geschah, ist das Erste. Das Nächste ist es, die Größe aufzubringen zu sagen, dass es mir leid tut und ich um Entschuldigung bitte. Der Versöhnungskreis schließt sich, wenn der/die Andere diese Entschuldigung annimmt. Eine Geste der Versöhnung ist es auch zu fragen oder zu überlegen, ob es eine Möglichkeit gibt, dies wieder gut zu machen oder auszugleichen.

Sich mit seiner Vergangenheit auseinandersetzen und aussöhnen

Oft tragen wir noch unbewältigte Konflikte aus der Vergangenheit in uns, die sich häufig auf die Herkunftsfamilie beziehen. Um über alle seelischen Kräfte in der Partnerschaft zu verfügen, ist es wichtig sich diesen unbewältigten Konflikten zu stellen. Eine Frau, die beispielsweise ihre Mutter nicht akzeptieren kann, begrenzt sich selbst in ihren weiblichen Möglichkeiten und wird ihrem Partner auf Dauer nicht gerecht. Ein Mann, der z.B. seinen Vater innerlich ablehnt, wird sich als Mann teilweise selbst ablehnen und wird seiner Partnerin nicht gerecht. Auch unbewältigte Konflikte mit den eigenen Geschwistern oder anderen wichtigen Familienangehörigen wirken störend in die Paarbeziehung hinein.

In der Zweitfamilie können auch unbewältigte Konflikte mit dem früheren Partner bzw. der früheren Partnerin die aktuelle Paarbeziehung und das Familienleben überschatten. Hilfreiche Rückmeldungen des heutigen Partners erleichtern es, die eigenen blinden Flecken zu sehen und konstruktive Wege aus einem festgefahrenen Konflikt zu finden.

Wie ein gutes Team die (Lebens-) Probleme gemeinsam bewältigen

Wie in einem guten Team, sollte das Problem des einen dem andern nicht gleichgültig sein. Deshalb müssen wir uns fragen:

Trage ich selbst auch zum Problem meines Partners bei?

Was könnte ich von meiner Seite zu einer Problemlösung beitragen?

Auch wenn wir feststellen, dass wir zu dem Problem unsererseits nichts beitragen, stellt sich noch die Frage, in wiefern wir dennoch davon betroffen sind und zur Lösung etwas beitragen können.

Schwierigkeiten, die gemeinsam überwunden werden, stärken die Partnerschaft und schaffen gemeinsame Erfolgserlebnisse. Daraus kann eine tiefe Verbundenheit wachsen und der Wunsch, dem andern bei Bedarf wieder hilfreich zu sein.

Gemeinsame Lebensperspektiven entwickeln

Es gibt unserem Leben Sinn und Perspektive, wenn wir als Paar gemeinsam Bilder einer erwünschten Zukunft träumen und daran gehen, diese konkret zu gestalten.

Das Paar braucht etwas Drittes, auf das es blicken und wofür es gemeinsam etwas tun will. Das sind häufig die Kinder oder die Heranwachsenden. Das kann jedoch auch etwas anderes sein, das beide erfüllt, z.B. ein gemeinsames Hobby, ein gesellschaftliches Engagement oder ein gemeinsames Vorhaben. Paare, die ihre Kräfte bündeln und auf gemeinsame Ziele hinarbeiten, haben häufiger Erfolgserlebnisse und die Erfahrung gemeinsam etwas Sinnvolles geleistet zu haben. Das stärkt das Selbstvertrauen und stabilisiert die Paarbeziehung.

Hilfreiche Erfahrungen aus den Seminaren mit Paaren, die in Patchwork- oder Zweitfamilien leben

Unsere Erfahrungen in der Leitung von Paarseminaren „Zweitfamilie – wir wagen es: Deine, meine, unsere Kinder – wie kann das gelingen?“ können wir wie folgt zusammenfassen:

Wenn es den getrennt lebenden Eltern gelingt einen guten Abschied zu finden aus der gescheiterten Paarbeziehung und sie mit Geduld eine kooperative Beziehung auf der Elternebene (wieder-)aufbauen, kann es gut weitergehen in der Teilfamilie oder Zweitfamilie. Für die Entwicklung der Kinder sind der Umgang und eine gute Beziehung zu beiden leiblichen Eltern sehr wichtig. Aus den Erfahrungen der vorangegangenen Paarbeziehung können wir lernen und es für die neue Beziehung nutzen.

Jede Familie hat eine andere Geschichte. Dennoch ähneln sich viele Schwierigkeiten nach einer Trennung und beim Zusammenwachsen einer Zweitfamilie. Die Lösung, die ein Paar nach großen Anfangsproblemen für sich entdeckt hat, ermutigt ein anderes Paar nicht aufzugeben und selbst eigene Lösungen zu finden.

Die Elternpaare haben sich in den Seminaren gegenseitig unterstützt und von einander gelernt. Darüber hinaus war es für viele Paare wichtig den Kontakt untereinander zu halten, um sich weiterhin über wesentliche Erfahrungen austauschen zu können.

Literaturverzeichnis und Hinweise zum Weiterlesen:

Becker, Natascha: Leben in der Patchworkfamilie: So gelingt der Familienmix. Egmont, 2001.

Bliersbach, Gerhard: Leben in Patchworkfamilien. Halbschwestern, Stiefväter und wer sonst noch dazu gehört. Psychosozial Verlag, 2010.

Brauns-Hermann, Christa u.a. (Hrsg.): Verlorene Liebe – gemeinsame Kinder. Elterliche Sorge nach der Trennung. Rowohlt, Reinbeck, 1994.

Combe, Sonja: Deine, meine, unsere Kinder. Als neue Familie zusammenwachsen. Herder, Freiburg i.Br., 1998.

Dietrich, Barbara: Eltern im Doppelpack: Die Patchworkfamilie. Ein Trostbuch für Kinder, Smaragd Verlag 2005.

Gottman, John M./ Silver, Nan: Die sieben Geheimnisse der glücklichen Ehe. Ullstein, München, 2008.

Jellouschek, Hans: Wie Partnerschaft gelingt – Spielregeln der Liebe. Herder Spektrum, Freiburg i.Br., 2001.

Keyerlingk, Linde von: Neue Wurzeln für kleine Menschen. Von Trennungen und Neuanfängen. Geschichten für die Kinderseele. Herder, Freiburg i.Br., 1998.

Kiel-Hinrichsen, Monika: Die Patchworkfamilie: Vom Beziehungschaos zur intakten Lebensgemeinschaft, Urachhaus, 2003.

Unverzagt, Gerlinde; Patchwork - Familienform mit Zukunft. Deutscher Taschenbuch Verlag München, 2002.

Urbach, Adrian: Liebe mit Anhang. Ariston Verlag, 2002.

Welter-Enderlin, Rosemarie: Deine Liebe ist nicht meine Liebe. Partnerprobleme und Lösungsmodelle aus systemischer Sicht. Herder, Freiburg i.Br., 1997.