

# Einleitung und Aufbau des Buches

## Einleitung

Die Eltern von Johanna (8 J.) leben seit über eineinhalb Jahren getrennt. Die Spannungen zwischen ihnen haben sich nach der Trennung mehr und mehr zugespitzt, und eine konstruktive Kommunikation ist kaum möglich. Aus diesem Grund initiiert die Mutter eine Trennungsberatung in unserer Beratungsstelle. Nach den ersten Sitzungen wurde von den Beratern unser Gruppenangebot für Kinder getrennter Eltern als entlastendes Angebot für Johanna vorgeschlagen. Die Mutter signalisiert sofort großes Interesse, während der Vater skeptisch reagiert. Er befürchtet, dass seine Tochter durch die vermeintlich „problematischen“ Inhalte der Gruppe und die Schicksale der anderen Kinder zusätzlich belastet werden könnte. Ebenso bezweifelt er, ob Aufwand und Nutzen für alle in einem guten Verhältnis stehen.

Es folgt ein unverbindliches Informationsgespräch, in dem wir den Bedenken des Vaters Raum geben und die Inhalte unserer Gruppe detailliert beschreiben. Am Ende des Gespräches verabreden wir eine Bedenkzeit von einer Woche. Beide Eltern entscheiden sich für die Teilnahme ihrer Tochter. Seitens des Vaters bleibt ein Rest Skepsis. Trotz der anfänglich unterschiedlichen Standpunkte gelingt es den Eltern von Johanna, seit langem wieder eine erste gemeinsame Entscheidung zu treffen.

Drei Monate später, nachdem bereits vier Gruppensitzungen stattgefunden haben, geben wir den Eltern ein Feedback. Wir teilen mit, dass sich Johanna gut auf den Gruppenprozess eingelassen hat und diesen intensiv für sich nutzt. Unseren Beobachtungen nach kommt sie gern zur Gruppe und fühlt sich mit den anderen Kindern wohl. Wir sprechen den Eltern unser Kompliment darüber aus, dass sie sehr zuverlässig die Teilnahme des Kindes an der Gruppe ermöglichen. Dies trägt entscheidend dazu bei, dass sich Johanna wirklich einlassen kann. Ebenso haben wir den Eindruck, dass es sie stärkt, wenn beide Eltern an einem Strang ziehen.

Am darauffolgenden Elternabend berichtet der Vater von seinen Erfahrungen mit einer von uns gestellten Aufgabe. Begeistert schildert er, wie er gemeinsam mit seiner Tochter alte und aktuelle Familienfotos für die Kindergruppe ausgesucht hat: *Das war das erste Mal, dass ich mit meiner Tochter wirklich über die Trennung sprechen konnte.* Er äußert, dass auch er sehr profitiert habe. Die Gespräche mit seiner Tochter und die Aufgaben haben ihn zum Nachdenken angeregt. Die Mutter schildert im Elternabend ebenfalls, wie Johanna ihr Fragen stellt und wie sie von den Inhalten der Gruppe berichtet. Besonders gefällt der Mutter, dass sich ein neues Ritual zwischen ihr und ihrer Tochter entwickelt hat. Gemeinsam lesen sie abends die Geschichte, die wir den Kindern nach jedem Treffen mit nach Hause geben.

Die Vielzahl an positiven Rückmeldungen durch die Eltern und die Freude, mit der die Kinder zu unseren Treffen kommen, war die stärkste Motivation für uns, über zehn Jahre hinweg ein Gruppenkonzept für Familien in Trennungsprozessen zu entwickeln. Fasziniert erlebten wir bei jedem Gruppenprozess aufs Neue, wie es gelin-

gen kann, über ein niedrighschwelliges, präventiv ausgerichtetes Angebot zum Thema Trennung vielfältige Impulse zu einer gelungenen Trennungsverarbeitung an alle Familienmitglieder weiterzugeben. Es ist ein sich wiederholendes Phänomen, dass die Eltern dem Öffnungsprozess der Kinder im Rahmen der Gruppenarbeit folgen. Sie werden zugänglich für ihre eigenen Themen, es entsteht mehr Kommunikation zwischen den Familienmitgliedern und eine Reflexion über Rollen und Positionen innerhalb eines sich rasch verändernden Familiensystems wird möglich. Die sich im Laufe des Prozesses entwickelnde fruchtbare Zusammenarbeit mit den Eltern veranlasste uns in den letzten Jahren, Inhalt, Struktur und Aufbau des Gruppenkonzeptes auch auf die Arbeit mit einzelnen Familien in Trennungsprozessen zu übertragen.

Die stetige **Weiterentwicklung unseres Konzeptes** verdanken wir maßgeblich dem Möglichkeitsraum, den uns die Kinder und Eltern durch ihr Vertrauen und Einlassen auf die gemeinsame Arbeit entgegenbringen. In den ersten Jahren lag unser **Hauptaugenmerk deutlich bei den Kindern**. Es war uns wichtig, ihnen bei der Verarbeitung der elterlichen Trennung im Rahmen der Kindergruppen für Kinder getrennter Eltern Unterstützung anzubieten. Im Verlauf der einzelnen Kindergruppen haben wir wahrgenommen, dass über den Gruppenprozess hinaus auch in den Begegnungen mit den Eltern wichtige Entwicklungen stattfanden.

So konnten wir beobachten, wie sich anfängliche Skepsis in Vertrauen wandelte – die Eltern sich zunehmend für Reflexionen öffneten und uns öfter zur Unterstützung bei der eigenen Aufarbeitung der Trennung kontaktierten. Diese Beobachtung hat uns dazu bewegt, unseren Fokus zu erweitern und die Familie als Ganzes von Anfang an mehr in das Arbeitsgeschehen einzubeziehen. Mit der bewussten Entscheidung, neben der individuellen Begleitung der Kinder **die Eltern und das Familiensystem in einen interaktiven Prozess einzubinden**, haben sich vielfältige neue Begegnungsräume aufgetan und Interventionsmöglichkeiten ergeben. Ein Eröffnungsbrief von uns an die Eltern, ein Brief der Eltern an die Kinder, die gemeinsamen Aufgaben für Eltern und Kinder, das Übermitteln von Botschaften oder das Zeigen von selbstgedrehten Videosequenzen sind inzwischen feste Bestandteile unserer Arbeit. Die Fokuserweiterung hin zu kommunikativen Aspekten und den Interaktionen zwischen den Familienmitgliedern führt aus unserer Sicht zu einer nachhaltigen Beziehungsstärkung und einer Entlastung der Familienmitglieder.

Zudem haben sich einige unserer Haltungen und Vorgehensweisen weiterentwickelt und verändert. Während wir zu Beginn viel Zeit in Vorgespräche mit Eltern und Kindern investiert haben, vertrauen wir mittlerweile sehr auf die positive und tragende Gruppenatmosphäre. Die Kinder lernen uns in den meisten Fällen zum ersten Gruppentreffen kennen. Unser Anspruch ist, den Zugang zum Gruppenangebot für die Kinder so niedrighschwellig wie möglich zu gestalten. Ausführliche Vorgespräche und Diagnostikphasen haben sich unseren Erfahrungen nach für die Kinder schwellenerhöhend ausgewirkt. Wir werden von den Eltern oft gefragt, wie wir es schaffen, dass die Kinder nach dem ersten Treffen mit so großer Begeisterung an unserer Gruppe teilnehmen, obwohl die Trennung von Beginn an Thema der Gruppe ist. Vermutlich ist es die Verbindung der Kinder untereinander, ein gemeinsames Schicksal zu teilen,

das Verständnis, die Wertschätzung und Zuwendung, welche sie gegenüber ihrer Situation erfahren. Was bisher für die Kinder oft keinen Platz hatte und im Ungleichgewicht war, bekommt einen Platz und kann zunehmend in ein inneres Gleichgewicht kommen. Die Eltern spüren die Begeisterung und können uns im Umgang mit den Kindern direkt erleben. Sie erfahren, dass auch sie in ihrer Situation ernst- und angenommen werden und dass das Beratungs- und Beziehungsangebot auch ihnen gilt. Eltern sind zu Recht wachsam vor Kritik, wollen sich selbst vor Überlastung schützen und eine weitere Labilisierung vermeiden. Deshalb benötigen sie Zeit, um sich einzulassen. Unsere Erfahrung ist, dass Elternarbeit über die vorangegangene Arbeit mit den Kindern gut möglich wird. Wir haben gelernt, auf diesen Prozess zu vertrauen und ihn ebenfalls gewinnbringend für den **Einzelprozess mit einer Familie** nutzbar zu machen. Wichtig ist auch hier die interaktive Vernetzung zwischen der Beratungsarbeit mit dem Kind und der Elternberatung. In unserer Rolle fungieren wir oftmals als Vermittler und Übersetzer zwischen Kind und Eltern. Die Eltern sind oft berührt von dem Einblick, den sie in die Erfahrungen, Bedürfnisse und Perspektiven ihres Kindes erhalten. Diese „Berührung“ ist auch in der Arbeit mit einzelnen Familien in Trennung eine wichtige Schnittstelle hin zu einer konstruktiven Bewegung.

**Systemische Einflüsse** haben unsere Arbeit geprägt. In den Begegnungen mit den Familien erleben wir immer wieder, wie stark die Eltern nach ihrer Trennung aufeinander bezogen bleiben. Zum einen resultiert dies aus ungeklärten Verstrickungen auf der Beziehungsebene und zum anderen aus der realen Verantwortung für die gemeinsamen Kinder. Die Idee, nach der Trennung gänzlich frei und unabhängig vom anderen zu sein, entpuppt sich bei vielen Elternteilen als eine schmerzliche Illusion. Die Ursprungsfamilie bleibt in einer veränderten Form bestehen. Die weitere Entwicklung und das Wohlbefinden jedes einzelnen kann nicht unabhängig davon gesehen werden, wie sich das Familiensystem als Ganzes neu strukturiert und welche **Kommunikations- und Interaktionsmuster** sich nach der elterlichen Trennung etablieren. Möchten wir Kinder bei der Verarbeitung und Bewältigung der elterlichen Trennung unterstützen, ist es somit von besonderer Bedeutung, **die Familie als Ganzes zu betrachten**. Es geht darum, Hilfestellung zu geben, ein neues Gleichgewicht zu erlangen, in dem jedem Familienmitglied langfristig eine möglichst adäquate Rollenübernahme gelingen kann. Hierbei ist die Stärkung und Unterstützung des einzelnen Kindes bei der emotionalen Verarbeitung der Trennung sinnvoll und notwendig. Doch scheint es uns gerade im Sinne der Kinder nachhaltiger, dem gesamten Familiensystem Anregungen und Impulse für den Weg nach der Trennung anzubieten.

Bei der methodischen Umsetzung der Themen verwenden wir an vielen Stellen **erlebnisorientierte Methoden** aus der Systemischen Therapie. Das Lebensflussmodell ist hilfreich für die Integration der Trennung in die eigene Biografie. Die Skulpturarbeit und das Zeichnen von Liebesbändern nutzen wir für die Verortung im Familiensystem. Auch die Arbeiten mit Persönlichkeitsanteilen zur Integration mütterlicher und väterlicher Anteile sind u. a. wichtige Bestandteile unseres Methodenspektrums geworden.

## Aufbau des Buches

Zu Beginn des Buches werden im ersten Kapitel die **organisatorischen und fachlichen Rahmenbedingungen** dargestellt, die zu den Standards unserer Arbeit gehören. Wir beschreiben an dieser Stelle die notwendigen Voraussetzungen für das Gruppenangebot.

In der nachfolgenden praxisnahen **Beschreibung des Gruppenkonzeptes** benennen wir vielfältige Überlegungen und Aspekte, die ebenso relevant für das Einzelsetting sind. In jeder Sitzung wird die therapeutische Arbeit in den Einzelsequenzen detailliert beschrieben und kann somit leicht auf die Arbeit mit einem Kind allein übertragen und angewendet werden. Aus Gründen der Lesbarkeit und der möglichst einheitlichen Darstellung, verzichten wir auf wiederkehrende Querverweise zum Vorgehen im Einzelsetting und stellen in den Kapiteln 1 bis 14 zunächst den Gruppenprozess als Ganzes dar. Hierbei orientieren wir uns praxisnah an seinem chronologischen Verlauf. Dieser wird durch ein Fließschema für die Eltern- und die Gruppenarbeit veranschaulicht. Das Schema begleitet Sie als Leserin und Leser in den einzelnen Kapiteln und markiert den aktuellen Stand im Prozess.

Alle wichtigen Arbeitsmaterialien sind an entsprechender Stelle im Gruppenverlauf aufgeführt. Anschreiben, Briefe und Aufgaben haben wir durch eine Rahmung hervorgehoben und an der passenden Stelle im Text eingefügt.

Die **Eltern- und Familienarbeit** ist in den Gruppenprozess verwoben und findet durchgehend statt. Wir fassen ihre Schwerpunkte in Kapitel 2, 8 und 14 zusammen. Diese teilen sich auf in die Elternarbeit zu Beginn, während und zum Ende des Gruppenprozesses. Einige Hinweise zur Eltern- und Familienarbeit finden sich auch im fortlaufenden Text an entsprechender Stelle.

Die **einzelnen Gruppensitzungen** werden in zehn Kapiteln detailliert beschrieben. Unsere Ausführungen gliedern sich hierbei in die fachlichen und konzeptionellen Vorüberlegungen und die nachfolgende, praktische Vorgehensweise. Die Gruppensitzung wird in ihrem Ablauf, inhaltlich und methodisch konkret beschrieben. Einige zentrale Aspekte werden durch eine separate, unnummerierte Überschrift im Text hervorgehoben und im Inhaltsverzeichnis aufgeführt. Zur Veranschaulichung haben wir Bildmaterial und Beispiele aus unserer Praxis eingefügt und beschrieben. Alle vorkommenden Fallbeispiele sind anonymisiert, und die personenbezogenen Daten wurden abgewandelt. Die Beschreibung jedes Gruppentreffens endet mit einem prägnanten Ablaufplan.

In Kapitel 15 erörtern wir explizit **die Arbeit mit einzelnen Kindern und ihren Familien**. Hier möchten wir auf einige spezifische Aspekte der Einzelarbeit und Unterschiede zum Gruppenprozess hinweisen. Ebenso beschreiben wir eine prägnante Prozessdarstellung im Einzelsetting mit einigen weiteren methodischen Anregungen und Fallbeispielen.

In einer **Evaluation** der letzten sechs Gruppendurchläufe stellen wir die Rückmeldungen der Elternteile zu unserem Gruppenangebot dar. Die Befragung bezieht sich auf unser Interesse im Hinblick auf die Zufriedenheit mit dem Angebot und dessen nachhaltige Wirkung auf das Familiensystem.

Hinweise zu weiterführenden **Geschichten, Literatur und Filmen** schließen sich an.

Im Sinne eines Praxismanuals haben wir den Fokus auf klare und praxisbezogene Formulierungen gelegt. Im laufenden Text haben wir einige uns bedeutsam erscheinende Begriffe dick hervorgehoben, um ein schnelles Überfliegen im alltäglichen Gebrauch des Manuals zu erleichtern. Zugunsten des Leseflusses verwendeten wir keine geschlechtsspezifischen Kennzeichnungen, sondern das generische Maskulinum. Ist im Text von Kollegen, Praktikanten oder Gruppenleitern die Rede, so sind die weiblichen Entsprechungen, also Kolleginnen, Praktikantinnen und Gruppenleiterinnen mitgemeint. Sprechen wir von Elternteilen, von Vätern und Müttern, so sind gleichgeschlechtliche Elternpaare inbegriffen.