

Glossar

Ablösung. Entwicklungsprozess, bei dem Jugendliche bzw. junge Erwachsene unabhängig von den Eltern werden. Aus familienpsychologischer Sicht ist Ablösung eine → Familienentwicklungsaufgabe: Kinder stehen vor der Herausforderung, sich innerlich und äußerlich von den Eltern zu lösen (»leaving«); Eltern müssen hingegen lernen, ihre Kinder loszulassen und diesen Prozess zu unterstützen (»launching«).

Adoption. Rechtliche Annahme eines nicht leiblichen Kindes als eigenen Sohn oder eigene Tochter. Wird ein Kind durch ein Ehepaar adoptiert, ist dies in der Regel nur gemeinschaftlich möglich. Die annehmenden Eltern sollen mindestens 25 Jahre alt sein; die leiblichen Eltern müssen der Adoption in der Regel zustimmen. Bei grober Verletzung der elterlichen Pflichten kann das Vormundschaftsgericht die fehlende Einwilligung durch einen Beschluss ersetzen. In → Stieffamilien ist eine Stiefkindadoption durch den nicht-leiblichen Elternteil möglich.

Aktives Zuhören. Bezeichnung für eine Art der → Kommunikation, die durch aufmerksames und → empathisches Zuhören sowie ein entsprechendes → Feedback an den Sprecher gekennzeichnet ist (»Du-Botschaft«).

Alternative Familienformen. Familien, die nicht dem traditionellen Leitbild eines Ehepaars mit Kindern entsprechen. Dies können z. B. → Patchwork-Familien, Familien mit alleinerziehenden Eltern, → Pflegefamilien oder → Regenbogenfamilien sein.

Analgetika. Medikamente, die eine schmerzstillende oder schmerzlindernde Wirkung besitzen und zur → Palliativbehandlung von chronischen oder akuten Schmerzen eingesetzt werden.

Angehörigenarbeit. Professionelle Hilfeangebote für Familienmitglieder sowie andere nahestehende Personen, die chronisch kranke und alte Menschen betreuen oder zu Hause pflegen. Angehörigenarbeit umfasst z. B. Informationsangebote, Beratung, Hausbesuche oder Gesprächsgruppen.

Anorexia nervosa. Siehe → Magersucht.

Antiautoritäre Erziehung. Möglichst zwangsfreier → Erziehungsstil, der die Entwicklung von Kindern durch die Bereitstellung von Freiräumen zur Entfaltung ihrer Neugier und Kreativität fördern will. Antiautoritäre Erziehung wendet sich nicht gegen die Autorität einer Erziehungsperson, sondern gegen die unnötige Unterdrückung der kindlichen Selbstentfaltung. Vom → Laissez-faire-Erziehungsstil unterscheidet sie sich durch einen engagierten emanzipatorischen und politischen Anspruch. Die antiautoritäre Erziehung ist in den 1960er Jahren während der Studentenbewegung entstanden und wird in → Kinderläden und freien Schulen gelebt.

APGAR-Index. Kurz nach der → Geburt wird der Zustand des Neugeborenen anhand einer standardisierten klinischen Skala eingeschätzt, die von der amerikanischen Ärztin Virginia Apgar entwickelt wurde. Dabei werden **Atmung**, **Puls**, **Gesamtkörperspannung**, **Aussehen** (Hautfarbe) und **Reflexe** mit 0, 1 oder 2 Punkten bewertet. Die maximale Punktzahl ist 10; bei Wertungen zwischen 5–8 gilt das Neugeborene als entwicklungsgefährdet, bei unter 5 als akut lebensgefährdet.

Approbation. Staatliche Erlaubnis zur Ausübung der Heilkunde. Für den Bereich der → Psychotherapie legt das → Psychotherapeutengesetz (PsychThG) die Voraussetzungen dafür fest, wer eine Approbation erwerben kann.

Austauschtheorie. Psychologische Theorie, die zwischenmenschliche Beziehungen (insbesondere in Partnerschaften) unter ökonomischen Aspekten betrachtet. Im Hinblick auf ihre Zufriedenheit mit der Partnerschaft wägen die Partner Kosten und Nutzen ab, wobei auch das individuelle Vergleichsniveau und mögliche Alternativen zur aktuellen Beziehung berücksichtigt werden.

Autismus. Gruppe von Entwicklungsstörungen, die durch (1) Beeinträchtigungen der sozialen Interaktion, (2) Auffälligkeiten in der → Kommunikation sowie (3) durch stereotype, repetitive Verhaltensweisen und eingeschränkte Interessen gekennzeichnet sind. Die Intelligenz der Betroffenen variiert von schwerer geistiger Behinderung bis zu überdurchschnittlicher Intelligenz; beim Asperger-Syndrom ist die Intelligenz definitionsgemäß nicht beeinträchtigt.

Autopoiesis. (griechisch: »Selbst-Erschaffung«) In der → Familiensystemtheorie der Prozess, in dem Familienmitglieder oder ganze Familiensysteme ihre Identität durch Handlungen, → Interaktionen, Beziehungen und deren Deutung selbst konstruieren

Autoritativer Erziehungsstil. (auch: sozialintegrativer oder partnerschaftlicher Erziehungsstil) → Erziehungsstil, der sich einerseits durch ein hohes Maß an Akzeptanz und Wertschätzung, andererseits durch adäquates Kontrollverhalten (d.h. klare, altersgemäße Anforderungen und Grenzsetzungen) auszeichnet. Studien haben gezeigt, dass ein autoritativer Erziehungsstil die kindliche Entwicklung besser fördert als ein autoritärer, überbehütender, vernachlässigender oder permissiver → Laissez-faire-Erziehungsstil.

Baby Blues. Vorübergehendes Stimmungstief, das bei 50 bis 80 % aller Mütter nach der Geburt auftritt und mit emotionaler Labilität und depressiven Gefühlen verbunden ist. Ein »Baby Blues« kann als leichte Form einer → postpartalen Stimmungskrise angesehen werden. Er ist von länger andauernden, schwerwiegenden und behandlungsbedürftigen Wochenbettdepressionen abzugrenzen.

Bezugsperson. Insbesondere bei Kindern ein Mensch, zu dem eine besonders enge emotionale Beziehung besteht. Die → primäre Bezugsperson ist in der Regel die Mutter.

Bindungstheorie. Von John Bowlby entwickelte Theorie über die emotionale Beziehung zwischen einem Kind und seiner primären Bezugsperson (in der Regel ein Elternteil). Bowlby war ein → ethologisch orientierter Verhaltensforscher, d.h. in seiner Bindungstheorie betonte er die biologische Funktion und die genetische Bedingtheit des → Bindungsverhaltens von Kindern.

Bindungsverhalten. Verhaltenstendenz kleiner Kinder, die Nähe der Bindungsperson zu suchen, auf ihre Abwesenheit mit Angst und Weinen zu reagieren und fremde Personen abzulehnen. Aus Sicht der → Ethologie hat Bindungsverhalten vor allem eine biologische Schutzfunktion.

Bindungsstile. Unterschiedlich ausgeprägte Muster des → Bindungsverhaltens, wobei sich sichere und unsichere Bindungsstile unterscheiden lassen. Letztere können in unsicher-vermeidende, ängstlich-ambivalente und desorganisierte Bindungsstile unterteilt werden. Während sicher gebundene Kinder ein grundlegendes Vertrauen in ihre soziale Umwelt und ein positives Selbstbild haben, entwickeln unsicher gebundene Kinder eine vorsichtige Grundhaltung sich selbst und ihren Mitmenschen gegenüber (→ Fremde-Situation-Test)

Binukleare Familien. Bezeichnung für Familiensysteme mit zwei »Kernen«, z. B. nach einer Trennung bzw. Scheidung der Eltern, wenn Kinder in zwei Kernfamilien bzw. Haushalten aufwachsen. Auch → Pflegefamilien werden häufig als binukleare Familien bezeichnet, weil Pflegekinder neben ihrer Herkunftsfamilie eine zweite Familie haben, in der sie soziale Bindungen aufbauen.

Bipolare Störung. (synonym: manisch-depressive Erkrankung) Psychische Erkrankung, bei der episodisch Extremausprägungen unterschiedlicher affektiver Zustände auftreten. Die Betroffenen schwanken dabei zwischen den Polen Manie und Depression (»Himmelhoch jauchzend – zu Tode betrübt«).

Borderline-Persönlichkeitsstörung. (= Emotional instabile Persönlichkeitsstörung des Borderline-Typs) Gravierende Störung der Persönlichkeit, die durch Instabilität in zwischenmenschlichen Beziehungen, Stimmung und Selbstbild sowie durch impulsives Verhalten gekennzeichnet ist. Eine Borderline-Persönlichkeitsstörung wird oft von weiteren Symptomen begleitet, z.B. dissoziative Störungen, → Depressionen selbstverletzendes Verhalten. Überwiegend wird die Diagnose bei Frauen gestellt.

Bundeskinderschutzgesetz (BKISchG). Seit dem 01.01.2012 geltendes Gesetz, das das → Kindeswohl schützen und die körperliche, geistige und seelische Entwicklung von Kindern und Jugendlichen fördern soll. Kern des BKISchG ist das durch Artikel 1 neu geschaffene Gesetz zur Kooperation und Information im Kinderschutz (KKG), das u.a. regelt, wie Eltern über professionelle Unterstützungsangebote informiert werden. Des BKISchG schafft Rahmenbedingungen für verbindliche Netzwerkstrukturen im Kinderschutz und regelt die Übermittlung von Informationen durch Berufsheimnisträger (z.B. Ärzte, Psychotherapeuten, und Lehrer) bei Gefährdungen des → Kindeswohls.

Bulimie (Ess-Brech-Sucht). → Essstörung, bei der die Betroffenen meist normalgewichtig sind, aber große Angst vor der Gewichtszunahme haben. Typisch sind unkontrollierbare Fressattacken, bei denen große Nahrungsmengen in kurzer Zeit verschlungen werden, mit anschließendem Erbrechen.

Coming-out. Bewusstwerden und Bekanntmachen der eigenen Homosexualität. Bei einem späten Coming-out im mittleren Erwachsenenalter haben viele Betroffene zunächst in einer heterosexuellen Partnerschaft oder Ehe gelebt.

Commitment. (englisch: Verpflichtung, Engagement) In einer Partnerschaft die verbindliche Entscheidung, mit einem bestimmten Partner zusammen zu sein bzw. zu bleiben.

Co-Mütter/Co-Väter. Bezeichnung für die sozialen Eltern von Kindern, die mit gleichgeschlechtlichen Eltern aufwachsen (→ Regenbogenfamilien).

De-Identifikation. Bestreben, in engen Familienbeziehungen die Unterschiedlichkeit zu akzentuieren und sich voneinander abgrenzen. So kann in Geschwisterbeziehungen das Bedürfnis bestehen, sich in manchen oder sogar vielen Bereichen als »unähnlich« zu definieren. Die Identitätsentwicklung von Kindern und Jugendlichen ist entscheidend von Prozessen der Identifikation und De-Identifikation geprägt, wobei aber nicht nur die Geschwister, sondern auch Eltern und andere Bezugspersonen eine wichtige Rolle spielen.

Depression. Psychische Störung mit deutlich gedrückter pessimistischer Stimmung, Antriebsminderung und ggf. Selbsttötungstendenzen. Depressionen zählen zu den häufigsten psychischen Erkrankungen. Internationalen Studien zufolge leiden in Deutschland und anderen westlichen Industrienationen etwa 10–15 % aller Erwachsenen zumindest gelegentlich an einer Depression. Etwa ein Viertel davon entwickelt ein schweres Krankheitsbild.

Double bind. (englisch: Doppelbindung) Bezeichnung für die widersprüchliche → Kommunikation in einer emotional engen Beziehung. Aussagen oder Aufforderungen sind paradox, weil sie unvereinbare Botschaften beinhalten, z. B. wenn eine Mutter mit hasserfüllter Stimme sagt: »Natürlich liebe ich Dich, das weißt Du doch!«. Nach der Double-bind-Hypothese (Bateson, 1969) sind psychische Erkrankungen wie z. B. → Schizophrenie durch die Allgegenwart paradoxer Kommunikationsmuster bedingt. Diese Theorie ist allerdings empirisch nicht belegt und gilt als umstritten.

Down-Syndrom. (auch: Trisomie 21) Bei Menschen mit Down-Syndrom ist das Chromosom Nr. 21 dreifach statt doppelt vorhanden. Neben charakteristischen Körpermerkmalen (z. B. rundlichen Minderwuchs, schräge Augenstellung, breite Nasenwurzel, ausgeprägte »Vierfingerfurch« in der Hohlhand) führt dies zu einer leichten bis mittelstarken geistigen Behinderung der Betroffenen. Das Risiko, ein Kind mit Down-Syndrom zu bekommen, steigt bei Müttern über 40 Jahren sehr stark an.

Dual Career Couples. (englisch: Doppelkarriere-Paare) Paare, in der beide Partner berufstätig sind und gleichgewichtige ökonomische Rollen haben.

Duplikationstheorem. Theorie über den Zusammenhang zwischen Beziehungskonstellationen in der Herkunftsfamilie und Beziehungsverhalten im Erwachsenenalter. Das Duplikationstheorem besagt, dass Menschen abhängig von ihrem Geburtsrangplatz bestimmte Beziehungserwartungen und Verhaltensmuster entwickeln, die sich in späteren Sozialbeziehungen manifestieren. Das heißt, dass zum Beispiel die Entwicklung von Partnerschaften auch von der Art und Qualität früherer Geschwisterbeziehungen abhängig ist.

Dyadisches Coping. Gemeinsame Strategie der Stressbewältigung in Partnerschaften. Der Schweizer Familienpsychologe Guy Bodenmann unterscheidet gemeinsames, supportives und delegiertes dyadisches Coping. Dyadisches Coping ist mit einer deutlich besseren Qualität der Partnerschaft und einem geringeren Scheidungsrisiko verbunden.

Ehe für alle. Seit dem 1. Oktober 2017 haben schwule und lesbische Paare die Möglichkeit, standesamtlich zu heiraten (§ 1353 Abs. 1 BGB). Dies gilt auch für intergeschlechtliche und nicht-binäre Menschen mit offenem oder diversem Geschlechtseintrag. Die Begründung einer → eingetragenen Lebenspartnerschaft ist hingegen nicht mehr möglich. Ehen von gleichgeschlechtlichen Paaren sind heterosexuellen Ehen rechtlich gleichgestellt, insbesondere beim Namensrecht, bei der steuerlichen Veranlagung und in der Hinterbliebenenversorgung bei der gesetzlichen Rente.

Elternkoalition. Paare mit Kindern müssen lernen, den Familienalltag gemeinsam zu organisieren und sich bei der Kindererziehung gegenseitig zu unterstützen und zu respektieren. Diese Erziehungspartnerschaft jenseits der intimen Liebesbeziehung wird auch »Elternkoalition« genannt. Nach einer Trennung oder Scheidung ist die Aufrechterhaltung einer funktionsfähigen Elternkoalition wichtig, um den Kindern eine positive Entwicklung und kontinuierliche Beziehungen zu beiden Eltern zu ermöglichen.

Elterntraining. Bildungsangebot für Eltern, meist im Rahmen von Kursen. Elterntrainings können z. B. sinnvoll sein, um elterliche Erziehungskompetenzen zu fördern, die Eltern-Kind-Beziehung zu stärken und die Eltern in ihrem Selbstverständnis und ihrer Elternrolle zu unterstützen. Ferner ist es möglich, möglichen Fehlentwicklungen (z. B. → häusliche Gewalt) vorzubeugen oder ungünstige Erziehungsmuster zu verändern. Bekannte Elterntraining in Deutschland sind z. B. das → Parent Effectiveness Training (PET), → »Starke Eltern – starke Kinder« und → Triple P.

Empathie. Fähigkeit, sich in einen anderen Menschen hineinzusetzen und dessen Gefühle, Gedanken und Handeln zu verstehen. Empathie bedeutet jedoch nicht unbedingt, dass die Verhaltensweisen und Einstellungen des Anderen auch gebilligt werden. Wichtige Therapeutenvariable in der → Gesprächspsychotherapie.

Empowerment. (englisch: »Selbst-Befähigung«) Prozess, in dem sich Menschen aus eigener Kraft weiterentwickeln und ihr Leben gestalten. Eine Empowerment-orientierte Grundhaltung beinhaltet die Unterstützung der vorhandenen Fähigkeiten und Ressourcen von Klienten und Familien, damit diese Probleme und Belastungen möglichst selbstständig meistern können (»Hilfe zur Selbsthilfe«).

Empty nest. (englisch: »leeres Nest«) Lebenssituation von Eltern, nachdem die Kinder selbstständig geworden und ausgezogen sind. Die Eltern müssen sich in dieser Zeit neu orientieren, sich an die veränderte Situation anpassen und eine neue Beziehung mit Erwachsenenqualität zu ihren Kindern entwickeln.

Entthronungstrauma. Von Alfred Adler geprägte Bezeichnung für das Erleben des erstgeborenen Kindes bei der Geburt eines Geschwisterkindes, die als schmerzliche »Entthronung« erfahren wird. Adler ging davon aus, dass Erstgeborene ihr Leben lang mit der Verarbeitung dieser frühkindlichen traumatischen Erfahrung ringen. Das Entthronungs-Trauma kann somit als wichtigste Ursache für die Rivalität zwischen Geschwistern sowie den oft starken Ehrgeiz von Erstgeborenen angesehen werden.

Entwicklungsdiagnostik. Methoden zur frühzeitigen Identifikation und Beschreibung von Entwicklungsauffälligkeiten und -risiken eines Kindes. Entwicklungsdiagnostik kann aber auch positiv oder zur Aufdeckung von Ressourcen und speziellen Begabungen dienen. Auf dieser Grundlage kann ein eventueller Förder- oder Therapiebedarf festgestellt werden.

Entwicklungspsychologie. Teildisziplin der → Psychologie, die sich mit der Entwicklung des Denkens, Fühlens und Verhaltens von Menschen beschäftigt. Die moderne Entwicklungspsychologie betrachtet dabei die gesamte Lebensspanne von der → Geburt bis zum Tod. Sie interessiert sich sowohl für intraindividuelle Veränderungen einer Person im Laufe ihres Lebens als auch für interindividuelle Unterschiede in der Entwicklung verschiedener Personen.

Entwicklungsstörungen. Zusammenfassender Begriff für alle von der normalen kindlichen Entwicklung abweichenden Verläufe und Zustände, die klinisch relevant sind und eine Intervention erfordern. Entwicklungsstörungen können die gesamte Entwicklung betreffen oder auf einzelne Entwicklungsbereiche beschränkt sein, z. B. motorische Entwicklung, Sprachentwicklung, kognitive und sozial-emotionale Entwicklung.

Erziehungsberatung. Erziehungsberatung wird meist von öffentlichen Beratungsstellen angeboten. Die gesetzliche Grundlage in Deutschland ist § 27 der Kinder- und Jugendhilfegesetzes (KJHG)/SGB VIII im Allgemeinen, und § 28 SGB VIII im speziellen. Ratsuchende Eltern, Kinder und Jugendliche, aber auch Erzieher und Lehrer können sich unmittelbar an eine Beratungsstelle vor Ort wenden. Die Beratung ist persönlich, vertraulich und kostenfrei.

Erziehungsstil. Art und Weise, wie Eltern ihre Kinder erziehen. In der Pädagogischen Psychologie werden häufig autoritäre, → antiautoritäre, → autoritative (partnerschaftliche, sozialintegrative) und → Laissez-faire-Erziehungsstile unterschieden.

Eskalation. Konfliktdynamik mit kontinuierlich ansteigender Intensität. Ein Eskalationsprozess wird durch positive → Rückkoppelung (Feedback) bedingt. Ab einem bestimmten Konfliktniveau können körperliche und seelische Gewalthandlungen, ausgehend von einem oder beiden Beteiligten, auftreten. Von einer Resonanzkatastrophe spricht man dann, wenn der Konflikt so eskaliert, dass sich das Beziehungs- oder Familiensystem auflöst.

Essstörungen. Sammelbezeichnung für Störungen der Nahrungsaufnahme, die mit einer dysfunktionalen Einstellung zum eigenen Körper zusammenhängen. Essstörungen verursachen meist ernsthafte und langfristige Gesundheitsschäden. Unterschiedliche Formen sind → Magersucht, → Bulimie (Ess-Brech-Sucht), Binge Eating (Essattacken ohne anschließendes Erbrechen) oder Orthorexie (zwanghaft gesunde Ernährung).

Ethologie. Die Ethologie wird auch als Verhaltensforschung oder Verhaltensbiologie bezeichnet. In der Verhaltensforschung werden die Reaktionen von Menschen und Tieren untersucht. Die Ethologie stützt sich hauptsächlich auf Tierbeobachtungen.

Explorationssystem. Das Explorationssystem beinhaltet alle Bestrebungen des Kindes, seine Umwelt zu erkunden und kennen zu lernen. Dieses angeborene Neugierverhalten hat eine wichtige Funktion für die kognitive Entwicklung.

Exosystem. Ein oder mehrere Mikro- bzw. Mesosysteme, denen das Individuum nicht als handelnde Person angehört, die aber indirekt mit dem Individuum in Wechselwirkung stehen (z. B. Arbeitsstelle des Mannes für die Frau).

Familienbildung. Familienbildung umfasst insbesondere Angebote, die auf die Bedürfnisse und Interessen sowie auf Erfahrungen von Familien in unterschiedlichen Lebenslagen und Erziehungssituationen eingehen, die Familie zur Mitarbeit in Erziehungseinrichtungen und in Formen der Selbsthilfe besser befähigen sowie junge Menschen auf Ehe und Partnerschaft sowie auf das Zusammenleben mit Kindern vorbereiten. Im vorliegenden Lehrbuch werden Familienbildungsangebote wie zum Beispiel → PEKiP oder → Triple P beschrieben.

Familienbrett. Verfahren der → Familiendiagnostik, bei dem die Familienbeziehungen mit Holzfiguren dargestellt werden; es ist gleichsam eine Miniaturversion der lebenden → Familienskulptur. Die Durchführung erfolgt auf einem 50x50 cm großem Holzbrett sowie mit 20 Holzfiguren. Die Familienmitglieder werden gebeten, die Figuren so auf dem Brett anzuordnen, dass ein stimmiges Bild ihrer Familie entsteht.

Familiendefinition. Es gibt rechtliche, biologische, funktionale und psychologische Familiendefinitionen. Je nach Definition können Beziehungskonstellationen als Familie aufgefasst werden oder nicht. Im vorliegenden Lehrbuch werden zwei Merkmale als konstitutiv für Familien betrachtet: (1) das subjektive Erleben von Nähe und Verbundenheit (erlebte Intimität) sowie (2) das Vorhandensein von Eltern-Kind-Beziehungen (intergenerationelle Beziehungen).

Familiendiagnostik. Strukturierter Erkenntnisprozess im Hinblick auf Familiensysteme und -subsysteme. In der Praxis dient Familiendiagnostik dazu, brauchbare Arbeitshypothesen im Hinblick auf die Planung und Durchführung von familienbezogenen Interventionen und Maßnahmen zu entwickeln.

Familiendynamik. Kommunikationsabläufe und Entwicklungen bzw. Veränderungen in Familiensystemen. Diese betreffen sowohl die einzelnen Familienmitglieder als auch die Familie als Ganzes.

Familienentwicklungsaufgaben. Anforderungen, die im → Familienlebenszyklus von den Familienmitgliedern gemeinsam bewältigt werden müssen. Diese sind durch körperliche Veränderungen, gesellschaftliche Erwartungen und individuelle Ziele der Familienmitglieder bedingt. Normative Entwicklungsaufgaben ergeben sich aus den typischen Anforderungen und Übergängen, die ein Ehepaar mit Kindern im Lauf der Jahre meistern muss (z. B. Elternschaft, Eintritt in den Kindergarten). Nicht normative Entwicklungsaufgaben sind durch atypische familiäre Umstände oder Ereignisse bedingt (z. B. die Erkrankung eines Familienmitglieds).

Familiengeheimnis. Bei einem Familiengeheimnis handelt es sich um ein familiensystemrelevantes Wissen, das von einem oder mehreren Familienangehörigen oder vor Außenstehenden verborgen wird, um das → Familiensystem oder familiäre → Subsysteme vor Integritätsverlusten oder strukturellen Veränderungen zu bewahren. Damit tragen Familiengeheimnisse zur Aufrechterhaltung der familialen → Homöostase bei.

Familienlebenszyklus. Gesamtheit der zeitlich aufeinander folgenden Familienphasen. Typische Phasen im Familienlebenszyklus sind z. B. die Familiengründung oder die nachelterliche Phase. Innerhalb dieser Familienphasen müssen die Mitglieder verschiedene Familienentwicklungsaufgaben bewältigen.

Familienmythen. Geschichten, die → Familien über sich als Ganzes, über Subsysteme oder einzelne Familienmitglieder erzählen. Über Familienmythen werden transgenerationale Regeln und »Gesetze« eine Familie transportiert; diese sind identitäts- und loyalitätsstiftend und können eine Stabilisierungs- oder Schutzfunktion für das Familiensystem haben. Über Mythen werden Selbstbilder, Normen und Werte der Familie reproduziert. Diese tragen zu einem »Wir-Gefühl« bei, das wiederum die Wahrnehmung und Handlungsweisen der einzelnen Familienmitglieder determiniert.

Familienpsychologie. Teildisziplin der → Psychologie, die sich mit dem Erleben und Verhalten von Menschen im Kontext ihrer Familie beschäftigt. Sie weist zahlreiche Querbezüge zu anderen psychologischen Fächern (z. B. → Entwicklungspsychologie, Sozialpsychologie, → Klinische Psychologie) und anderen Disziplinen auf (z. B. Soziologie, → Familienrecht, Medizin).

Familienrecht. Teilgebiet des deutschen Zivilrechts, das alle auf Ehe, Lebenspartnerschaft, Familie und Verwandtschaft bezogenen juristischen Regelungen enthält. Darüber hinaus regelt das Familienrecht auch die außerhalb der Verwandtschaft bestehenden Vertretungsfunktionen (Vormundschaft, Pflegschaft, Betreuung). Zentrale Rechtsgrundlage aller familienrechtlichen Regelungen bildet Art. 6 Grundgesetz (GG). Aus Art. 6 GG ergibt sich die Aufgabe des Staates, die Ehe und Familie zu schützen und zu fördern, ohne die Familienautonomie zu stören.

Familienregeln. In allen Familiensystemen lassen sich regelhafte Strukturen von Verhalten, Kommunikation und Rollenverteilungen beobachten. Explizite Familienregeln werden offen von den Familienmitgliedern miteinander besprochen bzw. vereinbart. Implizite Familienregeln sind unausgesprochen und den Familienmitgliedern häufig nicht bewusst.

Familienrekonstruktion. Form der Gruppentherapie bzw. der Selbsterfahrung die aus der → systemischen Familientherapie hervorgegangen ist. Im Rahmen eines fünf- bis zehntägigen Seminars reflektieren die Teilnehmer ihre eigene Familiengeschichte. Oft geht es um die Befreiung von einengenden familiären Verstrickungen und die Initiierung persönlicher Wachstumspotenziale.

Familienkulptur. Methode der → systemischen Familientherapie. Ein Klient wird aufgefordert, wie ein »Bildhauer« seine Familie so im Raum aufzustellen, dass ein aus seiner Sicht stimmiges Bild der Familienbeziehungen entsteht. Anschließend werden die Familienmitglieder gebeten, in ihrer Position zu verharren und ihre Empfindungen zu beschreiben. Dies kann der Ausgangspunkt für eine weitere intensive emotionale Auseinandersetzung sein.

Familienstellen nach Hellinger. Umstrittene therapeutische Methode, die von dem Theologen Bert Hellinger entwickelt wurde. Ähnlich wie bei der → Familienkulptur stellt der Seminarleiter die Familie des Klienten im Raum auf. Familienprobleme und Erkrankungen werden auf Verstöße gegen eine natürliche »Ursprungsordnung« der Familie zurückgeführt. Häufig wird kritisiert, dass der Ansatz von Hellinger Grundpositionen der → systemischen Familientherapie widerspricht und ein unkalkulierbares Verletzungsrisiko für die Ratsuchenden beinhaltet.

Familienstress. Emotionale Belastung im Familiensystem, die als Folge von → Familienstressoren auftritt. Inwieweit Familienstress auftritt, hängt davon ab, wie die Familienmitglieder mit Familienstressoren (potenziell belastenden Ereignissen) umgehen. Es gibt sowohl normative (erwartbare) Familienstressoren (z. B. Geburt eines Kindes), als auch nicht-normative Familienstressoren, die die Familie unvorbereitet treffen (z. B. Erkrankung eines Familienmitglieds).

Familienstheorie. In Analogie zur Allgemeinen Systemtheorie wird eine Familie als ein soziales → System definiert, bei dem die einzelnen Mitglieder so miteinander verbunden sind, dass Veränderungen im Erleben und Verhalten eines Systemmitglieds Veränderungen im gesamten Familiensystem bewirken und umgekehrt.

Familienziele. Familien richten ihr gemeinschaftliches Leben nach Zielsetzungen aus. Dies können explizite, nach außen klar definierte und angestrebte Ziele sein, aber auch Ziele, die den Familienmitgliedern nicht unmittelbar bewusst sind. Je nach Lebensumständen und Familienphase rücken unterschiedliche Ziele in den Vordergrund.

Fortsetzungsfamilie. Von einer Fortsetzungsfamilie ist die Rede, wenn ein alleinerziehender Elternteil eine neue langfristige Partnerschaft eingeht bzw. erneut heiratet (→ Patchwork-Familie, → Stieffamilie).

Fremde-Situation-Test (FST). Standardisiertes Beobachtungsverfahren, mit dem das → Bindungsverhalten von 12- bis 24-monatigen Kindern untersucht werden kann. Der FST wurde von der Kinderpsychologin Mary Ainsworth (1913–1999) an der University of Baltimore entwickelt, um interindividuelle Unterschiede in der Bindungsqualität von Kindern (Bindungsstile) zu erforschen.

Frustrations-Aggressions-Hypothese. Hypothese, die davon ausgeht, dass einer frustrierenden Erfahrung (z. B. wenn eigene Bedürfnisse auf Dauer unbefriedigt bleiben) immer aggressive Gedanken und Gefühle (z. B. Ärger, Empörung, Wut) folgen. Diese können aggressives Verhalten und gewalttätige Übergriffe nach sich ziehen, aber auch unterdrückt oder kognitiv bewältigt werden.

Ganzheitlichkeit. In der → Familiensystemtheorie werden Probleme eines Familienmitglieds nicht als individuelle Schwierigkeiten begriffen, sondern als Familienproblem. Die Familie wird als ganzheitliche Gestalt aufgefasst (→ Gestaltpsychologie«).

Geburt. Der biologische Geburtsvorgang umfasst Eröffnungsphase, Übergangsphase, Austreibungsphase und Nachgeburtsphase. Die Dauer einer Geburt beträgt durchschnittlich 13 Stunden für Erstgebärende und 8 Stunden für Frauen, die bereits ein Kind geboren haben. Unmittelbar nach der Geburt wird der → APGAR-Index bestimmt, um eventuelle Entwicklungsrisiken des Babys festzustellen.

Gestaltpsychologie. Richtung innerhalb der Psychologie, die das Erleben (vor allem in der Wahrnehmung) als eine Ganzheit betrachtet (»Das Ganze ist mehr als die Summe seiner Teile«).

Genogramm. Methode aus der → systemischen Familientherapie, mit der komplexe familiäre und generationenübergreifende Zusammenhänge graphisch dargestellt werden. Je nach Kontext werden zwei bis drei Generationen mit Hilfe von Symbolen und wichtigen Daten abgebildet.

Gesprächspsychotherapie. (auch: Klientenzentrierte Psychotherapie) Richtung der → Psychotherapie, die durch Carl. R. Rogers begründet wurde. In Deutschland wurde sie hauptsächlich durch Reinhard und Anne-Marie Tausch bekannt. Ausgehend von einem humanistischen Menschenbild will die Gesprächspsychotherapie ein günstiges Klima für die Selbstheilungskräfte des Klienten schaffen. Als zentrale Bedingungen für eine wirksame Therapie werden → Empathie, bedingungsfreie Wertschätzung und Authentizität des Therapeuten angesehen.

Gestationszeit. Entwicklungszeit des Kindes im Mutterleib. Sie beträgt durchschnittlich 40 Wochen, gerechnet ab der letzten Monatsblutung. In den ersten acht Wochen wird der menschliche Keim als Embryo, danach als Fötus bezeichnet. Wird ein Kind nach einer Gestationszeit von unter 37 Wochen geboren, spricht man von einer Frühgeburt, bei mehr als 42 Wochen von einer Spätgeburt. Diese wird dann meist mit Hilfe von Hormonen künstlich eingeleitet.

Häusliche Gewalt. Verschiedene Formen der Gewaltanwendung zwischen Familienmitgliedern, die in der Regel im gleichen Haushalt zusammenleben. Bei den Opfern kann es sich um Partnerinnen und Partner, Kinder und alte Menschen handeln. Häusliche Gewalt umfasst körperliche und seelische Verletzungen in unterschiedlichen Abstufungen und ist meist Ausdruck eines Machtgefälles zwischen → Täter und Opfer.

Halbgeschwister. Geschwister, die einen gemeinsamen leiblichen Vater bzw. eine gemeinsame leibliche Mutter haben.

Hilfen zur Erziehung. Familienunterstützende oder familienersetzende Maßnahmen mit dem Ziel, eine positive Entwicklung des Kindes zu gewährleisten. Das System der Hilfen zur Erziehung (HzE) ist ein Rechtsanspruch für Eltern, die eine dem Wohl des Kindes oder Jugendlichen entsprechende Erziehung nicht gewährleisten können. Hierbei werden ambulante Hilfen (z. B. → Erziehungsberatung), teilstationäre Hilfen (z. B. Tagesgruppen) und stationäre Hilfen (z. B. Heimerziehung) unterschieden.

Homogamie. Tendenz, einen Partner mit ähnlichen Merkmalen und Eigenschaften zu wählen. Die meisten Menschen fühlen sich zu Personen hingezogen, die sie als ähnlich erleben (z. B. Herkunft, Geschmack, Einstellungen, Intelligenz, Körpergröße). Von »Heterogamie« spricht man, wenn ein Partner gewählt wird, der in bestimmten Aspekten als anders bzw. unähnlich wahrgenommen wird.

Homöostase. Aufrechterhaltung und Ausbalancierung eines Gleichgewichtszustands in einem → System.

Inobhutnahme. Bei schweren Formen von → häuslicher Gewalt oder → Vernachlässigung ist zum Wohl des Kindes eine Trennung von den Eltern notwendig. Auf der Grundlage des § 42 KJHG findet dann eine Inobhutnahme statt, bei der die Kinder in Heimen oder Pflegefamilien untergebracht werden.

Insemination. Methode, ohne heterosexuellen Geschlechtsverkehr schwanger zu werden. Dabei wird zum Zeitpunkt des Eisprungs Sperma mithilfe einer Einwegspritze ohne Kanüle in die Vagina eingebracht. Dies kann zu Hause oder mit ärztlicher Unterstützung erfolgen.

Interaktion. Wechselseitiges Aufeinandereinfließen und → Kommunikation von Personen oder sozialen → Systemen.

Intergenerationale Transmission. Im Kontext der Familienpsychologie benennt dieser Begriff das Phänomen, dass bestimmte Strukturmerkmale und Regeln von Familiensystemen an die nachfolgenden Generationen weitergegeben werden. Auch psychische Traumata und Belastungen können an Kinder und Enkel gleichsam »vererbt« werden.

Interne Erfahrungsmodelle. Individuelle Einschätzungen der von den einzelnen Mitgliedern erlebten → kollektiven Familienrealität.

Intimes Beziehungssystem. Soziales → System, das mindestens zwei Beziehungspartner umfasst, welche Nähe zueinander erleben, sich einander zugehörig fühlen und eine gemeinsame Zukunftsperspektive teilen.

Investitionsmodell. Paarbeziehungsmodell auf Grundlage der → Austauschtheorie. Danach sind neben der Abwägung von Kosten und Nutzen auch emotionale und materielle Investitionen in die Paarbeziehung bedeutsam für die Beziehungsstabilität und das → Commitment der Partner.

In-vitro-Fertilisation (IVF). Lateinisch für »Befruchtung im Glas«. Methode der künstlichen Befruchtung, bei der die Eizelle der Frau mit dem aufbereiteten Sperma des Vaters in einem Reagenzglas zusammengebracht wird.

Kindchenschema. Der Anblick eines rundlichen Kopfes mit hoher Stirn und tief liegenden, großen Augen (Kindchenschema) löst bei allen Säugetieren angeborenes Zuwendungsverhalten aus. Erwachsene Personen reagieren auf diese bestimmten Körpermerkmale instinktiv mit fürsorglichen Gefühlen und Verhaltensweisen wie Zuwendung, Schutz und Hilfe.

Kinderladen. Selbstverwalteter, »alternativer« Kindergarten, der meist von einem freien Trägerverein und einer Elterninitiative getragen wird. Oft werden ehemalige Ladenräume genutzt, deshalb die Bezeichnung *Kinderladen*. Kinder werden in kleinen Gruppen betreut; der Personalschlüssel ist meist besser als in anderen Kindergärten. Die ersten Kinderläden wurden 1968 in Berlin, Stuttgart und Hamburg gegründet und hatten den Anspruch, die → antiautoritäre Erziehung in der pädagogischen Praxis zu verwirklichen.

Kindeswohl. Begriff aus dem → Familienrecht, der das körperliche und psychische Wohlergehen eines Kindes bzw. Jugendlichen umfasst. Nach § 1666 BGB darf ein Eingriff in das elterliche Sorgerecht erfolgen, wenn das körperliche, geistige oder seelische Kindeswohl gefährdet ist. Dazu gehören u.a. auch gravierende Beeinträchtigungen der kognitiven, sprachlichen und emotionalen Entwicklung.

Klinische Psychologie. Zweig der → Psychologie, der sich wissenschaftlich mit Störungen des menschlichen Verhaltens und Erlebens, sowie mit deren Behandlung und Therapie befasst. Gegenstand der Klinischen Psychologie sind die vielfältigen Aufgaben im Bereich der Prävention, Diagnostik und Behandlung → psychischer Störungen (→ Psychotherapie).

Ko-Evolution. Vom → Paartherapeuten Jürg Willi eingeführter Begriff für gemeinsame und aufeinander bezogene Entwicklungs- und Wachstumsprozesse in Paarbeziehungen und → Familiensystemen.

Kollektive Familienrealität. Gemeinsame, von allen Familienmitgliedern weitgehend akzeptierte Familienrealität, die durch Kommunikation in der Familie ständig produziert bzw. reproduziert wird.

Kommunikation. Die Übermittlung von Informationen zwischen zwei oder mehreren Personen, wobei es zu → Rückkoppelung (Feedback) kommt. In der Psychologie werden zum einen Inhalts- und Beziehungsaspekte von Kommunikation betrachtet, zum anderen unterschiedliche Kommunikationsformen (z. B. verbale und nonverbale Kommunikation).

Kompetenzdialog. Beratungsmethode, bei der das Anliegen des Klienten nicht durch die Thematisierung von Defiziten und Problemen bearbeitet wird, sondern unter Nutzung von persönlichen → Ressourcen, Zielen und Lösungsmöglichkeiten.

Konfluenzmodell. Intelligenztheorie des amerikanischen Psychologen Zajonc, nach der sich das Intelligenzniveau in einer Familie aus den individuellen Intelligenzquotienten der Familienmitglieder zusammensetzt. Danach entwickeln sich z. B. Zweitgeborene zunächst langsamer als die erstgeborenen Geschwister im gleichen Alter. Gleichzeitig verzögert sich nach der Geburt eines zweiten Kindes die intellektuelle Entwicklung der Erstgeborenen.

Konstruktivismus. Philosophische Erkenntnistheorie, deren Grundgedanke besagt, dass Realität nicht objektiv gegeben ist, sondern von erkennenden Subjekten subjektiv hergestellt, also »konstruiert« wird.

Kybernetik. Wissenschaft vom Funktionieren komplexer Systeme. Die Kybernetik ist Teil der allgemeinen → Systemtheorie und beschäftigt sich mit der → Kommunikation, → Rückkoppelung (Feedback) und Selbststeuerung in → Regelkreisen.

Laissez-faire-Erziehungsstil. (französisch: einfach laufen lassen) → Erziehungsstil, bei dem auf kontrollierende Erziehungsmaßnahmen weitgehend verzichtet wird.

Lebenspartnerschaftsgesetz (LpartG). Gesetz, das es homosexuellen Paaren seit 2005 ermöglichte, analog zur Eheschließung eine eingetragene Lebenspartnerschaft einzugehen. Seit der Einführung der → Ehe für alle am 1. Oktober 2017 ist die Begründung einer eingetragenen Lebenspartnerschaft nicht mehr möglich. Bestehende eingetragene Lebenspartnerschaften können aber weitergeführt oder in eine Ehe umgewandelt werden.

Lerngesetze. In der → Psychologie werden unterschiedliche Arten des Lernens unterschieden, insbesondere die klassische Konditionierung, die operante Konditionierung und das Lernen am Modell (→ Soziale Lerntheorie). Die Lerngesetze beschreiben, wie Lernen unter welchen Bedingungen »funktioniert«: So tritt z. B. Verhalten, das positiv verstärkt (d.h. belohnt) wird, künftig mit höherer Wahrscheinlichkeit auf. Rollenmodelle, die ein Beobachter als ähnlich zu sich selbst wahrnimmt, werden mit höherer Wahrscheinlichkeit nachgeahmt als unähnliche.

Lese-Rechtschreib-Schwäche. (auch: LRS, Legasthenie) Erhebliche und lang andauernde Störung beim Erwerb der Schriftsprache. Den betroffenen Personen fällt es schwer, gesprochene in geschriebene Sprache zu übertragen und umgekehrt. Die Intelligenz ist in der Regel normal entwickelt.

Lineare Kausalität. Betrachtungsweise von Ursache und Wirkung: Eine Person A verhält sich in einer ganz bestimmten Art und Weise, weil ihr zuvor eine andere Person B einen Grund dazu gegeben hat. A wird als Ursache für die Auswirkung B betrachtet.

Magersucht (Anorexia nervosa). Essstörung, bei der die Betroffenen durch restriktive Nahrungsaufnahme oder andere Maßnahmen (z.B. exzessives Sporttreiben, Erbrechen) ihr Körpergewicht reduzieren. Die Betroffenen haben eine Körperschema-Störung, d.h. sie nehmen sich trotz ihres Untergewichts als zu dick wahr. Ihr → Selbstwertgefühl hängt nicht nur von ihrer allgemeinen Leistungsfähigkeit ab, sondern besonders auch von der Fähigkeit, ihr Gewicht kontrollieren zu können. Da die Magersucht am häufigsten bei Mädchen in der Pubertät auftritt, ist in den meisten Fällen der Einbezug der Eltern und anderer Familienangehöriger in die → Psychotherapie ratsam.

Makrosystem. Übergreifende Systemebene, die gesellschaftlich-kulturelle, ökonomisch und historisch-politische Rahmenbedingungen einschließt.

Marte meo. Videogestützter Ansatz der → Familiendiagnostik zur Beobachtung von Eltern-Kind-Interaktionen im Familienalltag. Die Videoaufnahmen werden gemeinsam mit den Eltern reflektiert. Dabei gehen Diagnostik und Elternberatung ineinander über.

Mediation. Ein freiwilliges außergerichtliches Verfahren zur konstruktiven Bearbeitung und Beilegung von Konflikten (z.B. Scheidungs- oder Erbschaftskonflikte). Die Konfliktparteien versuchen, mit Unterstützung eines allparteilichen Mediators zu einer Vereinbarung zu kommen, die ihren Interessen und Bedürfnissen entspricht und mit der alle leben können.

Mesosystem. Mittlere Systemebene, die Bezüge zwischen zwei oder mehr Mikrosystemen umfasst. Dabei stehen Wechselbeziehungen im Vordergrund (z. B. Bekannte, Verwandte, Freunde).

Mikrosystem. Unterste Systemebene, die das unmittelbare familiäre oder soziale Umfeld einer Person beinhaltet.

Missbrauch. Direkte oder indirekte sexuelle Handlungen, bei denen der Täter ein Machtgefälle ausnutzt. Missbrauch kann in unterschiedlichen Formen geschehen, z. B. sexuelle Belästigung, Nötigung, Vergewaltigung oder Ausbeutung. Für Missbrauchsopfer bestehen gravierende Risiken im Hinblick auf deren körperliche und seelische Gesundheit und Entwicklung.

Misshandlung. Nicht zufällige, bewusste oder fahrlässige gewaltsame Handlungen oder Unterlassungen, die zu körperlichen und seelischen Schädigungen des Opfers führen kann. Diese Schädigungen umfassen z. B. körperliche Verletzungen, Traumatisierung, psychische und psychosomatische Symptome, Entwicklungsprobleme bis hin zu Tötungsdelikten. Die Misshandlung von Kindern ist als schwerwiegende Verletzung des → Kindeswohls anzusehen, die eine → Inobhutnahme durch das Jugendamt rechtfertigt.

Multifaktorielles Bedingungsgefüge. Bezeichnung für das komplexe Zusammenwirken mehrerer Faktoren bei der Entstehung psychosozialer Prozesse und Phänomene. Dies können z. B. individuelle Faktoren, Faktoren des Familiensystems und soziokulturelle Faktoren sein.

Multilokale Mehrgenerationen-Familie. Fachbegriff für eine Familienform, in der jede Generation für sich allein wohnt und haushaltet. Multilokalität kann bedeuten, dass alle Familienmitglieder in der gleichen Straße wohnen, aber auch, dass Familienmitglieder in weit entfernten Städten leben.

Multi-Problem-Familien. Familien, in denen eine Vielzahl von individuellen und sozialen Problemen auftreten, welche die Bewältigungskompetenzen des Familiensystems überfordert. Diese Familien benötigen daher in besonderem Maße professionelle Hilfe und Unterstützung, um ihre Probleme bearbeiten zu können.

Paartherapie. → Psychotherapie mit gleichzeitiger Behandlung von zwei (Ehe-)Partnern. Behandlungsanlass sind häufig schwerwiegende Konflikte, Trennungsabsichten oder sexuelle Probleme. Zuweilen werden auch individuelle Probleme und Symptome im Rahmen einer Paartherapie bearbeitet. Das Paar wird als → intimes Beziehungssystem aufgefasst, dessen Probleme durch bestimmte Muster der → Kommunikation zwischen den Partnern bedingt und aufrechterhalten werden.

Palliativbehandlung. Medizinische und pflegerische Maßnahmen, die nicht auf Heilung oder Lebensverlängerung abzielen, sondern primär auf eine Verbesserung der Lebensqualität. Neben der optimalen medikamentösen Schmerztherapie umfasst die Palliativbehandlung das bestmögliche Eingehen auf körperliche und psychische Bedürfnisse des Patienten.

Paradigmenwechsel. Fundamentale Veränderung des Blickwinkels auf ein wissenschaftliches Feld oder einen wissenschaftlichen Gegenstand (z. B. Familie).

Parent Effectiveness Training (PET). Von Thomas Gordon entwickelter Elternkurs, der auf einer personenzentrierten Grundhaltung basiert. Wertschätzung, Authentizität und Empathie werden als wesentliche Merkmale eines positiven Erziehungsverhaltens angesehen. In den Elternkursen wird anhand konkreter Beispielsituationen besprochen, wie dies im Alltag umgesetzt werden kann. Wichtige Techniken sind dabei → Aktives Zuhören, ICH-Botschaften und die niederlagelose Methode.

Parentifizierung. Form der → Rollenumkehr zwischen Eltern und Kind, wobei minderjährige Kinder Verantwortung für ihre Eltern übernehmen und diese unterstützen. Dies kann der Fall sein, wenn Eltern ihre Erziehungs- und Fürsorgefunktion unzureichend erfüllen und selbst (zeitweise) hilfebedürftig sind (z. B. psychisch kranke Eltern). Die Kinder übernehmen dann eine nicht kindgerechte und tendenziell überfordernde »Eltern-Rolle«.

Patchwork-Familie. Von einer Patchwork-Familie spricht man, wenn geschiedene bzw. getrennte Partner und deren Kinder zu neuen Familien zusammenfinden (synonym: → Stieffamilie; → Fortsetzungsfamilie).

Patientenverfügung. Schriftliche Willenserklärung für den Fall, dass keine eigene Entscheidung bezüglich der medizinischen Behandlung mehr getroffen werden kann. Meist erstellen ältere Menschen eine Patientenverfügung, oft aus Angst, als Sterbender oder Pflegefall einer ungewollten Behandlung (z. B. künstliche Beatmung, Sondenernährung) ausgeliefert zu sein.

PEKiP (Prager Eltern-Kind-Programm). Angebot der → Familienbildung zur Förderung und Begleitung kindlicher Entwicklungsprozesse und zur Stärkung der Eltern-Kind-Beziehung im ersten Lebensjahr. Während des Programms soll ein Erfahrungsaustausch zwischen den Eltern und die Kontaktaufnahme der Kinder untereinander ermöglicht werden. An einem PEKiP Programm können jeweils sechs bis acht Eltern mit ihren Kindern teilnehmen. Die Treffen finden in einem regelmäßigen Rhythmus statt und der Ablauf ist durch feste Bausteine (z. B. Rundgespräch, Begrüßungslied) gekennzeichnet.

Permanente Elternschaft. Elternschaft ohne die Perspektive einer Ablösung, z. B. wenn Kinder aufgrund von chronischen Erkrankungen oder Behinderungen ihr Leben lang auf die elterliche Unterstützung angewiesen bleiben.

Pflegefamilie. Wenn Einzelpersonen oder Paare ein Kind längerfristig zur Pflege annehmen, werden sie als Pflegeeltern bezeichnet. Eine Vollzeitpflege wird in der Regel vom Jugendamt organisiert, z. B. bei dauerhafter Erziehungsunfähigkeit der leiblichen Eltern. Rechtlich gesehen handelt es sich um eine → Hilfe zur Erziehung; die elterliche Sorge für das Pflegekind verbleibt bei den leiblichen Eltern, sofern das Sorgerecht nicht entzogen und auf einen Vormund übertragen wurde.

Postpartale Stimmungskrisen. Psychische Krisen, die viele Mütter nach der Geburt erleben und die unterschiedlich stark ausgeprägt sind. Bei postpartalen Stimmungstiefs (»Baby Blues«) sind die Frauen einige Zeit emotional sehr labil. Eine postpartale → Depression (»Wochenbettdepression«) kann mehrere Monate anhalten. Postpartale Angstzustände bezeichnen z. B. irrationale Ängste um das Baby, sowie die Angst, Anforderungen und Verantwortung der Elternschaft nicht gewachsen zu sein.

Prävention. Vermeidung von problematischen Entwicklungen und Verhaltensweisen sowie von Folgeproblemen. Primäre Prävention beinhaltet vorbeugende Maßnahmen, bevor ein Problem überhaupt auftritt. Sekundäre Prävention umfasst Maßnahmen für Risikogruppen, während tertiäre Prävention auf die Verhinderung bzw. Begrenzung von Folgeschäden bei bereits verfestigten Problemen abzielt.

Primärbeziehungen. Bezeichnung für Eltern-Kind-Beziehungen und Geschwisterbeziehungen. Sie sind von Anfang an da und dauern in der Regel so lange, bis eines der Geschwister bzw. Elternteile stirbt. Primäre Bezugspersonen sind emotional gesehen die wichtigsten Bindungspersonen eines Menschen.

Psychische Störung. Unter einer psychischen Störung wird eine erhebliche, krankheitswertige Abweichung vom normalen Erleben oder Verhalten verstanden. Beispiele für psychische Störungen sind → Depressionen, Angst- und Zwangsstörungen, → Schizophrenien, Anpassungsstörungen und → Borderline-Persönlichkeitsstörungen. Die für die jeweilige psychische Störung typischen Symptome bedeuten eine enorme Belastung sowohl für die Betroffenen als auch für dessen Familienangehörige.

Psychiatrie. Die Psychiatrie ist ein Fachgebiet der Medizin. Sie befasst sich mit der Erkennung, Behandlung, Rehabilitation, Prävention und der Begutachtung schwerer → psychischer Störungen und Erkrankungen, z. B. Schizophrenie oder → Depression. Ein wichtiger Grundpfeiler der psychiatrischen Behandlung ist die Behandlung mit Medikamenten (Pharmakotherapie).

Psychoedukation. Patientenschulung für psychisch kranke Menschen, die meist im Gruppensetting durchgeführt wird. Zum Teil werden auch die Angehörigen des Patienten einbezogen oder erhalten eine separate Psychoedukation. Wichtige Elemente sind (1) Informationsvermittlung (Symptomatik, Ursachen, Behandlung etc.); (2) emotionale Entlastung (Gespräche und Erfahrungsaustausch); (3) Unterstützung der medikamentösen und/oder psychotherapeutischen Behandlung, indem die Kooperationsbereitschaft (Compliance) gefördert wird; (4) Hilfe zur Selbsthilfe (z.B. Erkennen und Bewältigen von Krisensituationen)

Psychotherapeutengesetz. Seit 1999 in Deutschland geltendes Gesetz, das die Ausübung der → Psychotherapie durch Psychologische Psychotherapeuten sowie Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeuten regelt. Nur Personen, die eine → Approbation haben, dürfen die entsprechende Berufsbezeichnung »Psychotherapeut« führen.

Psychologie. Wissenschaft, die das Verhalten und Erleben des Menschen, seine Entwicklung im Laufe des Lebens und alle dafür maßgeblichen inneren und äußeren Ursachen beschreibt und erklärt. Die an Hochschulen gelehrt Psychologie ist eine empirische Wissenschaft. Sie hat den Anspruch, psychologische Theorien und daraus abgeleitete Modelle und Aussagen anhand von Daten und Fakten und mit geeigneten wissenschaftlichen Methoden zu prüfen. Wichtige Teildisziplinen der Psychologie sind u.a. → Klinische Psychologie, → Entwicklungspsychologie, Sozialpsychologie und Persönlichkeitspsychologie. Die → Familienpsychologie ist als eigenständige psychologische Teildisziplin noch relativ jung.

Psychoanalyse. Methode der → Psychotherapie, die von Sigmund Freud entwickelt wurde. Der Grundgedanke der Psychoanalyse ist, dass psychische Erkrankungen und Symptome auf unbewussten inneren Konflikten beruhen. Symptome haben danach eine für den Patienten nicht verstehbare Funktion (z. B. Schutzfunktion, Ersatzhandlung etc.), die im Verlauf der Heilbehandlung bewusst wird. Der Begriff »Psychoanalyse« steht sowohl für die Theorie von Freud als auch für die therapeutische Methodik.

Psychotherapie. Heilbehandlung von Personen mit → psychischen oder psychosomatischen Erkrankungen bzw. Störungen. Es gibt unterschiedliche Arten von Psychotherapie, z. B. → Verhaltenstherapie, → Psychoanalyse, → Gesprächspsychotherapie oder → Systemische Familientherapie. Eine Psychotherapie darf in Deutschland nur von approbierten psychologischen oder ärztlichen Psychotherapeuten durchgeführt werden. Sozialpädagogen/ Sozialarbeiter mit Diplom- oder Masterabschluss können eine Approbation in Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie erwerben.

Queer families. Schwule oder lesbische Paare, die ihren Kinderwunsch z. B. durch → Insemination, künstliche Befruchtung oder → Adoption realisieren.

Reflektierendes Team. Vorgehensweise in der → systemischen Familientherapie. Dabei wird das Therapiegespräch durch eine Reflexionsphase von Beobachtern unterbrochen. Die Klienten hören der Diskussion zu; anschließend sprechen die Klienten mit den Therapeuten über die Gedanken und Gefühle, die beim Zuhören entstanden sind. Durch diese Technik können familiäre Probleme aus mehreren Perspektiven analysiert und neue Informationen in die Therapie »eingespeist« werden.

Regenbogenfamilien. Familienkonstellationen, in denen lesbische, schwule, bisexuelle, transgender oder queere (LGBTQ) Eltern Erziehungsverantwortung für ihre biologischen und/oder sozialen Kinder übernehmen. Neben Paaren, die mit Kindern aus einer früheren heterosexuellen Beziehung zusammenleben, gibt es Paare, die ihren Kinderwunsch z. B. durch Insemination, künstliche Befruchtung oder Adoption realisieren (→ »queer families«). Etwa 90% aller Regenbogenfamilien sind lesbische Elternpaare mit Kindern.

Resilienz. Konstitutionelle oder im Lauf der Entwicklung erworbene Widerstandsfähigkeit gegenüber erlebten Belastungen. Resilienz hilft dabei, trotz ungünstiger Lebens- und Arbeitsbedingungen psychisch und körperlich gesund zu bleiben.

Ressourcen. Kraftquellen und Potenziale, die zur Bewältigung von Entwicklungsaufgaben und Alltagsanforderungen zur Verfügung stehen. Personale Ressourcen umfassen z. B. positive bzw. günstige Einstellungen, Selbstwahrnehmungen, Bewältigungsstile und Handlungskompetenzen. Unter sozialen Ressourcen versteht man Beziehungen, in denen Personen oder Familienmitglieder Hilfe und Unterstützung erfahren (z. B. Partnerschaft, Familie, Freundschaftsnetzwerke).

Retroaktive Sozialisation. Fachbegriff für das Phänomen, dass, Kinder nicht nur von erwachsenen Familienmitgliedern geprägt werden (aktive Sozialisation), sondern auch selbst die Entwicklung ihrer Eltern und Großeltern beeinflussen.

Rollenumkehr. Erwachsene Kinder müssen gegenüber ihren Eltern, die im Alter pflegebedürftig werden, mehr Verantwortung übernehmen. Dies bedeutet eine Umkehr der ursprünglichen Eltern-Kind-Beziehung und wird daher als »Rollenumkehr« bezeichnet. Die Pflegebedürftigkeit der Eltern kann so eine Doppelbelastung sein, wenn zusätzlich eigene kleine Kinder zu betreuen sind und ist häufig mit ungewohnten Anforderungen verbunden. Eine Rollenumkehr kann aber auch im Rahmen einer → Parentifizierung minderjähriger Kinder erfolgen.

Rückkoppelung (auch: Feedback). → Interaktion, bei der Verhaltensweisen verschiedener Familienmitglieder wechselseitig aufeinander zurückwirken. Bei positiver Rückkoppelung bedingt und verstärkt sich das Verhalten der Interaktionspartner → Eskalation). Bei negativer Rückkoppelung tragen die Interaktionspartner durch ihr Verhalten dazu bei, dass das System zu einem stabilen Gleichgewichtszustand (→ Homöostase) zurückkehrt.

Sandwich-Generation. Bezeichnung für die Gruppe der etwa 40- bis 60-jährigen berufstätigen Eltern, die sowohl Erziehung ihrer minderjährigen Kinder als auch die Betreuung ihrer eigenen pflegebedürftigen Eltern bewältigen müssen und dadurch eine Kumulation unterschiedlicher Belastungen erleben.

Scheidungsmediation. Verfahren der außergerichtlichen Konfliktbearbeitung bei Ehescheidungen. Unter der Vermittlung eines neutralen Mediators handeln die beiden Partner eigenverantwortlich Lösungen für alle Fragen und Probleme aus, die sich aus der Scheidung ergeben. Ziel ist es, Lösungen zu finden, die von beiden Partnern akzeptiert und getragen werden.

Schizoaffektive Psychose. Psychische Störung, bei der sowohl Symptome der → Schizophrenie als auch Symptome → bipolarer Störungen (Depressivität, Manie) auftreten.

Schizophrenie. Psychische Erkrankung, die durch schwere Störungen des Denkens, der Wahrnehmung und des emotionalen Erlebens gekennzeichnet ist. Häufige Symptome einer Schizophrenie sind z.B. akustische Halluzinationen (Stimmenhören), Wahngedanken, bizarre wirkendes Verhalten und unangemessene Gefühlreaktionen. Schizophrene Erkrankungen beginnen häufig in der Adoleszenz und verlaufen in den meisten Fällen chronisch. Sie bedürfen in der Regel einer dauerhaften medikamentösen Behandlung.

Schreiambulanz. In Schreiambulanzen erhalten Eltern, deren Säuglinge einen unruhigen Lebensrhythmus haben und sehr oft schreien, Hilfen für einen adäquaten Umgang mit ihrem Kind. Zudem werden auch Hilfen für Eltern mit Kindern bis zu drei Jahren angeboten, die sich durch das Verhalten ihres Kindes verunsichert oder überfordert fühlen. Gemeinsam mit den Eltern werden Lösungswege erarbeitet, um den bestmöglichen Aufbau einer Bindungsbeziehung zu ermöglichen.

Schuldprinzip. Bis 1977 geltendes rechtliches Prinzip bei Ehescheidungen, nach dem eine Scheidung nur bei Feststellung der Schuld eines Ehepartners oder beider Ehepartner möglich war. Wurde ein Ehepartner schuldig geschieden, hatte er kein → Sorgerecht und Recht auf Unterhaltszahlungen. Das Schuldprinzip wurde 1977 durch das → Zerrüttungsprinzip ersetzt.

Selbstkonzept. Kognitive Komponente der Identität, also Wissen und Vorstellungen über die eigene Person, z. B. bezüglich eigener Eigenschaften, Fähigkeiten, Einstellungen und Wünsche. Hingegen bezeichnet der Begriff »Selbstwertgefühl« die affektive Komponente der Identität – also das Maß, in dem sich eine Person selbst annehmen und wertschätzen kann.

Selbstorganisation. Fähigkeit eines Familiensystems, sich an äußere und innere Veränderungen anzupassen und seine Funktionsfähigkeit aufrecht zu erhalten.

Sorgerecht. Das Recht und die Pflicht der Eltern, für das persönliche Wohl ihres Kindes zu sorgen und es gesetzlich zu vertreten. Nur wenn es das → Kindeswohl erfordert, wird das Sorgerecht einem oder beiden Eltern ganz oder teilweise entzogen. Rechtsstreitigkeiten um das Sorgerecht gibt es häufig im Zusammenhang mit einer elterlichen Trennung und Scheidung. In der Regel haben auch nach einer Scheidung beide Eltern die gemeinsame Sorge für ihre Kinder – es sei denn, das Familiengericht entscheidet sich zum Wohle des Kindes dagegen.

SOS-Kinderdorf-Familien. In einem SOS-Kinderdorf finden Kinder, die nicht bei ihren Eltern aufwachsen können, ein neues Zuhause. In einer SOS-Kinderdorf-Familie leben fünf bis sechs Kinder zusammen mit der SOS-Kinderdorfmutter bzw. dem SOS-Kinderdorfvater in einem Haushalt. Ziel ist es, den oft traumatisierten Kindern einen familiären Beziehungskontext bereitzustellen und eine bestmögliche emotionale und soziale Entwicklung zu ermöglichen. SOS-Kinderdorfmütter und -väter haben eine qualifizierte sozialpädagogische Erzieherausbildung und werden zusätzlich von weiteren pädagogischen Kräften beraten und unterstützt.

Soziale Lerntheorie. Theorie, die besagt, dass Verhalten durch Beobachtung und Nachahmung sozialer Rollenmodelle erlernt wird. So wird z. B. gewalttätiges Verhalten (ähnlich wie andere Verhaltensweisen) durch Beobachtung und Nachahmung sozialer Rollenmodelle erlernt. Unter bestimmten Bedingungen ist es besonders wahrscheinlich, dass beobachtetes Verhalten übernommen wird. Etwa dann, wenn das Rollenmodell positiv und in verschiedener Hinsicht als ähnlich wahrgenommen wird, oder wenn die beobachtete Person (z. B. der Vater) mit Gewalt erfolgreich ihren Willen durchsetzt.

Sozialpädagogische Familienhilfe. Die Sozialpädagogische Familienhilfe (§ 31 SGB VIII/KJHG) gehört rechtlich gesehen zu den → Hilfen zur Erziehung (§ 27 SGB VIII). Es handelt sich damit schwerpunktmäßig um eine Jugendhilfemaßnahme. Durch die intensive Beratung und Begleitung der Familie werden Lösungen von Alltagsproblemen und Konfliktbewältigung probiert und geübt. In der Regel ist eine SPFH für einen längeren Zeitraum (ein bis zwei Jahre) konzipiert.

Sozialpädiatrisches Zentrum (SPZ). Einrichtung der ambulanten Versorgung von Kindern und Jugendlichen, die von → Entwicklungsstörungen bedroht oder betroffen sind. Das können zum Beispiel Aufmerksamkeitsstörungen, geistige Behinderungen oder Sprachstörungen sein. In einem SPZ werden Diagnostik und Therapie vorgenommen, um auf die Störungen der Kinder und Jugendlichen zu reagieren und die Entwicklung auf diese Weise zu fördern. In einem SPZ arbeiten Angehörige verschiedener Berufe (Mediziner, Psychologen, Heilpädagogen, Physiotherapeuten, Sozialarbeiter etc.) in einem interdisziplinären Team.

Starke Eltern – starke Kinder. Elternkurs, der vom Deutschen Kinderschutzbund entwickelt und verbreitet wurde. Er umfasst Bausteine der Gesprächspsychotherapie, der Verhaltenstherapie, der Kommunikationstheorie und der → systemischen Familientherapie. Primäres Ziel ist es, die Erziehungsfähigkeit der Eltern zu stärken, den Kinderrechten Geltung zu verschaffen und → häuslicher Gewalt vorzubeugen. Das Programm ist → ressourcenorientiert angelegt und setzt an den positiven Erziehungsleistungen der Eltern an.

Stieffamilie. Familie, die aus einem oder mehreren Kindern, deren leiblichem Elternteil und einem nicht blutsverwandten Stiefelternteil besteht. Stieffamilien entstehen, wenn nach einer Trennung/Scheidung oder (seltener) nach Todesfällen neue Partnerschaften eingegangen werden. Heute werden Stieffamilien häufig auch als → Patchwork-Familien bezeichnet.

Stiefgeschwister. Geschwister, die genetisch nicht miteinander verwandt sind, aber in einem gemeinsamen Haushalt mit einem leiblichen Elternteil und den Kindern des anderen Elternteils zusammenleben.

Stiefkindadoption. Die → Adoption eines Kindes durch den (Ehe-)Partner des leiblichen Elternteils. Für nicht-leibliche schwule und lesbische Eltern ist die Stiefkindadoption eine Möglichkeit, das volle Sorgerecht für leibliche Kinder des Ehepartners zu erhalten.

Subsystem. Untergeordnete → Systemebene. Bei einer Familie können z. B. Eltern- und Geschwisterbeziehungen als familiäre Subsysteme betrachtet werden.

Sukzessivadoption. Die → Adoption eines Adoptivkindes durch den (Ehe-)Partner des Adoptivelternteils.

Suprasystem. Übergeordnete bzw. umgebende → Systemebene. Bei einer Familie kann z. B. die Verwandtschaft als Suprasystem betrachtet werden.

Symptomverschreibung. Methode aus der → systemischen Familientherapie. Symptomatisches Verhalten wird ausdrücklich empfohlen (paradoxe Intervention) Beispiel: »Bitte verändern Sie Ihr Essverhalten bis zur nächsten Therapiesitzung auf keinen Fall!«

System. Gesamtheit von Elementen, die so aufeinander bezogen sind und in einer Weise interagieren, dass sie als Einheit angesehen werden können und sich in dieser Hinsicht gegenüber der sie umgebenden Umwelt abgrenzen.

Systemebenen. Aus Sicht der → Familienpsychologie lassen sich unterschiedliche Systemebenen unterscheiden, die einander umschließen wie die Schalen einer Zwiebel. Auf der personalen Ebene wird eine einzelne Person als körperlich-seelisches System definiert. Auf der interpersonalen Ebene wird die Interaktion in einer wichtigen sozialen Beziehung (z. B. zum Ehepartner) betrachtet. Auf der familiensystemischen Ebene betrachtet man das Verhalten und Erleben einer Person im Gesamtkontext des sie umgebenden Familiensystems oder anderer Rahmensysteme.

Systemische Beratung. Beraterische Unterstützung auf systemischer Grundlage, die sich aus der → systemischen Familientherapie entwickelt hat. Theoretischer Hintergrund sind u.a. die → Systemtheorie, → Kommunikationstheorie sowie die Erkenntnisse und Methoden verschiedener familientherapeutischer Schulen. Bei systemischer Beratung geht es primär um das Stärken der → Ressourcen und Kompetenzen des jeweiligen zu beratenden → Systems. Zur Betonung dieser Vorgehensweise wird systemische Beratung häufig auch als »ressourcenorientierte Beratung« bzw. »lösungsorientierte Beratung« bezeichnet.

Systemische Familientherapie. Richtung der → Psychotherapie, die systemische Zusammenhänge und interpersonelle Beziehungen in einer Familie als Grundlage für die Diagnose und Therapie von → psychischen Störungen und Problemen sowie von interpersonellen Konflikten betrachtet. Eine systemische Familientherapie bezieht idealerweise alle Familienmitglieder ein, kann aber auch mit Einzelklienten durchgeführt werden.

Tagesmutter. Frau, die (meist kleine) Kinder gegen Bezahlung bei sich zu Hause betreut. Erfolgt die Tagesbetreuung im Haushalt der Eltern, so spricht man von einer Kinderfrau.

Täter-Opfer-Beziehung. Im Falle von → häuslicher Gewalt können (Ehe-)Partner, Eltern, Kinder und andere Familienmitglieder Täter oder Opfer sein. Diese Form der Beziehung ist oft durch eine emotionale Bindung zwischen Täter und Opfer gekennzeichnet, die in der Regel auch nach einer räumlichen Trennung weiter besteht.

Themenzentrierte Interaktion (TZI). Konzept der Gruppenarbeit, das von der Psychoanalytikerin und Psychologin Ruth Cohn entwickelt wurde. Ziel der TZI ist soziales Lernen und persönliche Entwicklung der Teilnehmer. Vier Faktoren werden als zentral für die TZI betrachtet: (1) ICH, d.h. die einzelnen Personen mit ihren Anliegen und Befindlichkeiten; (2) WIR, d.h. die Gruppe, ihre → Gruppendynamik und die → Kommunikation zwischen den Teilnehmern; (3) ES, d.h. die Aufgabe, das Thema oder das Ziel der Gruppe, sowie (4) GLOBE, d.h. das organisatorische, soziale, politische, kulturelle engere und weitere Umfeld der Gruppe.

Trauerarbeit. Von Sigmund Freud geprägter Begriff für den Trauerprozess nach einem schweren Verlusterlebnis. Traditionell wird Trauerarbeit mit den Anforderungen des Abschiednehmens und des emotionalen Loslassens verbunden. In diesem Sinn stellt die Unterstützung von Trauerarbeit meist ein wichtiges Ziel in der Beratung und Therapie von Hinterbliebenen dar. Neuere Ansätze der Trauerpsychologie berücksichtigen, dass Trauerarbeit auch den Aufbau einer neuen inneren Beziehung zum Verstorbenen umfassen kann.

Traumatisierung. Psychische Erschütterung durch ein Erlebnis, das die psychischen Belastungsgrenzen des Betroffenen übersteigt und nicht adäquat verarbeitet werden kann. Beispiele für solche Erlebnisse sind Krieg, Folter, Unfälle, sexueller → Missbrauch oder → Misshandlung. Aber auch emotionale Vernachlässigung, Verwahrlosung oder soziale Ausgrenzung kann traumatisierend wirken. Als Folge einer Traumatisierung können → psychische Störungen entstehen, wie z. B. Posttraumatische Belastungsstörungen, abnorme Belastungsreaktionen oder Anpassungsstörungen.

Trennungsangst. Ängstliche, verzweifelte oder unglückliche Reaktion von (meist kleineren) Kindern auf die zeitweilige Abwesenheit der vertrauten Bezugsperson (z. B. wenn die Mutter zum Einkaufen die Wohnung verlässt). Häufig tritt Trennungsangst auch im Dunkeln oder beim Alleinsein im Kinderzimmer auf, was Einschlaf- bzw. Durchschlafschwierigkeiten oder nächtliche Angstattacken auslösen kann.

Triadische Familienbeziehung (Triade). Bezeichnung für die Konstellation einer Familie mit zwei Elternteilen und einem Kind. Bei der Geburt des zweiten Kindes wird eine familiäre Triade zu einer Tetrade mit vier Personen.

Triple P (»Positive Parenting Program«). Elternkurs zur Förderung der Erziehungskompetenz und zur Prävention von → häuslicher Gewalt. Mithilfe von Gruppenseminaren und schriftlichen Anweisungen für spezielle Erziehungsprobleme (»Kleine Helfer«) sollen Eltern dabei unterstützt werden, eine positive Beziehung zum Kind aufzubauen. Das Programm verbindet eine partnerschaftliche Erziehungsgrundhaltung mit → lerntheoretischen Erziehungsprinzipien. Wesentliche Aspekte sind (1) eine positive Beziehung zum Kind entwickeln; (2) wünschenswertes Verhalten durch Nutzung der → Lerngesetze fördern; (3) adäquater Umgang mit Problemverhalten.

Umgangsrecht. Kinder geschiedener Eltern haben einen eigenen Rechtsanspruch auf den Umgang mit beiden Elternteilen, unabhängig von der Art des elterlichen → Sorgerechts. Die Eltern werden bei der Ausübung des Sorgerechts dazu verpflichtet, »alles zu unterlassen, was das Verhältnis des Kindes zum jeweils anderen Elternteil beeinträchtigt oder die Erziehung erschwert« (§ 1684 Abs. 2 BGB; sog. »Wohlvhaltensklausel«). Umgangsberechtigte Personen sind nicht nur die Eltern, sondern auch Großeltern, Geschwister, frühere Pflegeeltern.

Vaterschaft. Aus → familienrechtlicher Sicht (vgl. BGB § 1592) kann ein Mann aus drei Gründen Vater werden: (1) Er ist zum Zeitpunkt der Geburt mit der Mutter des Kindes verheiratet (unabhängig davon, ob er das Kind gezeugt hat); (2) Er hat die Vaterschaft anerkannt und die Mutter ist nicht mit einem anderen Mann verheiratet; (3) die Vaterschaft wurde gerichtlich festgestellt (z. B. mit Hilfe eines Vaterschaftstests). Der juristische Vater hat ein Recht darauf zu erfahren, ob er auch der biologische Vater des Kindes ist. Ferner kann durch → Adoption eine juristische Vaterschaft begründet werden oder wechseln.

Verhaltenstherapie. Richtung der → Psychotherapie, die von der Grundannahme ausgeht, dass die Symptome einer → psychischen Störung erlernt sind und auch wieder verlernt werden können. Auf der Grundlage der Lerngesetze werden die Bedingungen für die Entstehung und Aufrechterhaltung der zu behandelnden Störung analysiert und ein entsprechender Therapieplan entwickelt. Die moderne Verhaltenstherapie stellt zunehmend die Hilfe zur Selbsthilfe in den Mittelpunkt, indem sie dem Klienten Methoden an die Hand gibt, mit denen er zukünftig besser zurecht kommt (»Selbstmanagement-Therapie«).

Vernachlässigung. Bezeichnung für ein Verhalten von Eltern oder Erziehungspersonen, das kindliche Grundbedürfnisse (z. B. Ernährung, Körperpflege, emotionale Zuwendung, Geborgenheit, Anregung und Abwechslung) missachtet. Beispiele: Kleine Kinder in einer Wohnung sich selbst überlassen; Kinder stundenlang und unkontrolliert fernsehen lassen; keine ausreichende Nahrung, Kleidung etc. bereitstellen; ein krankes Kind nicht bzw. nicht rechtzeitig zum Arzt bringen; keine geistigen Anregungen bereitstellen (z. B. Bilderbücher vorlesen, Zoobesuch, Malen, Basteln etc.). Die Vernachlässigung von Kindern ist als Verletzung des → Kindeswohls anzusehen, die eine → Inobhutnahme durch das Jugendamt rechtfertigen kann.

Verwandtenpflege. Wenn Eltern einen Anspruch auf → Hilfen zur Erziehung in Form einer Vollzeitpflege nach § 27 in Verbindung mit § 33 SGB VIII haben, können sie beantragen, dass diese bei Verwandten erfolgt (z.B. bei den Großeltern oder einer Tante des Kindes). Diese Verwandten übernehmen dann die Funktion von → Pflegefamilien.

Vulnerabilität. Die genetisch bedingte oder im Lauf der Entwicklung erworbene Verwundbarkeit bzw. Anfälligkeit für bestimmte Probleme und Störungen (z.B. körperliche, psychosomatische oder → psychische Erkrankungen).

Wandel erster Ordnung. Veränderung von Konstellationen und Abläufen innerhalb der Familie, bei denen das Familiensystem als Ganzes unverändert funktioniert.

Wandel zweiter Ordnung. Veränderungen innerhalb der Familie, die das → System selbst ändern.

Wunderfrage. Fragetechnik aus der → systemischen Familientherapie. Der Therapeut bittet die Klienten, sich vorzustellen, ihr Problem wäre wie durch ein Wunder verschwunden. In der Folge wird genau exploriert, welche Auswirkungen dieses Wunder auf das Familiensystem hätte. Den Klienten wird bewusst, dass sie durchaus aktiv dazu beitragen können, diese Auswirkungen zu realisieren.

Zerrüttungsprinzip. Nach § 1565 BGB kann eine Ehe geschieden werden, wenn sie gescheitert ist. Dies ist der Fall, wenn die Lebensgemeinschaft der Ehegatten nicht mehr besteht und nicht erwartet werden kann, dass die Ehegatten sie wiederherstellen. Das Zerrüttungsprinzip hat im Jahr 1977 das → Schuldprinzip im Ehescheidungsrecht abgelöst.

Zirkuläres Fragen. Fragetechnik aus der → systemischen Familientherapie, die Verhaltensweisen und Symptome als Kommunikationsangebot für andere Familienmitglieder betrachtet. Der Therapeut erfragt Informationen werden nicht direkt, sondern über den »Umweg« eines anderen Familienmitglieds (Beispiel: »Was glauben Sie, wie Ihre Frau die Situation erlebt?«). Durch die zirkuläre Fragetechnik werden die Beteiligten zu neuen Sichtweisen und Bewertungen angeregt.

Zirkuläre Kausalität. Nicht-lineare Betrachtungsweise von Ursache und Wirkung: Im Gegensatz zur → linearen Kausalität wird davon ausgegangen, dass sich zwei Phänomene A und B gegenseitig bedingen. Zirkuläre Kausalität rückt den Kommunikationsprozess selbst in den Mittelpunkt der Betrachtung.

Zugewinnngemeinschaft. Rechtliches Prinzip im Hinblick auf den Besitzstand eines Ehepaars. Nach § 1363 BGB leben die Ehegatten im Güterstand der Zugewinnngemeinschaft, wenn sie nicht durch Ehevertrag etwas anderes vereinbaren. Das Vermögen des Mannes und das Vermögen der Frau werden nicht gemeinschaftliches Vermögen der Ehegatten. Der Zugewinn, den die Ehegatten im Verlauf der Ehe erzielen, wird jedoch im Falle einer Scheidung ausgeglichen.

Kommentierte Links zu externen Webseiten

Kapitel 1: Grundlagen der Familienpsychologie

Das Online-Familienhandbuch

Das bayerische Staatsinstitut für Frühpädagogik und Medienkompetenz (Leitung: Prof. Dr. Fabienne Becker-Stoll) bietet auf seiner Homepage ein Online-Familienhandbuch an. Dieses umfasst außerordentlich umfangreiche, differenzierte und aktuelle Informationen zu zahlreichen Familienthemen. Diese sind auch in leichter Sprache verfügbar. Unbedingt empfehlenswert!

<https://www.familienhandbuch.de/index.php#>

Familienreport 2020 – Daten, Fakten, Trends

Diese im Auftrag des Bundesfamilienministeriums erstellte Broschüre informiert über die aktuellen Entwicklungen von Familien in Deutschland und stellt familienpolitische Vorhaben und Maßnahmen vor. Sie enthält aktuelle Zahlen und Daten zum Familienleben sowie eine Darstellung von familienbezogenen Leistungen, Wirkungen und Trends.

<https://www.bmfsfj.de/bmfsfj/service/publikationen/familie-heute-daten-fakten-trends--163110>

Podcast »Was macht eigentlich eine funktionierende Familie aus?«

Radiobeitrag »Familie heute« auf MDR: Interview mit dem Verfasser des Lehrbuchs »Familienpsychologie kompakt« Prof. Jungbauer zum Thema »Familie heute« (ca. 6 Min.). Der Podcast ist auf dem YouTube-Kanal des Autors verfügbar:

<https://www.youtube.com/watch?v=wdqGZ3tMgyw>

Kapitel 2: Die Familiensystemtheorie

Die systemische Perspektive in der Familienpsychologie

In diesem kurzen Erklärvideo wird erläutert, warum eine multiperspektivische systemische Betrachtungsweise nützlich ist, um familiäre Phänomene und Dynamiken zu verstehen. Das Video ist auf dem YouTube-Kanal des Autors verfügbar:

<https://www.youtube.com/watch?v=EZ2kvV-qbOI&t=34s>

Einfach erklärt: Die Systemtheorie der Gesellschaft von Niklas Luhmann

Mit seiner Systemtheorie will Luhmann alle sozialen Phänomene erklären können. Mit welchen Überlegungen ihm das gelingen will, ist in diesem Erklärvideo zu erfahren. Das Video ist auf YouTube verfügbar:

https://www.youtube.com/watch?v=_J-8lrTW9Fc

Wahrheit und Wirklichkeit

Ein Interview zum Thema »Wie wirklich ist die Wirklichkeit?« mit Prof. Dr. Paul Watzlawick, einem der wichtigsten Theoretiker des Konstruktivismus. Das Video ist auf YouTube-Kanal verfügbar:

<https://www.youtube.com/watch?v=3dkrIN3Is1U>

Kapitel 3: Familienentwicklung

Für Einsteiger: Was ist Familienentwicklung?

In diesem Erklärvideo aus der Reihe »Basics der Familienpsychologie« wird erläutert, dass Familien dynamische Systeme sind, die sich permanent weiterentwickeln. Dabei treten phasenspezifische Anforderungen auf, die als Familienentwicklungsaufgaben bezeichnet werden. Das Video ist auf dem YouTube-Kanal des Autors verfügbar:

<https://www.youtube.com/watch?v=dxt9g3GIC94&t=110s>

Für Fortgeschrittene: Familienentwicklungstheorie 2.0

Ein englischsprachiger Artikel der US-amerikanischen Familienpsychologen J. Scott Crapo und Kay Bradford, die eine Erweiterung der klassischen Familienentwicklungstheorie um folgende vier Dimensionen vorschlagen: persönliche, berufliche, Paar- und generative Entwicklung. Der Artikel ist als Download über die Wissenschafts-Plattform ResearchGate frei verfügbar:

<https://bit.ly/3LS7II1>

Kapitel 4: Der Übergang zur Elternschaft

Partner werden Eltern: Wechselwirkungen zwischen Paaren und Kindern

In einem Beitrag im Online-Familienhandbuch beschreibt die Familienpsychologin Dr. Johanna Graf die Veränderungen in Partnerschaft und Familie im Zuge des Übergangs zur Elternschaft.

<https://www.familienhandbuch.de/familie-leben/familienformen/muetter-vaeter/partnerwerdeneltern.php>

Gesundheitsförderung rund um die Geburt

In diesem Artikel wird ein 10-Phasen-Modell der Gesundheitsförderung beim Übergang zur Elternschaft vorgestellt. Das Modell wurde in Anlehnung an das Modell »Schwangerschaft und erste Geburt« von Gabriele Gloger-Tippelt entwickelt. Der Artikel ist als Download über die Wissenschafts-Plattform ResearchGate frei verfügbar:

<https://bit.ly/3x8IW1U>

Elternbriefe: Information zum Leben mit Kindern von Anfang an

Der Berliner Arbeitskreis Neue Erziehung e.V. (ANE) verschickt gegen eine geringe Gebühr »Elternbriefe« mit nützlichen Tipps und Informationen für Eltern – von der Geburt des Kindes bis zu einem Alter von acht Jahren. Die Briefe werden dem Alter des Kindes entsprechend einzeln mit der Post zugeschickt. Anforderung unter:

<https://www.ane.de/elternbriefe>

Erzählcafé-Aktion »Start ins Leben«

Informationen zu einem bundesweiten Kooperationsprojekt zum Erfahrungsaustausch über Schwangerschaft und Geburt. In offenen Erzählcafés können Mütter und Väter ihr Erfahrungswissen weitergeben und generationsübergreifend nutzbar machen.

<https://erzaehlcafe.net/>

Frühe Hilfen

Informationen des Bundesfamilienministeriums über Frühe Hilfen für Familien und junge Eltern - von der Schwangerschaft bis zum 3. Lebensjahr.

<https://bit.ly/3xaXk9X>

Schlaflos durch das erste Jahr...

Der Übergang zur Elternschaft wird von den meisten Eltern als beglückendes Ereignis erlebt. Diese Reportage aus der ZDF-Reihe 37 Grad zeigt, dass der Alltag mit dem Baby aber auch unglaublich anstrengend sein kann...

<https://www.youtube.com/watch?v=60ZWYPlpxVc&t=1s>

Kapitel 5: Die Bindung zwischen Kindern und Eltern

Der »Fremde-Situation-Test«

Wer sich dafür interessiert, wie der »Fremde-Situation-Test« von Mary Ainsworth praktisch durchgeführt wird, kann einen kurzen englischsprachigen Videobeitrag auf YouTube ansehen:

<http://www.youtube.com/watch?v=QTsewNrHUU>

Bindungssensible Hilfen für psychosozial belastete Familien

Ein informativer Artikel über »frühe und beziehungsfördernde Intervention bei Säuglingen aus psychosozial belasteten Familien« von Ute Ziegenhain ist auf der Cloud-Plattform DOCZZ als PDF-Datei verfügbar:

<https://doczz.net/doc/5878468/dr.-ute-ziegenhain-fr%C3%BChe-und-beziehungsfo%C3%B6rdernde-interven...>

Bindungssensible Eingewöhnung in der Kita: Das Berliner Modell

Bei der Eingewöhnung unter 3-Jähriger in Kitas und Kindergärten muss beachtet werden, dass sich die Kinder in einer sensiblen Phase der Bindungsentwicklung befunden. In einer von der Alice-Salomon-Hochschule Berlin herausgegebenen Broschüre werden bindungstheoretische Grundlagen und die praktische Umsetzung des Berliner Modells beschrieben.

<https://bit.ly/3LIjQKE>

Fortbildung „Entwicklungspsychologische Beratung“ für junge Eltern

Am Institut Kindheit und Entwicklung e.V. werden Trainerinnen und Trainer in dem an der Universität Ulm entwickelten Konzept »Entwicklungspsychologische Beratung« (EPB) ausgebildet. Es handelt sich um ein videogestütztes Elterntaining für unsichere und belastete Eltern sowie Familien mit Säuglingen und Kleinkindern in besonderen Lebenssituationen (z.B. Kinder jugendlicher und psychisch kranker Eltern). Besonderes Augenmerk gilt der Stärkung der elterlichen Feinfühligkeit.

<https://www.institut-ke.de/weiterbildung/epb/>

Kapitel 6: Geschwisterbeziehungen

Geschwisterrivalität

Ein Artikel von Hartmut Kasten zum Thema »Geschwisterrivalität« im Online-Familienhandbuch des Staatsinstituts für Frühpädagogik und Medienkompetenz:

<https://www.familienhandbuch.de/familie-leben/familienformen/geschwister/geschwisterrivalitaet.php>

Schattenkinder: Wenn der Bruder oder die Schwester eine Behinderung hat

Geschwister von chronisch kranken oder behinderten Kindern und Jugendlichen erfahren häufig weniger Aufmerksamkeit. Zudem lastet auf ihnen ständig der Druck, funktionieren zu müssen, weil ja der Bruder oder die Schwester die Familie bereits genügend fordert. Die gemeinnützige Stiftung *FamilienBande* möchte erreichen, dass sich auch diese »Schattenkinder« gut entwickeln können und bei Bedarf in ihrer Nähe ein passendes und qualitativ hochwertiges Geschwisterkinder-Angebot finden.

<https://www.stiftung-familienbande.de/>

Quarks & Co.: Wie Geschwisterbeziehungen unser Leben beeinflussen

Geschwister kann man sich nicht aussuchen. Man »hat« sie einfach – ob man will oder nicht. Die Beziehung zu unseren Brüdern und Schwestern ist die längste und wichtigste in unserem Leben. Aber was haben unsere Geschwister dazu beigetragen, dass wir zu der Person wurden, die wir heute sind? Sehenswerte "Quarks & Co."- Folge mit Ranga Yogeshwar; Dauer: 42 Min.)

https://www.youtube.com/watch?v=08eCCHtZI_w&t=8s

Geschwister psychisch erkrankter Menschen

GeschwisterNetzwerk.de ist ein Selbsthilfenetzwerk von Geschwistern psychisch erkrankter Menschen. Auf der Homepage finden sich zahlreiche informative Materialien, Weblinks und ein Online-Forum. Das Netzwerk dient dem Austausch und soll die öffentliche Aufmerksamkeit für die besonderen Belange von Geschwistern psychisch erkrankter Menschen stärken.

<https://geschwisternetzwerk.de/>

Kapitel 7: Paarbeziehungen

Das Investitionsmodell der Paarbeziehung

In diesem Erklärvideo aus der Reihe »Familienpsychologie kompakt« wird das sogenannte Investitionsmodell der amerikanischen Sozialpsychologin Caryl Rusbult erläutert. Dieses Modell kann erklären, warum manche Paare viele Jahre zusammenbleiben, während sich andere trennen. Oder auch, warum manche Paare zusammenbleiben, obwohl sie mit ihrer Partnerschaft offensichtlich unzufrieden sind ... Das Video ist auf dem YouTube-Kanal des Autors verfügbar:

<https://www.youtube.com/watch?v=Z9q72ZP7rBI&t=75s>

Zwiegespräche: Die Wahrheit beginnt zu zweit

Der 2002 verstorbene Arzt und Psychotherapeut Michael Lukas Moeller hat die Methode des »Zwiegesprächs« für Paare entwickelt, die ihre Beziehung lebendig erhalten möchten. Informationen und Fortbildungsangebote auf der Homepage des Netzwerks »dyalog«:

<http://www.dyalog.de/>

Die Liebe geht durch den Kopf – Wie Gedanken Beziehungen beeinflussen

Ein ursprünglich in »Psychologie heute« veröffentlichter Beitrag von Eva Wunderer über Liebe und Partnerschaft. Fazit: Wie Partner übereinander und über ihre Beziehung denken, hat großen Einfluss darauf, wie zufrieden sie sind, wie häufig und wie konstruktiv sie streiten und wie stark sie sich gegenseitig unterstützen:

<https://www.familienhandbuch.de/familie-leben/partnerschaft/gelingend/dieliebegehtdurchdenkopfwiegedankenbez.php>

Positive Kommunikation in der Partnerschaft

Beim »Institut für Forschung und Ausbildung in Kommunikationstherapie« kann man gegen eine Schutzgebühr von 10 Euro die interaktive DVD »Ein Kick mehr Partnerschaft – damit die Liebe bleibt« bestellen. Es gibt drei DVDs für junge Paare am Beginn ihrer Partnerschaft, Paare in mehrjährigen Beziehungen und Paare im (Un-)Ruhestand. Grundgedanke des Trainingsprogramms: Gute Kommunikation zwischen Partnern sind lernbar!

<https://www.institutkom.de/dvd/dvd-gelungene-kommunikation.html>

Kapitel 8: Großeltern und Enkelkinder

Großeltern-Enkel-Beziehungen als familiales Subsystem

In diesem Lehrvideo aus der Reihe »Familienpsychologie kompakt« werden Großeltern-Enkel-Beziehungen als intergenerationale Subsysteme betrachtet. Dabei wird deutlich, dass Großeltern wichtige Funktionen im Gesamtgefüge des Familiensystems übernehmen. Und: Großeltern und Enkel entwickeln sich in wechselseitiger Bezogenheit, im Sinne einer Ko-Evolution. In der Regel profitieren beide Seiten sehr davon! Das Video ist auf dem YouTube-Kanal des Autors verfügbar:

<https://www.youtube.com/watch?v=igYGxH5vIR0&t=580s>

Starke Großeltern – Starke Kinder

Großelternkurs des Deutschen Kinderschutzbundes in Anlehnung an das Kurskonzept »Starke Eltern – Starke Kinder« (vgl. Kap. 17). Durch Informationen, praktische Übungen und Austausch untereinander gewinnen die teilnehmenden Großeltern Sicherheit in ihrer Rolle, mehr Gelassenheit und das Selbstvertrauen, auf ihre ganz persönliche und unverwechselbare Art Großmutter und Großvater zu sein. Der Großelternkurs umfasst sechs Termine.

<https://www.kinderschutzbund-aachen.de/starke-eltern-starke-kinder/starke-grosseltern-starke-kinder>

Großeltern.de: Infos für internetaffine Großeltern

Auf der Homepage »großeltern.de« können sich seit August 2013 Großeltern über vielfältige Themen informieren, wie z.B. Großeltern-Enkel-Reisen, Familien- und Bildungsthemen, Ernährung, Produkte etc. Ferner finden sich zahlreiche Links zu aktuellen Berichten, Interviews und Studien. Ferner haben Großeltern die Möglichkeit, eigene Erfahrungsberichte auf die Plattform einzustellen oder sich direkt mit anderen Großeltern auszutauschen. Betreiberin der Seite ist die grosseltern AG, eine Aktiengesellschaft mit dem Sitz in Düsseldorf.

<https://www.grosseltern.de/>

Wie Großeltern bei Trennung und Scheidung helfen können

In diesem informativen Artikel von Hans Dusolt im Online-Familienhandbuch wird herausgearbeitet, dass Großeltern gerade bei einer Trennung der Eltern oft eine wichtige Rolle für das Kind zukommt. In einem sich verändernden Familiensystem können sie ihm ein Stück vertrauter familiärer Welt erhalten.

<https://www.familienhandbuch.de/familie-leben/schwierige-zeiten/trennung/wiegrosselternbeitrennungundscheidunghelfenkoennen.php>

Kapitel 9: Pflege- und Adoptivfamilien

Pflegefamilien als »binukleare Familiensysteme«

In einem Artikel im Online-Familienhandbuch entwickeln Wilfried Griebel und Dietmar Ristow eine systemorientierte Sichtweise der Pflegefamilie: Das Kind kann als Mitglied zweier Kernfamiliensysteme, der Herkunftsfamilie und der Pflegefamilie, gesehen werden. Es ist, mit dem Kind als gemeinsamem Element, ein binukleares Familiensystem entstanden. Der vollständige Artikel steht als PDF zum Download bereit.

<https://www.familienhandbuch.de/familie-leben/familienformen/pflege-adoptionsfamilie/pflegefamiliealsbinuklearesfamiliensystem.php>

Der Einbezug leiblicher Eltern in der Pflegekinderhilfe

Einen lesenswerten Fachbeitrag zur Notwendigkeit, die leiblichen Eltern von Pflegekindern besser und konsequenter als bislang einzubeziehen und mit ihnen zu kooperieren, findet sich auf der Homepage der Internationalen Gesellschaft für erzieherische Hilfen IGFH.

<https://bit.ly/3v8FGRM>

Auslandsadoptionen

Eine sehenswerte Reportage der ARD-Reihe »Planet Wissen« beschäftigt sich mit dem Thema »Auslandsadoptionen«. Am Beispiel von Alissa Berger, die 1972 als Baby während des Vietnamkriegs von einem deutschen Ehepaar adoptiert wurde, wird das Thema einfühlsam behandelt. Die Reportage ist auf YouTube verfügbar.

<https://www.youtube.com/watch?v=05Cpp-SxEzo>

Pflegefamilien als soziale Familien

Die vom Bundesfamilienministerium herausgegebene Broschüre »Pflegefamilien als soziale Familien, ihre rechtliche Anerkennung und aktuelle Herausforderungen« kann als PDF-Datei kostenlos heruntergeladen werden:

<https://www.bmfsfj.de/resource/blob/76080/882dd907f94fd183472d6cac5dbcd0ee/gutachten-pflegefamilien-beirat-data.pdf>

Kapitel 10: Regenbogenfamilien

LSVD.de – die Website für queere Lebensweisen

Der LSVD (Lesben- und Schwulenverband in Deutschland) ist ein Bürgerrechtsverband und vertritt Interessen und Belange von Lesben, Schwulen, Bisexuellen, trans- und intergeschlechtlichen Menschen (LGBTQI). Auf seiner Homepage bietet der LSVD umfassende Informationen rund um das Thema gleichgeschlechtliche und queere Lebensweisen. Hier findet man neben Berichten über aktuelle politische Entwicklungen, rechtlichen Hinweisen und aktuellen Forschungsergebnissen auch vielfältige Informationen für Regenbogenfamilien:

<https://www.lsvd.de/de/home>

ILSE – für lesbische und schwule Eltern

Die Initiative lesbischer und schwuler Eltern (ILSE) besteht aus vielen regionalen Gruppen. Dort können sich (werdende) Eltern treffen und austauschen, sei es über die Realisierung des Kinderwunsches, die rechtliche Anerkennung als Eltern oder über das alltägliche Coming-out als Regenbogenfamilie. ILSE informiert über regional organisierte Selbsthilfegruppen von Regenbogeneltern und ist bei der Vermittlung von Kontakten behilflich:

<https://www.lsvd.de/de/ct/998-Wo-finde-ich-andere-Regenbogenfamilien-lesbische-Muetter-und-schwule-Vaeter>

Infos des Familienministeriums

Inzwischen gibt es auch schon auf dem Familienportal des Bundesfamilienministeriums umfangreiche und differenzierte Informationen über und für Regenbogenfamilien, insbesondere zu rechtlichen Aspekten.

<https://familienportal.de/familienportal/lebenslagen/regenbogenfamilien>

Hilfen für schwule Väter

»Du bist Ehemann, Vater und schwul? Du sorgst dich um die Zukunft deiner Familie? Du weißt nicht, mit wem du darüber reden kannst?« Die Homepage von „Schwule Väter Deutschland“ informiert über regionale Selbsthilfegruppen für schwule Väter und Ehemänner. Interessierte haben die Möglichkeit zur Kontaktaufnahme und Beratung per Telefon oder E-Mail.

<https://www.schwule-vaeter.org/>

Weiterführende Informationen im Online-Familienhandbuch

Weiterführende fachliche Informationen über Familien mit schwulen und lesbischen Eltern finden sich auf der Homepage des Online-Familienhandbuchs. Hier stehen gleich mehrere interessante Beiträge zur Verfügung, z.B. über Studien zu Regenbogenfamilien und Kinder in gleichgeschlechtlichen Lebensgemeinschaften.

<https://www.familienhandbuch.de/familie-leben/familienformen/elternschaft/regenbogenfamilien.php>

<https://www.familienhandbuch.de/familie-leben/familienformen/elternschaft/kinderungleichgeschlechtlichenlebensgem.php>

<https://bit.ly/3rksgAL>

Kapitel 11: Familien mit psychisch kranken Mitgliedern

»Für die Angehörigen zählt nicht die Krankheit, sondern der Mensch«

Der Bundesverband der Angehörigen psychisch erkrankter Menschen e.V. (BAPK) ist eine Selbsthilfeorganisation und Solidargemeinschaft von Familien mit psychisch kranken Mitgliedern. Auf der Homepage des BAPK finden sich Informationen zum Verband, seinen vielfältigen Angeboten, Tipps zum Umgang mit psychischer Krankheit und weiterführende Adressen, z.B. Beratungs- und Hilfeangebote in verschiedenen deutschen Städten und Regionen.

<https://www.bapk.de/der-bapk.html>

LILLI

Der mehrfach ausgezeichnete Kurzfilm LILLI von Regisseur Jan Buttler erzählt eine berührende Geschichte aus der Perspektive des Kindes: Immer wenn Mama krank ist – und das geschieht immer häufiger in letzter Zeit –, muss Lilli (9) auf ihren Bruder Paul (6) aufpassen und dafür Sorge tragen, dass niemand mitbekommt, dass zuhause gar nicht alles stimmt. »Ein Glanzstück an Authentizität, ein wunderbares filmisches Exempel für Behutsamkeit und Glaubwürdigkeit«, so die Deutsche Film- und Medienbewertung (FBW), die dem Film das Prädikat »besonders wertvoll« verliehen hat. Triggerwarnung: Bei Menschen, die selbst mit einem psychisch erkrankten Elternteil aufgewachsen sind, kann das Ansehen dieses Films starke emotionale Reaktionen auslösen.

https://www.youtube.com/watch?v=_w0iXJzNsJO

Für Kinder psychisch erkrankter Eltern: Netz und Boden

Die seit 1999 bestehende Initiative »Netz und Boden« ist eng verknüpft mit seiner Gründerin Katja Beeck, selbst Tochter einer psychisch kranken Mutter. Auf der sehr empfehlenswerten Homepage der Initiative finden sich viele nützliche Informationen für Betroffene und Fachleute, Beratungs- und Fortbildungsangebote, Fachartikel, Materialien und Medien zum Download.

<https://www.netz-und-boden.de/>

BAG Kinder psychisch erkrankter Eltern

Die Bundesarbeitsgemeinschaft (BAG) »Kinder psychisch erkrankter Eltern« wird von Einrichtungen, Projekten und Arbeitsgruppen aus ganz Deutschland getragen. Ziele sind u.a. Öffentlichkeitsarbeit, Förderung des fachlichen Austauschs, sowie politische Lobbyarbeit. Auf der Website der BAG finden vor allem Fachkräfte und professionelle Helfer umfangreiche aktuelle Informationen, Literaturhinweise und Links:

<http://bag-kipe.de/>

Podcast: Der lange Schatten der Kindheit: Kinder psychisch erkrankter Eltern

Rund drei Millionen Kinder in Deutschland wachsen bei Eltern mit psychischen Störungen oder Abhängigkeitserkrankungen auf. Aber was bedeutet das für diese Kinder? Wie sieht ihr Alltag aus? Und welche Folgen hat das Aufwachsen mit einem psychisch erkrankten Elternteil für den weiteren Lebensweg der Kinder? Mit diesen und weiteren Fragen beschäftigt sich dieser Podcast. Die Moderator:innen Marina-Rafaela Buch und Jens Koller sprechen mit ihren beiden Gästen Prof. Dr. Johannes Jungbauer und Lysann Steinbacher über Stigmata, eine andere Kindheit und die Suche nach einem Ort, um darüber reden zu können. Der Podcast ist auf dem YouTube-Kanal des Autors verfügbar:

<https://www.youtube.com/watch?v=ISyvk0QrxZ0&t=1288s>

»Psychisch kranke Menschen brauchen starke Familienangehörige.«

In diesem Video (ca. 10 Min.) berichtet eine Mutter über ihre Erfahrungen mit der psychischen Erkrankung ihres Sohns. Viele Jahre vergingen, bevor die Diagnose »paranoide Schizophrenie« gestellt wurde und professionelle Hilfen eingeleitet wurden. Ihr Rat an andere Angehörige: Es ist besonders wichtig, auf eine gute Selbstfürsorge zu achten!

https://www.youtube.com/watch?v=ueQS32rBF_Q&t=1s

Entlastung und Hilfe für Angehörige

In diesem Lehrvideo wird erklärt, warum Entlastung und Hilfe für Angehöriger psychisch erkrankter Menschen so wichtig ist, und was Angehörige prinzipiell für sich tun können. Das Video ist auf dem YouTube-Kanal des Autors verfügbar:

<https://www.youtube.com/watch?v=uITnXSWgLjQ>

Kapitel 12: Gewalt in der Familie

Ich halte es nicht mehr aus: Häusliche Gewalt

Starker Tobak: TV-Reportage über die Arbeit einer polizeilichen Task Force gegen häusliche Gewalt in München (ca. 28 Minuten). Das Video ist auf YouTube verfügbar:

https://www.youtube.com/watch?v=FsDQCCo6Q_E&t=4s

Hilfetelefon »Gewalt gegen Frauen«

Homepage des ersten bundesweiten Beratungsangebots für Frauen, die von Gewalt betroffen sind – rund um die Uhr erreichbar.

<https://www.hilfetelefon.de/aktuelles.html>

Stalking: Wenn Liebe zur Bedrohung wird

Aktuelle Informationen über Stalking auf der Homepage Polizeiberatung.de. Dort kann man sich auch einen empfehlenswerten Kurzfilm zum Thema ansehen.

<https://www.polizei-beratung.de/themen-und-tipps/gewalt/stalking/>

Bepanthen-Studie zum Thema »Gewalt gegen Kinder«

Zusammenfassung einer Studie, in der 900 Kinder und Jugendliche zwischen zehn und 16 Jahren zu Gewalterfahrungen in ihrer Familie befragt wurden. Die Hypothese, dass Eltern aus sozial benachteiligten Milieus häufiger zur Gewaltausübung neigen, bestätigte sich: Obwohl Gewalt gegen Kinder in allen sozialen Milieus vorkommt, besteht in sozial schwachen Familien ein besonders hohes Gewaltniveau. Für viele Kinder und Jugendliche gehört körperliche Gewalt zu ihrem Alltag.

<https://www.bepanthen.de/kinderfoerderung/sozialforschung/gewalt-gegen-kinder>

TK-Internetportal »Gewalt gegen Kinder«

»Gewalt gegen Kinder« ist ein Internetportal der Techniker Krankenkasse, das neben Informationen als Online- und PDF-Version viele weiterführenden Informationen, Ansprechpartner und Adressen bereitstellt:

<https://www.gewalt-gegen-kinder.de/>

Und die Täter? Empfehlungen für die Arbeit mit männlichen Gewalttätern

Im Auftrag des Familienministeriums (BMFSFJ) wurden Standards und Empfehlungen für die Arbeit mit männlichen Tätern erarbeitet.

https://www.bag-taeterarbeit.de/images/pdf/Standards_THG_Langfassung.pdf

Kapitel 13: Scheidung und Trennung

Scheidungskinder: Wenn die Trennung zum Krieg wird

WDR Doku (43 Min.). Die meisten Mütter und Väter erziehen die Kinder nach einer Scheidung/Trennung weiterhin gemeinsam. Aber bei einigen Paaren beginnt nach der Trennung ein erbitterter Rosenkrieg. Auch um die Kinder. Je größer die Verletzungen beim verlassenen Elternteil, umso größer ist manchmal auch der Wunsch, dem Ex-Partner das Kind zu entziehen. »Ich war so verletzt«, sagt eine Mutter, »so voller Hass, dass ich mich auf diese Weise gerächt habe. Was das für unsere Kinder bedeutet, habe ich überhaupt nicht bedacht.« Das Video ist auf YouTube verfügbar:

<https://www.youtube.com/watch?v=6HdUvsGgpUQ>

»Das Kind kriegst Du nicht!«

Eindrückliche ARD-Reportage (44 Min.) über Eltern, die nach der Trennung vom Partner die gemeinsamen Kinder gar nicht oder nur sehr selten sehen dürfen. Das Video ist auf YouTube verfügbar:

<https://www.youtube.com/watch?v=IzvehbTGAuo&t=3s>

Elternkurs »Kinder im Blick«

»Kinder im Blick« ist ein Elternkurs für Eltern in Trennung/Scheidung, der deutschlandweit von verschiedenen Beratungsstellen angeboten wird. Der Kurs umfasst sieben Sitzungen à drei Stunden und befasst sich mit folgenden Fragen: Was ist für meine Kinder in der gegenwärtigen Situation wichtig? Wie kann ich eine gute Beziehung zu meinem Kind pflegen und dazu beitragen, dass es sich gut entwickelt? Wie können wir als Eltern besser miteinander umgehen? Und wie kann ich dabei auch noch für mich selbst sorgen?

<https://www.kinder-im-blick.de/>

Das Cochemer Modell: Interdisziplinäre Zusammenarbeit im Sinne des Kindeswohls

TV-Beitrag über ein innovatives Modell zur Vermeidung von Konflikteskalationen in familiengerichtlichen Sorgerechtsverfahren. Primäres Ziel ist es, die Eltern dazu zu befähigen, trotz ihrer Trennung als Paar Eltern zu bleiben und die Bedürfnisse der Kinder adäquat zu berücksichtigen. Das Video ist auf YouTube verfügbar:

<https://www.youtube.com/watch?v=Ql4xYOMTEmk>

Trennung: Kinder wollen wissen, wie es weitergeht

Lesenswertes Interview mit Prof. Dr. Sabine Walper, Forschungsdirektorin am Deutschen Jugendinstitut e.V. (Beitrag in Online-Familienhandbuch):

<https://bit.ly/3MjPG1x>

Informationen zum Thema »Mediation«

Informationen zum Thema »Mediation« gibt es auf der Homepage des Bundesverbandes für Mediation sowie der Homepage der Bundes-Arbeitsgemeinschaft für Familien-Mediation e.V.:

<https://www.bmev.de/>

<https://www.bafm-mediation.de/>

Kapitel 14: Tod, Sterben und Trauer

Der anstehende Tod eines Familienangehörigen

Eltern sind oft unsicher, ob und wie sie mit ihren Kindern über die Krankheit oder den Tod eines nahen Familienangehörigen sprechen sollen. Der Artikel von Mechthild Schroeter-Rupieper im Online-Familienhandbuch gibt Anregungen für die Praxis und eröffnet Gesprächschancen mit Kindern.

<https://www.familienhandbuch.de/familie-leben/schwierige-zeiten/tod-trauer/deranstehendetodeinesfamilienangehoerigen.php>

Trauerbegleitung: Infos für Familienangehörige und Beratende

Der Bundesverband Trauerbegleitung e.V. ist ein Fachverband für Trauerbegleitung und versteht sich als Interessenvertretung für trauernde Familienmitglieder, Trauerbegleitende sowie Personen in Lehre und Forschung zum Thema Trauer.

<https://bv-trauerbegleitung.de/>

Trauerbegleitung statt teurer Särge – Bestatter*innen 2.0

Eric Wrede und Hannah Roth führen ein Bestattungshaus im Berliner Stadtteil Prenzlauer Berg. Für sie bedeutet der Bestatterberuf weit mehr als die Organisation einer Beerdigung. Zentral ist vielmehr die einfühlsame und individuelle Trauerbegleitung der hinterbliebenen Familienangehörigen. Sehenswerte TV-Reportage aus der ZDF-Reihe 37 Grad, verfügbar auf YouTube:

<https://www.youtube.com/watch?v=FUmpns17f0s>

Informationen zum Thema Hospiz

Der Leiter des Deutschen Instituts für Palliative Care, Prof. Dr. Christoph Student, hat grundlegende Informationen zum Thema Hospiz auf einer Homepage zusammengestellt. Im Downloadbereich kann man interessante Texte zu unterschiedlichen Fragen der Sterbe- und Trauerbegleitung als PDF-Dateien herunterladen:

<http://www.hospize.eu/>

Kapitel 15: Familiendiagnostik

Familiendiagnostik in der Kinder- und Jugendpsychiatrie

Auf der Homepage des Springer-Verlags ist ein lesenswerter Artikel von Marc Schmid zur Familiendiagnostik in der Kinder- und Jugendpsychiatrie kostenlos verfügbar. Die zentrale These des Autors: Für die kinder- und jugendpsychiatrische Diagnostik und die Behandlungs- und Therapieplanung ist es von entscheidender Bedeutung, die Ressourcen und Risikofaktoren einer Familie differenziert und auf unterschiedlichen Systemebenen zu erfassen.

<https://bit.ly/3EQP3Kb>

Bindungsdiagnostik in der Erziehungsberatung

Der im ZKS-Verlag erschienene Band »Bindungswissen und Bindungsdiagnostik in der Erziehungsberatung« von Mathias Berg steht im Internet als kostenloser Download zur Verfügung. Im Mittelpunkt steht die differenzierte Diagnostik und Hypothesenbildung im Hinblick auf die Bindungsbeziehungen in Familien.

<https://bit.ly/3vcwhKc>

Die Marte-Meo-Methode

Grundlage der Marte-Meo-Methode ist das genaue Beobachten und Analysieren von Interaktionssequenzen im Familienalltag, z.B. in der Mutter-Kind-Interaktion. Auf der Homepage von Marte Meo International kann man sich unter anderem ein Video mit einem kurzen Interview mit Maria Aarts ansehen, die diese Methode entwickelt hat. Darüber hinaus gibt es die Möglichkeit, sich zu Marte-Meo-Fortbildungen anzumelden.

<https://www.martemeeo.com/de/uber-marte-meo/>

Tutorial zur Arbeit mit dem Familienbrett

Mittlerweile gibt es unterschiedliche Varianten des von Kurt Ludewig entwickelten Familienbretts auf dem Markt. Das Set des Systemo-Familienbretts beinhaltet zusätzliche Sonderfiguren (z. B. das schwarze Schaf, die gute Fee). In einem 15-minütigen Erklärvideo werden einige Möglichkeiten vorgestellt, mit diesem Familienbrett zu arbeiten. Das Video ist auf YouTube verfügbar:

<https://www.youtube.com/watch?v=Zo6RXCOMQuo>

Familiengenogramme am PC erstellen

EdrawMax ist eine für Einzelnutzer kostenlose Software zur Erstellung von Diagrammen am PC, z. B. von Organigrammen, Genogrammen oder Flussdiagrammen. Das Programm läuft unter verschiedenen Betriebssystemen und kann auch online im Browser genutzt werden. Die Erstellung von Familiengenogrammen wird in einem Tutorial auf YouTube anschaulich erläutert:

<https://www.youtube.com/watch?v=1PXWPh4Jkb0>

Kapitel 16: Systemische Familientherapie

Die Haltung in der systemischen Familientherapie

Was ist der systemische Ansatz in der Familientherapie? Er ist mehr als eine Methodensammlung, dahinter steht die systemische Haltung. Was das heißt, wird in diesem kurzen Video der Systemischen Gesellschaft erläutert. Das Video ist auf YouTube verfügbar:

<https://www.youtube.com/watch?v=nC773K90P-E>

Gesprächsführung in einer systemischen Familienberatung

In diesem Gesprächsausschnitt mit Schauspielerinnen und Schauspielern wird das Vorgehen bei einer systemischen Familienberatung nach dem Unfalltod des erwachsenen Sohns demonstriert. Es handelt sich um einen Ausschnitt aus der DVD »Beltz Video-Learning: Systemische Therapie in der Praxis« von Ulrike Borst und Kirsten von Sydow. Das Video ist auf YouTube verfügbar:

<https://www.youtube.com/watch?v=Pv9fLypAQv8>

Aufsuchende Familientherapie für »Multiproblemfamilien«

Eine von der DGSF herausgegebene Informationsbroschüre zu Aufgaben, Zielen und Qualitätskriterien der Aufsuchenden Familientherapie steht als PDF-Datei auf der Homepage der Deutschen Gesellschaft für Systemische Therapie, Beratung und Familientherapie (DGSF) zum Download bereit:

<https://www.dgsf.org/service/download-bereich/dgsf-broschuere-aft-2010.pdf/view>

Infos für Menschen und Institutionen, die systemisch arbeiten

Auf der Homepage der Deutschen Gesellschaft für Systemische Therapie, Beratung und Familientherapie (DGSF) findet man vielfältige Informationen, aktuelle Nachrichten und nützliche Adressen. Unter anderem wird über die Möglichkeit informiert, eine zur Approbation führende Ausbildung in Systemischer (Familien-)Therapie zu absolvieren.

<https://www.dgsf.org/>

Ausbildung in systemischer Therapie und Beratung

Das Institut für Familientherapie e.V. Weinheim ist das älteste deutsche Ausbildungsinstitut für systemische Familientherapie. Die Homepage bietet neben Weiterbildungsangeboten auch eine ausführliche Sammlung einleitender und vertiefender familientherapeutischer, systemischer und systemtheoretischer Literatur:

<http://www.if-weinheim.de/>

Kapitel 17: Elternbildung und Elterntraining

Bestandsaufnahme der Familienbildung in Deutschland

Im Online-Familienhandbuch werden die zentralen Ergebnisse einer im Auftrag des Bundesfamilienministeriums von der Prognos AG durchgeführten Studie dargestellt. Auf der Datenbasis von insgesamt 2.188 Einrichtungen aus allen 16 Bundesländern wurde eine aktuelle und umfassende Bestandsaufnahme zu Strukturen, Zielgruppen, Themen und Angeboten der Familienbildung und Familienberatung in Deutschland erstellt.

<https://www.familienhandbuch.de/aktuelles/neue/49773/index.php>

Elternkurse und Elterntraining

In diesem einführenden Video aus der Reihe „Familienpsychologie kompakt“ werden – analog zum 17. Kapitel des Lehrbuchs – exemplarisch vier der bekanntesten Elternkurskonzepte vorgestellt: PEKiP, GORDON-Familientraining, Starke Eltern – starke Kinder sowie Triple P. Das Video ist auf dem YouTube-Kanal des Autors verfügbar:

<https://www.youtube.com/watch?v=7WU4KBGYPgA&t=5s>

PEKiP – das Prager Eltern-Kind-Programm

Der gemeinnützige Verein PEKiP e. V. für Gruppenarbeit mit Eltern und ihren Kindern im ersten Lebensjahr bietet auf seiner Homepage umfangreiche Informationen über die Geschichte, das Konzept und die Durchführung von PEKiP-Gruppen an. Der Verein bietet unter anderem selbst oder in Kooperation mit anderen Trägern der Erwachsenenbildung zertifizierte Fortbildungen zur PEKiP-Gruppenleiterin an.

<https://www.pekip.de/>

Wie funktioniert das Gordon-Elterntraining PET?

Ein informativer Artikel von Josef Blaschitz über das Gordon-Elterntraining (auch Family/Parent Effectiveness Training) findet sich im Online-Familienhandbuch.

<https://www.familienhandbuch.de/unterstuetzungsangebote/bildungsangebote/gordonft.php>

Triple P – Positive Erziehung

Umfangreiche Informationen zu Triple P für Eltern, Fachleute und Institutionen finden Sie auf der Homepage des Instituts für Psychologie AG in Münster. Hier können sich auch pädagogische Fachkräfte online zu einer Triple P Fortbildung anmelden.

<https://www.triplep.de/de-de/startseite/>

Starke Eltern – starke Kinder

Der Deutsche Kinderschutzbund e.V. informiert auf seiner Homepage über das Programm »Starke Eltern – starke Kinder«. Unter anderem kann man dort das Handbuch »Stärkung der psychischen Gesundheit von Kindern und Jugendlichen« im Rahmen des Elternbildungsprogramms »Starke Eltern – Starke Kinder« kostenlos herunterladen.

<https://www.dksb.de/de/unsere-arbeit/bundeseigene-projekte-angebote/starke-eltern-starke-kinderr/>

Anmerkungen, Kommentare und Tipps zu den Praxisübungen

Vorbemerkung

Im Lehrbuch »Familienpsychologie kompakt« finden Sie am Ende jedes Kapitels eine Praxisübung. Diese umfasst eine Fallvignette sowie mehrere Arbeitsaufgaben, die sich auf die im jeweiligen Kapitel dargestellten Inhalte beziehen. Im Folgenden finden Sie einige Hinweise für die Arbeit mit den Praxisübungen. Mit Bedacht werden dabei keine detaillierten Lösungen für alle Arbeitsaufgaben dargestellt, denn dies verleitet erfahrungsgemäß viele Leserinnen und Leser dazu, die »richtigen« Antworten direkt nachzuschlagen. Stattdessen werden die Fallbeispiele bzw. die Arbeitsaufgaben kommentiert und Anregungen für die weitere Bearbeitung gegeben. Hierzu ein paar allgemeine Tipps:

- Sie profitieren am meisten von den Praxisübungen, wenn Sie sich ausreichend Zeit dafür nehmen.
- Vielfach ist es auch sinnvoll, eigene Gedanken und Ideen zu den Arbeitsaufgaben schriftlich zu notieren. Deswegen kann es z. B. nützlich sein, ein separates Arbeitsjournal für die Praxisübungen anzulegen.
- Organisieren Sie eine Lerngruppe (ca. 3 bis 5 Personen). Das »Fachsimpeln«, die Diskussion und der Erfahrungsaustausch unter Studierenden sind nach meiner Erfahrung besonders förderlich für den Lernprozess. Auch die Durchführung von Rollenspielen ist in einer Lerngruppe in der Regel ohne großen Aufwand möglich.

Einige Hinweise zu Rollenspielen

In einigen Praxisübungen werden Rollenspiele vorgeschlagen, die sich auf die jeweiligen Fallvignetten beziehen. Darüber hinaus können Sie sich natürlich weitere Szenarien für Rollenspiele selbst überlegen. Grundsätzlich bieten Rollenspiele eine gute Möglichkeit, sich einer fachlichen Thematik anders anzunähern als durch die rein intellektuelle Auseinandersetzung. Sie haben dabei z. B. die Gelegenheit, sich in unterschiedliche Perspektiven einzufühlen und einzudenken. Außerdem können Sie dabei wichtige Praxiskompetenzen einüben (z. B. aktives Zuhören, Strukturierung eines Beratungsgesprächs etc.). Und last but not least: Sie können lernen, sich gegenseitig konstruktiv Rückmeldung zu geben.

Bei der Durchführung von Rollenspielen sollten Sie einige Grundregeln beachten:

- Wichtig ist die ernsthafte Bereitschaft, sich auf die einzelnen Rollen einzulassen. Unter dieser Bedingung können Rollenspiele eine erstaunliche emotionale Authentizität bekommen.
- Neben jenen, die in die verschiedenen Rollen schlüpfen (»Protagonisten«) sollte es einen oder zwei Beobachtende geben. Diese beobachten aufmerksam den Verlauf und den Inhalt des Gesprächs und machen sich ggf. Notizen (z. B. wichtige Stellen/Wendepunkte im Gespräch; verbales und nonverbales Verhalten der Gesprächspartner etc.). Ferner sollten die Beobachtenden auf die Einhaltung des vereinbarten Zeitrahmens achten.
- Die Rollenspielsequenzen sollten in der Regel relativ kurz sein (max. 10 Minuten).
- Im Anschluss an eine Rollenspielsequenz findet eine gemeinsame Auswertung statt. Dabei ist meist folgende Reihenfolge sinnvoll: Als erstes berichten die Protagonisten einzeln, wie sie das Rollenspiel erlebt haben. Diese Berichte werden zunächst nicht von den Anderen kommentiert. Danach schildern die Beobachtenden, wie sie das Gespräch wahrgenommen haben und was ihnen aufgefallen ist.
- Sie können die Rollenspielsequenz auch mit einer Videokamera oder einer Handykamera aufnehmen. Das gemeinsame Ansehen dieser Videosequenzen eröffnet zusätzliche Möglichkeiten einer nachträglichen »Feinanalyse«.

Kapitel 1: Grundlagen der Familienpsychologie

Praxisübung 1: Eine etwas ungewöhnliche Familie

In dieser Übung sollen Sie grundlegende familienpsychologische Konzepte anhand eines konkreten Fallbeispiels rekapitulieren. Dabei sollen Sie auch angeregt werden, Ihre eigenen familienbezogenen Einstellungen zu reflektieren:

- Woran liegt es, dass ich im Hinblick auf unterschiedliche Familienformen Sympathie oder Skepsis bzw. Distanz wahrnehme?
- Könnte ich mir für mich selbst ein unkonventionelles Familienmodell wie das von Matthias, Anne und Julia vorstellen?
- Wer gehört im vorliegenden Beispiel eigentlich zur Familie – in rechtlicher, biologischer, funktionaler und psychologischer Hinsicht?
- Das beschriebene Familienmodell weist sowohl traditionelle als auch nicht-traditionelle Merkmale auf. Versuchen Sie doch einmal, diese in tabellarischer Form gegenüberzustellen!
- Dass die portraitierte Familie in einem ländlichen Wohnumfeld lebt, kann der Ausgangspunkt für weiterführende Überlegungen und Diskussionen sein. Es ist davon auszugehen, dass eine unkonventionelle Familie in dem kleinen Ort eher auf Ablehnung stößt als in einer Großstadt wie Berlin oder Köln.

Vorschlag für ein Rollenspiel (zwei Rollenspielerinnen; Beobachtende). Anne trifft sich mit ihrer besten Freundin auf ein Glas Wein. Sie erzählt ihr von dem Plan, gemeinsam mit Matthias und Julia ein Haus mit Garten zu kaufen. Obwohl sie anfangs begeistert war, sind ihr nach und nach auch Bedenken gekommen. Anne beschreibt ihrer Freundin die Argumente für und gegen das unkonventionelle Familienprojekt. Die Freundin hört aufmerksam zu, fragt nach, wenn sie etwas nicht versteht, und versucht, sich in die ambivalente Gefühlslage von Anne einzufühlen.

Kapitel 2: Die Familiensystemtheorie

Praxisübung 2: Der ratlose Vater

In dieser Übung sollen Sie versuchen, die multiperspektivische systemische Sichtweise auf einen konkreten Fall anzuwenden. Dabei ist es besonders interessant, die Dynamik der Vater-Sohn-Beziehung genauer unter die Lupe zu nehmen. Plausibel erscheint z. B. folgender Zusammenhang: Jedes Mal, wenn Mirko etwas »ausfrisst« reagiert der Vater alarmiert und entsetzt: »Wenn Du so weitermachst, kommst Du noch in ein Heim!« Der Vater verhält sich streng, drohend und stigmatisierend. Dies führt dazu, dass sich Mirko abgestempelt und abgelehnt fühlt, und er reagiert mit weiteren »Missetaten« usw. – ein klassischer Teufelskreis.

Allerdings kann die Dynamik zwischen Vater und Sohn noch viel komplexer sein: Obwohl der Vater so entsetzt reagiert, fühlt er sich als Vater und Erziehungsperson dringend gebraucht – während er im sonstigen Alltag eher »abgemeldet« ist. Und Mirko? Immer wenn er etwas ausgefressen hat, steht sein Vater auf der Matte; zwar kritisiert und verurteilt er seinen Sohn, aber er engagiert sich. Kein besonders inniges, aber immerhin doch ein Vatererlebnis! So ermöglicht die Beziehungsdynamik zwischen Vater und Sohn die Aufrechterhaltung einer emotionalen Beziehung. Sie vermittelt beiden ein Gefühl von Zusammengehörigkeit, das normalerweise durch den Tod der Mutter und die grundlegende Veränderung des Familiensystems gefährdet wäre.

Kapitel 3: Familienentwicklung

Praxisübung 3: Wie soll ich in Urlaub fahren, wenn meine Mutter leidet?

Eva Schneider und ihr Mann befinden sich familienpsychologisch gesehen in der sogenannten »nach-elterlichen« Phase – die Kinder sind erwachsen und gehen ihre eigenen Wege, das Ende der Erwerbsbiografie ist in Sichtweite, und in vieler Hinsicht geht es um eine Neuorientierung des Paares für den kommenden Lebensabschnitt. Zugleich nimmt die Sorge um die alte und zunehmend pflegebedürftige Mutter immer mehr Platz im Alltag ein. Auch dies ist eine typische Entwicklung im mittleren Lebensalter. Nach der Aufnahme der Mutter im Pflegeheim plagt Eva Schneider das schlechte Gewissen. Obwohl angesichts der Demenzerkrankung der Mutter eine Heimunterbringung auf Dauer unausweichlich erscheint, kollidiert diese Entscheidung mit ihrer tiefen Überzeugung, dass man Familienangehörige niemals »im Stich lassen« darf. In dieser Situation kommt Eva Schneider ein Urlaub in der Bretagne besonders egoistisch und gefühllos vor.

Dabei blendet sie aus, dass sie auch auf sich selbst achten muss. Viele pflegende Familienangehörige sind ausschließlich auf die Versorgung der zu pflegenden Person fokussiert und stellen dabei ihre eigenen Bedürfnisse zurück – oft über Jahre hinweg. Langfristig stellt diese Dauerbelastung ohne den nötigen positiven Ausgleich ein gravierendes Gesundheitsrisiko dar. Pflegende Familienangehörige sind daher eine Hochrisikogruppe für Burnout und psychosomatische Erkrankungen. In der Angehörigenberatung geht es daher häufig um das Thema »Selbstfürsorge«. Die Angehörigen sollten verstehen, dass sie nur dann gut für die pflegebedürftige Person sorgen können, wenn sie selbst gesund und psychisch stabil bleiben. Vor diesem Hintergrund ist es auch in der Beratung von Eva Schneider wichtig, dieses Thema ausführlich zu besprechen. Der Berater bzw. die Beraterin sollte sie darin bestärken, gemeinsam mit ihrem Mann und ohne schlechtes Gewissen in die Bretagne zu fahren. Denn damit stärkt sie nicht nur sich selbst, sondern auch ihre Paarbeziehung. Aus der familienpsychologischen Forschung ist schließlich bekannt, dass die gegenseitige Unterstützung der Partner (dyadisches Coping) eine der wichtigsten Ressourcen für die gemeinsame Bewältigung von schwierigen Familienphasen ist (vgl. auch Kap. 7).

Kapitel 4: Übergang zur Elternschaft

Praxisübung 4: Wie ein Baby die Paarbeziehung verändern kann

Die Probleme von Ulrike und Stefan sind in gewisser Weise typisch für den Übergang zur Elternschaft. Aus der Forschung wissen wir, dass sich die Geburt des ersten Kindes in vieler Hinsicht negativ auf eine Paarbeziehung auswirkt. Genau wie bei Ulrike und Stefan verbringen die Partner oft viel weniger Zeit zu zweit. Sie erleben weniger Intimität miteinander und sind unzufrieden mit ihrer Partnerschaft. Zugleich verändert sich die geschlechtsspezifische Rollenverteilung in eine traditionelle Richtung – oft arbeiten die Väter nach der Geburt des Babys mehr als vorher. Typisch ist auch, dass sich Ulrike und Stefan gegenseitig Vorwürfe machen. Systemisch gesehen befinden sich die Partner in einem »Teufelskreis«: Ulrike, die sich alleingelassen und zu wenig unterstützt fühlt, macht Stefan deswegen Vorwürfe. Dieser wiederum ist gekränkt, weil Ulrike seine Rolle als »Brotverdiener« nicht wertschätzt. Er fühlt sich unter Druck gesetzt, erlebt die Stimmung zu Hause als »dicke Luft« und zieht sich zurück. Dadurch fühlt sich Ulrike noch mehr alleingelassen usw.

Vorschlag für ein Rollenspiel (drei zu besetzende Rollen; Beobachtende). Ulrike und Stefan haben den ersten Termin in einer Paarberatung. Der Berater/die Beraterin gibt beiden Partner Gelegenheit, ihre Sicht der Dinge darzulegen; danach bittet er sie, zu sagen, was sich verändern soll. Aufgabe des Beraters/der Beraterin ist es auch, die Klienten zu informieren: Für viele Paare ist es bereits entlastend, wenn sie ihre Schwierigkeiten als »normale« Folge des Übergangs zur Elternschaft begreifen können, statt sich gegenseitig zu beschuldigen. Außerdem sollte der Berater/die Beraterin die Partner immer wieder auf die positiven Aspekte der Elternschaft aufmerksam machen, jedoch ohne zu belehren oder die Probleme des Paares zu bagatellisieren.

Kapitel 5: Die Bindung zwischen Kindern und Eltern

Praxisübung 5: Das schwierige Kind

Das Sozial- und Bindungsverhalten des kleinen Lionel würde man im Sinne von Ainsworth als »ängstlich-ambivalent« bezeichnen: In einer fremden Situation wie z. B. in der Krabbelgruppe zeigt er kaum Explorationsverhalten. Er scheint Angst davor zu haben, dass seine Mutter Karin weggeht und ihn allein lässt. Die Fallskizze illustriert, dass die Entwicklung einer Bindungsbeziehung ein zirkulärer Prozess ist. Es wäre zu einfach, Karin mangelnde Feinfühligkeit vorzuwerfen. Das »schwierige« Temperament und das »anstrengende« Verhalten von Lionel und das wechselhafte Zuwendungsverhalten Karins bedingen sich gegenseitig. In der Erziehungsberatung wäre es deswegen wenig sinnvoll, etwaige Schuldgefühle (»Ich bin eine schlechte Mutter!«) durch eine ausführliche »Fehleranalyse« zu verstärken. Hingegen ist es sehr wichtig, die speziellen Bedürfnisse zu besprechen, die bei Lionel zu beachten sind. Grundsätzlich spricht auch bei eher ängstlichen Kindern nichts gegen eine außerfamiliäre Betreuung, sofern die Eingewöhnungsphase sorgfältig gestaltet wird und eine emotionale Bindung zu einer Bezugserzieherin oder einer Tagesmutter aufgebaut werden kann. Bei Lionel ist wohl mit einer etwas längeren Eingewöhnungszeit zu rechnen als bei anderen Kindern; allerdings muss auch Karin als Mutter lernen, ihr Kind »loszulassen«.

Vorschlag für ein Rollenspiel (zwei Rollenspielerinnen; Beobachtende). Karin ist durch einen Aushang auf das Betreuungsangebot einer Tagesmutter aufmerksam geworden und hat telefonisch einen Kennenlernermin vereinbart. Die Tagesmutter hat einen eigenen Sohn (2½ Jahre) und langjährige Erfahrung in der Betreuung von Kleinkindern. Im Rahmen des Kennenlerngesprächs schildert Karin ihr Anliegen und ihre Unsicherheit, ob für Lionel eine Fremdbetreuung vielleicht zu früh kommt. Die Tagesmutter informiert über fachliche Aspekte und macht einen konkreten Vorschlag bezüglich Eingewöhnung und Betreuungszeiten.

Kapitel 6: Geschwisterbeziehungen

Praxisübung 6: »Ich wollte ihr doch nur etwas zu spielen geben!«

Geschwistereifersucht, wie sie Timo im vorliegenden Fallbeispiel zeigt, ist prinzipiell eine völlig normale kindliche Verhaltensreaktion. Was macht Timo so eifersüchtig auf seine kleine Schwester? Wahrscheinlich ist es der häufige und ausgedehnte Körperkontakt zwischen der Mutter und Ellen. Die Mutter stillt und wickelt sie häufig, trägt sie herum und spricht in einer besonderen »Babysprache« mit ihr. Vielleicht darf Ellen auch bei der Mutter im Bett schlafen. Alles in allem hat Timo vermutlich den Eindruck, dass sich die Eltern viel weniger um ihn kümmern als vor der Geburt von Ellen. Psychologisch ist es nachvollziehbar, dass Timo seine Mutter durch quengeliges, trotziges und aggressives Verhalten daran erinnert, dass er auch noch da ist und ebenfalls Bedürfnisse nach Nähe und Zuwendung hat.

Geschwistereifersucht kann unterschiedlich stark ausgeprägt sein und sich in unterschiedlichen Verhaltensweisen äußern. Das Temperament des Kindes und sein Bindungsverhalten spielen hierfür eine wichtige Rolle. Vielfach fallen Kinder in »Baby-Verhalten« zurück, indem sie vermehrt Körperkontakt suchen, wieder gefüttert werden wollen oder in die Hose machen, damit sie auch wieder gewickelt werden. Doch bisweilen (wie bei Timo) kann sich Eifersucht auch in körperlichen Aggressionen gegen das Geschwisterkind äußern.

Für Frau Hansen dürfte zunächst die fachliche Information entlastend sein, dass Timos Verhalten keineswegs ungewöhnlich ist. Auch die »besten« Eltern können nicht verhindern, dass Kinder eifersüchtig auf ein neues Geschwisterkind reagieren. Doch wie soll sich Frau Hansen verhalten? Falsch wäre es, nur mit Strenge zu reagieren und an die »Vernunft« von Timo zu appellieren. Das Schimpfen der Mutter erlebt Timo vermutlich als weitere Ablehnung und deutet es als Bevorzugung des Babys. Frau Hansen sollte versuchen, Timos emotionale Verunsicherung aufzufangen und ihm zu zeigen, dass sie ihn genauso lieb hat wie Ellen. Hierfür gibt es im Alltag

zahlreiche Möglichkeiten. Nur ausnahmsweise ist es notwendig, jüngere Geschwister vor den älteren zu schützen. Bei den ins Bettchen geworfenen Teilen der Holzisenbahn ist jedoch das Risiko schmerzhafter bzw. ernsthafter Verletzungen gegeben. Frau Hansen sollte Timo deswegen ruhig, aber sehr bestimmt erklären, warum sie dieses Verhalten nicht dulden kann.

Kapitel 7: Paarbeziehungen

Praxisübung 7: Zwei 45-jährige Ehepartner in der Paarberatung

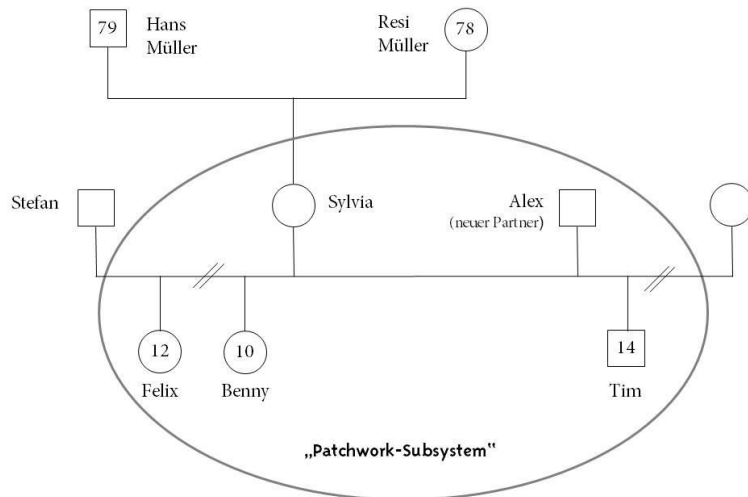
Das von der Schweizer Paartherapeutin Rosemarie Welter-Enderlin aufgezeichnete Fallbeispiel eignet sich gut, um einige der in Kapitel 7 behandelten Theorien und Modelle zu konkretisieren. Zunächst wird deutlich, dass die Unzufriedenheit der Ehepartner mit unterschiedlichen Beziehungserwartungen und -deutungen einhergeht. Die Ehefrau fühlt sich als Partnerin vernachlässigt und erlebt die »Normalität« des ehelichen Alltags als erdrückende Langeweile. Ihre Bedürfnisse nach Nähe und Leidenschaft werden nicht annäherungsweise befriedigt. Dagegen fühlt sich der Ehemann zu Unrecht Vorwürfen ausgesetzt. Er gesteht zwar ein, dass die Erotik weitgehend aus der Paarbeziehung verschwunden ist, sieht dies aber nicht als Problem. Bei ihm steht das Bedürfnis nach Sicherheit und Verlässlichkeit im Vordergrund. Ehe und Familie findet er besonders als Rückzugs- und Erholungsraum wichtig; seiner Frau fühlt er sich auf eine selbstverständliche und kameradschaftliche Art verbunden.

Systemisch gesehen hat sich in der Kommunikation der Ehepartner ein Teufelskreis etabliert. Die von Gottman und Silver (2000) beschriebenen »apokalyptischen Reiter« (gegenseitige Vorwürfe, Abwertung des Partners, Rechtfertigung und Rückzugsverhalten) sind in dem aufgezeichneten Dialog deutlich zu erkennen. Wenn diese destruktiven Kommunikationsmuster den Beziehungsalltag dauerhaft dominieren, führt dies mit hoher Wahrscheinlichkeit zur Trennung der Partner. Vermutlich sind sich die Partner im vorliegenden Fallbeispiel dieser Gefahr bewusst und haben deswegen eine Paartherapeutin aufgesucht. Es ist aber auch nicht auszuschließen, dass für die Ehepartner dabei noch mehr auf dem Spiel steht als »nur« ihre Paarbeziehung.

Kapitel 8: Großeltern-Enkel-Beziehungen

Praxisübung 8: Die goldene Hochzeit

Das Genogramm der Familie Müller (siehe Abbildung) zeigt die Außengrenzen der Patchworkfamilie von Sylvia und Alex, so wie diese sie definieren. Die Großeltern (und vermutlich auch Felix und Benny) haben jedoch eine andere Sichtweise: Für sie gehört Stefan nach wie vor zur Familie. Aus Sicht der Großeltern Müller ist es nachvollziehbar, dass sie bei ihrer Goldenen Hochzeit wieder die »richtige« Familie ihrer Tochter bei sich haben möchten, und auch ihre Enkel Felix und Benny hätten sicher nichts dagegen. Auch für Sylvia und Stefan könnte die Goldene Hochzeit eine unproblematische Angelegenheit werden, nachdem sie mittlerweile wieder ein gutes Verhältnis zueinander haben. Schlecht gehen würde es aber ganz sicher Alex, dem neuen Partner von Sylvia. Für ihn wäre die gemeinsame Einladung der Ex-Partner quasi der Beweis für seine Deutung, dass zwischen Sylvia und Stefan weiterhin eine enge Beziehung besteht und dass er als neuer Partner letztlich doch weniger wichtig ist. Vor diesem Hintergrund beinhaltet die Gästeliste der Jubilare unter Umständen eine Menge »Familiensprengstoff«.



Vor diesem Hintergrund sollten die Großeltern Müller unbedingt ihre Tochter in die Erstellung der Gästeliste einbeziehen und deren Votum respektieren. Denn letztlich ist es Sylvia, die Alex erklären muss, warum beispielsweise ihr Ex-Partner eingeladen wird, während er »unerwünscht« ist. Um einen Konflikt zu vermeiden und weder Alex noch Stefan zu verprellen, könnte Sylvia aber auch überlegen, ob sie nur mit Felix und Benny zu der goldenen Hochzeit fährt. Aber vielleicht ist auch die Lösung denkbar, dass beide Männer zur Goldenen Hochzeit kommen – das müsste Sylvia zunächst ausloten und ggf. entsprechende Überzeugungsarbeit leisten (nicht zuletzt auch bei den Großeltern Müller). Für Benny und Felix schließlich dürfte jede Variante in Ordnung sein, wenn sie das Gefühl haben, dass alle anwesenden und nicht-anwesenden Erwachsenen gut damit leben können.

Kapitel 9: Pflege- und Adoptivfamilien

Praxisübung 9: »Ihr seid überhaupt nicht meine richtigen Eltern!«

Für Mias problematische Verhaltensweisen gibt es mehrere Erklärungsmöglichkeiten. Sie ist ein Kind mit frühen Stresserfahrungen und einer unsicheren Bindung. Von ihrer leiblichen Mutter fühlt sie sich zurückgewiesen, von ihrer Pflegefamilie nicht wirklich so angenommen, wie sie ist. Wie sollen ihre Pflegeeltern sie liebhaben, wo sie doch schon immer ein Problem- und Sorgenkind war? Es ist ohnehin schwer für sie, ein lernschwaches Kind zu sein, erst recht in einer akademisch gebildeten Familie und mit einem Bruder auf dem Gymnasium. Mia spürt, dass sie ihren Pflegeeltern durch ihre Äußerungen und Verhaltensweisen weh tun kann. Dahinter stecken aber eigentlich Selbstwertprobleme und Verlustängste: Mia stellt ihre Familienbeziehungen immer wieder auf die Probe, um zu testen, ob sich die anderen Familienmitglieder am Ende nicht doch von ihr abwenden und sie fallenlassen.

In dieser Situation sollten die Pflegeeltern nicht dem Impuls nachgeben, Mia Vorhaltungen zu machen oder zu versuchen, sie »zur Vernunft zu bringen«. Auch wenn sich Mia aggressiv und regelverletzend verhält, sollten sie nicht verärgert oder mit Kontrollen und Strafen reagieren. Wichtig ist, dass die Pflegeeltern auf die Seite des Kindes gehen und ihr Bindungsangebot aufrechterhalten. Auf den Satz »Von Euch lasse ich mir gar nichts sagen! Ihr seid überhaupt nicht meine richtigen Eltern!« sollten sie die dahinterstehenden Gefühle als berechtigt anerkennen. So könnte die Pflegemutter beispielsweise (sinngemäß) sagen: »Du hast natürlich recht, wir sind nicht deine leiblichen Eltern. Ich merke auch, wie verletzt du darüber bist, dass sich deine leibliche Mutter so wenig für dich interessiert. Ich finde das auch total schade und traurig! Aber wir halten zu dir, egal was kommt. Auch wenn wir nicht deine leiblichen Eltern sind. Wir haben dich lieb, so wie du bist.«

Kapitel 10: Regenbogenfamilien

Praxisübung 10: Ich will meine Kinder nicht verlieren!

Herr B. befindet sich in einem Dilemma: Einerseits will er sich endlich zu seiner homosexuellen Identität bekennen und seinem Partner zeigen, dass er es ernst mit ihm meint. Andererseits hat er große Angst davor, durch ein Coming-out seine Kinder zu verlieren. Herr B. ist sich sehr unsicher, ob Leonie und Max seine Entscheidung, mit einem Mann zusammenzuleben, verstehen und akzeptieren würden. Frau B. kennt diese Sorge ihres Mannes und setzt entsprechende Drohungen als Druckmittel ein. Für Herrn B. ist es eine erste Entlastung, seine Ängste und Sorgen in einer wertschätzenden Atmosphäre aussprechen zu können. Er kann seine Unsicherheit abbauen, indem er seine Gedanken und Gefühle reflektiert und konkrete erste Handlungsschritte mit dem Berater bespricht. Hilfreich dürfte die Information sein, dass die vorliegenden Forschungsergebnisse für einen offenen Umgang mit der eigenen schwulen Identität sprechen. Die Kinder dürften mittelfristig am besten mit der komplizierten Situation zurechtkommen, wenn Herr B. offen mit ihnen darüber spricht.

Vorschlag für ein Rollenspiel (zwei Rollenspieler; Beobachterin). Herr B. schildert in der Beratung seine belastende und ausweglos erscheinende Situation. Der Berater hat die Aufgabe, aktiv zuhören, Wertschätzung und Verständnis für die Gefühle des Klienten auszudrücken. Abhängig vom Gesprächsverlauf kann der Berater Herrn B. in der Planung konkreter Schritte unterstützen (z. B. mit seinen Kindern zu sprechen). Beenden Sie das Gespräch, indem Sie einen weiteren Gesprächstermin vorschlagen, bei dem auch Frau B. eingeladen ist.

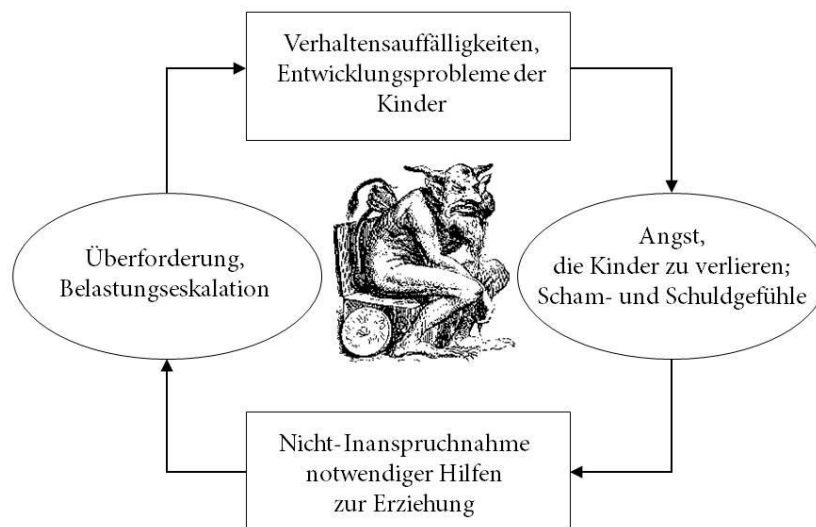
Kapitel 11: Familien mit psychisch erkrankten Mitgliedern

Praxisübung 11: Die psychisch kranke Mutter

Das Fallbeispiel illustriert, dass dysfunktionale Bindungs-, Beziehungs- und Konfliktmuster in Familien über Generationen hinweg erhalten bleiben können. Bereits aufgrund der wenigen gegebenen Informationen (Alkoholabhängigkeit der Mutter, Entzug der elterlichen Sorge bei anderen Geschwistern) können wir davon ausgehen, dass Janet in ihrer Kindheit selbst zahlreiche traumatische Erfahrungen gemacht hat. Janets psychische Erkrankung kann zwar nicht unmittelbar und monokausal als Folge dieser traumatischen Erfahrungen erklärt werden. Doch es ist zu vermuten, dass ihr Erleben und Verhalten bis heute durch die erlittene Traumatisierung geprägt wird. Die Probleme von Janets Sohn Kevin (Schulprobleme, soziale Schwierigkeiten, ggf. Hyperaktivitätsstörung) können so als Spätfolgen von Janets traumatischen Kindheitserfahrungen interpretiert werden.

Für Janet sind prinzipiell professionelle Hilfeangebote sinnvoll, die sie in ihrer Erziehungsfähigkeit unterstützen, im Alltag entlasten und in Krisenzeiten vorübergehend als Bezugsperson ersetzen. Das Hauptproblem besteht aber offensichtlich darin, dass Janet keine Motivation hat, solche Hilfeangebote überhaupt in Anspruch zu nehmen. Dass sie professionellen Unterstützungsangeboten (vor allem Hilfen zur Erziehung) so skeptisch gegenübersteht, ist relativ typisch psychisch kranke Eltern. Aus Studien wissen wir, dass rund 50% der betroffenen Eltern nicht nur keine professionellen Hilfen in Anspruch nehmen, sondern sogar den Kontakt mit dem Jugendamt aktiv vermeiden.

Hinter diesem Vermeidungsverhalten steht oft ein folgenschwerer Teufelskreis (vgl. Abbildung): Wenn nämlich – z.B. aus der Angst heraus, dadurch ins »Visier« des Jugendamts zu geraten – notwendige Hilfen zur Erziehung nicht in Anspruch genommen werden, verstärkt dies die Überforderung der Eltern, was wiederum die Wahrscheinlichkeit für kindliche Entwicklungsprobleme und eine Belastungseskalation weiter erhöht. Als Konsequenz erfolgt in vielen Fällen eine Fremdunterbringung der Kinder, ohne dass zuvor jemals unterstützende oder stabilisierende Hilfen in Anspruch genommen wurden. Die Kinder- und Jugendpsychiatrie wiederum erreicht die Kinder erst dann, wenn sie bereits gravierende Beeinträchtigungen entwickelt haben und es für präventive Hilfen (z.B. Aufklärung, Hilfestellung, Früherkennung) zu spät ist.



In der Praxis ist es oft sehr schwierig, derartige Teufelskreise zu unterbrechen und »einen Fuß in die Tür« zu bekommen. Einen wichtigen Beitrag können niedrigschwellige Beratungsangebote leisten, die kostenfrei, ggf. anonym und unabhängig von zu beantragenden Hilfen zur Erziehung sind. Dabei ist es wichtig, die Befürchtungen von Janet ernst zu nehmen und nicht pauschal zu bagatellisieren, denn sie sind in der Tat nicht völlig unbegründet. Die Chancen auf eine Kooperation und Inanspruchnahme sinnvoller Hilfen dürften indes steigen, wenn Janet versteht, dass ihr Vermeidungsverhalten letztlich das Gegenteil dessen bewirkt, was sie eigentlich möchte.

Kapitel 12: Gewalt in der Familie

Praxisübung 12: Eine Familientragödie

Das Übungsbeispiel basiert auf einem authentischen Fall (Namen, Orte und andere Details wurden verändert). Es zeigt, dass häusliche Gewalt keineswegs nur in so genannten Multiproblem-Familien vorkommt – unter bestimmten Umständen können Konflikte auch in »ganz normalen«, sozial unauffälligen Familien eskalieren. Um zu verstehen, wie es zu dieser Familienkatastrophe kommen konnte, ist die Unterscheidung von Ursachenfaktoren auf unterschiedlichen Systemebenen nützlich. Einige Anregungen hierzu:

- Analysieren Sie die Gewalttat von Herrn B. auf einer individuellen Ebene als akute Überforderungsreaktion.
- Stellen Sie anhand einer Zeichnung dar, wie sich das Familiensystem durch die Koalitionsbildung von Mutter und Töchtern veränderte (vorher – nachher).
- Arbeitslosigkeit ist ein gesellschaftliches Problem, das im vorliegenden Fall eine zentrale Rolle spielte. Welche weiteren sozialen und strukturellen Faktoren waren vermutlich relevant?

Es ist anzunehmen, dass sich der Familienkonflikt im Sinne einer Eskalationsdynamik allmählich aufgeschaukelt hat. Bei der Rekonstruktion der positiven Rückkoppelungsprozesse müssen die Perspektiven von Herrn B., seiner Frau und seinen Töchtern berücksichtigt werden. Herr B. war seit längerem in einer depressiven Stimmung; sein Selbstwertgefühl war stark angeschlagen; vermutlich war er emotional überempfindlich und reizbar.

- Formulieren Sie einige Sätze, die diese innere Verfassung widerspiegeln und die Herr B. so oder so ähnlich gedacht oder gesagt haben könnte.
- Wie erlebt seine Frau diese Äußerungen und Verhaltensweisen? Was könnte sie gedacht und erwidert haben? Wie reagiert wiederum Herr B. darauf?

- Wie könnte sich die Interaktion zwischen Herrn B. und seinen Töchtern entwickelt haben?
- Welche Möglichkeiten hätte es gegeben, die Eskalationsdynamik des Familienkonflikts zu stoppen? Wie hätte ein negativer Rückkoppelungsprozess initiiert werden können?

Kapitel 13: Scheidung und Trennung

Praxisübung 13: Scheidungskrieg um Lizzy

Die Beziehung von Lizzys Eltern ist durch ein hohes Maß an Feinseligkeit und das Fehlen direkter Kommunikation geprägt. Beide Elternteile versuchen, Lizzy auf ihre Seite zu ziehen und sie in ihrem »Scheidungskrieg« gegen den Ex-Partner zu instrumentalisieren. Für Lizzy ist diese Situation hochgradig überfordernd. Sie erlebt einen extrem belastenden Loyalitätskonflikt, der ein hohes Risiko für psychische oder psychosomatische Entwicklungsprobleme beinhaltet. Es ist weiterhin zu vermuten, dass Lizzy den Loyalitätskonflikt mittelfristig durch eine Entscheidung gegen einen Elternteil »löst«. Der Konflikt zwischen Herrn und Frau Schmidt hat eine Eskalationsstufe erreicht, der eine baldige Normalisierung der elterlichen Beziehung fast unmöglich erscheinen lässt. Doch wahrscheinlich sind sich die Eltern nicht darüber im Klaren, in welchem Ausmaß sie durch ihr Verhalten ihrer Tochter schaden. Aus diesem Grund sollte mit Unterstützung des Familiengerichts versucht werden, eine gemeinsame oder (falls dies nicht möglich ist) individuelle Beratung der Eltern zu initiieren. Wenn es gelänge, Herrn und Frau Schmidt die existenzielle psychische Notlage von Lizzy begreiflich zu machen und sie für die wichtige Bedeutung einer konfliktfreien Beziehung zu beiden Eltern zu sensibilisieren, wäre sehr viel erreicht.

Kapitel 14: Sterben, Tod und Trauer

Praxisübung 14: »Ich wollte es selbst nicht wahrhaben.«

Der Tod und das Sterben ihres Mannes waren für Frau Schmidt aus mehreren Gründen extrem belastend. Anders als z. B. bei älteren oder hochbetagten Menschen war der Tod durch eine rapide verlaufende Krebserkrankung in keiner Weise vorhersehbar, er kam »wie aus heiterem Himmel«. Auch die Umstände seines Sterbens in der Klinik empfand sie als furchtbar und unwürdig. Frau Schmidt konnte den viel zu frühen Tod ihres Mannes nicht akzeptieren. Sie »verdrängte« ihn einfach, indem sie nicht darüber sprach und versuchte, nicht daran zu denken. Vielleicht war die Vorstellung, ohne ihren Mann weiterleben zu müssen, für sie zu bedrohlich. Oder sie hatte Angst davor, emotional zusammenzubrechen, wenn sie sich bewusst und offen mit dem Sterben ihres Mannes auseinandersetzen würde. Auch Herr Schmidt sprach das Thema seines nahenden Todes ja nie von selbst an, und die Partner bestärkten sich möglicherweise gegenseitig in einer gemeinsamen Verleugnungsstrategie. Doch Frau Schmidt kostete dieses innerliche Ausweichen unendlich viel Kraft.

Für Frau Schmidt wären im Moment eine psychologische Trauerbegleitung und die Unterstützung bei der Verarbeitung der vorangegangenen Erfahrungen entlastend. Mittelfristig wird sie es wahrscheinlich auch allein schaffen, sich innerlich wieder zu stabilisieren. Doch im Rahmen einer psychologischen Beratung dürfte es Frau Schmidt leichter gelingen, sich belastende Erfahrungen »von der Seele zu reden«. Außerdem bieten sich hier auch Chancen, in Zukunft offener, mutiger und reflektierter mit bedrohlichen Lebensereignissen und Stressoren umzugehen.

Kapitel 15: Familiendiagnostik

Praxisübung 15: Warum macht unsere Tochter so etwas?

Beratungsanlass ist das Problemverhalten der 13-jährigen Lea (aggressives Verhalten und Mobbing von Mitschülern, Schulabsentismus). Im Sinne einer multiperspektivischen systemischen Betrachtungsweise sollten Hypothesen auf unterschiedlichen Systemebenen formuliert werden.

- Auf einer personalen Ebene sind entwicklungspsychologische Aspekte und Probleme bei der Bewältigung jugendlicher Entwicklungsaufgaben naheliegend (Leas beginnende Pubertät, Probleme der Identitäts- und Autonomieentwicklung, Status in der Peergruppe; unerfüllte Grundbedürfnisse). Wie fühlt sich Lea, wenn sie gemein zu Mitschülerinnen ist? Ist Leas aggressives Verhalten ein »Ventil« für erlebte Frustrationsgefühle?
- Auf der interpersonalen Ebene werden Hypothesen gebildet, die die Beziehungen von Lea zu anderen Familienmitgliedern betreffen, also zu den Eltern und zu ihrem jüngeren Bruder Fynn. Dabei sind die unterschiedlichen Familienperspektiven relevant: Wie erlebt es Lea, dass ihr Vater so wenig zu Hause ist und dann vermutlich eher wenig Zeit für sie hat? Wie ist es für sie, dass ihr behinderter Bruder so viel mehr Aufmerksamkeit erhält als sie? Wie sehen die Eltern Anne und Marc ihre nicht-behinderte Tochter, welche Erwartungen haben sie an Lea? Ist Leas Problemverhalten ein Versuch, mehr elterliche Aufmerksamkeit und Zuwendung zu erhalten? Begehrt sie gegen die elterliche Erwartung auf, immer das unproblematische und vernünftige Kind sein zu müssen?
- Auf der familiensystemischen Ebene rücken das Zusammenleben und die Interaktion der Familienmitglieder in den Fokus. Denkbar ist z. B. die Hypothese, dass Leas Problemverhalten die Familie nicht nur belastet, sondern auch eine positive, stabilisierende Funktion im Familiensystem hat. Möglicherweise trägt ihr Verhalten auch dazu bei, dass sich die Eltern Marc und Anne im Alltag weniger streiten und mehr miteinander reden als früher.

Insbesondere im Kontext der familiensystemischen Hypothesenbildung können zirkuläre Fragen sehr nützlich sein. Damit können die Familienmitglieder angeregt werden, sich in die jeweils anderen Perspektiven hineinzusetzen und die Familiensituation aus einem anderen Blickwinkel zu betrachten. In dem skizzierten Fall erscheinen zunächst diagnostische Familiengespräche nützlich; darüber hinaus könnte das Familienbrett eingesetzt werden, indem die einzelnen Familienmitglieder jeweils ihre Version der Familiensituation aufstellen. Zur Exploration der familialen Ressourcen könnte eine Eco-Map erstellt werden, mit deren Hilfe sowohl die Familienbeziehungen als auch weitere, zum Zeitpunkt der Beratung relevante Beziehungen im Sozialraum der Familie rekonstruiert werden.

Kapitel 16: Systemische Familientherapie

Praxisübung 16: Die magersüchtige Tochter

Im skizzierten Fall erscheint eine systemische Familientherapie aus mehreren Gründen sinnvoll: Melanie hat bereits mehrere erfolglose Einzeltherapien hinter sich, was dafür spricht, die therapeutische Perspektive auf das Familiensystem zu erweitern. Außerdem darf vermutet werden, dass Melanies Essstörung eng mit der Beziehungsdynamik innerhalb der Familie verknüpft ist. So legt z. B. das erstmalige Auftreten der Symptome vor drei Jahren die Hypothese nahe, dass es hier eine Verbindung zu der außerehelichen Beziehung von Melanies Mutter gibt: Wahrscheinlich hatte die Essstörung eine Funktion für den Zusammenhalt des Familiensystems/der Eltern. Möglicherweise gibt es auch für die Eltern noch etwas »aufzuarbeiten«. Auch die in Melanies Familie stark akzentuierte Leistungsthematik und die Ambivalenz der Geschwisterbeziehungen könnten eine bedeutsame Rolle für die Aufrechterhaltung der Essstörung spielen. Hier könnte man z. B. vermuten, dass die Magersucht auch eine Beziehungsbotschaft an die Schwestern beinhaltet. Doch welche Beziehungsbotschaften könnten dies sein? Versuchen Sie doch einmal, in diesem Sinne einige explizite Sätze zu formulieren: »Durch meine Mager-sucht will ich Dir mitteilen/zeigen, dass ...«.

Kapitel 17: Elternbildung und Elterntraining

Praxisübung 17: Luis und die Tischsitten

Gemeinsam mit Kindern im Kindergartenalter zu essen, kann für Eltern manchmal schwierig und stressig sein. Nicht selten wird eine Mahlzeit zum Kampf, wenn die Kinder z. B. nichts bzw. etwas ganz anderes essen wollen oder wenn sie sich nicht »benehmen«. Eltern sollten dabei grundsätzlich bedenken, dass es Kindern in diesem Alter noch schwerfällt, längere Zeit ruhig am Tisch zu sitzen und zu essen. Wenn es die Kinder langweilig finden, werden sie unruhig, machen »Faxen« und versuchen, Aufmerksamkeit auf sich zu ziehen. Probleme können auch dadurch entstehen, dass Kinder essen können, wann und wo sie möchten – dadurch finden sie nur schwer einen Rhythmus. Manche Bemühungen, unerwünschtes Verhalten der Kinder besser in den Griff zu bekommen, können das Problem sogar noch verschlimmern. Beispielsweise kann Problemverhalten unabsichtlich verstärkt werden, wenn Eltern während der Mahlzeit schimpfen oder diskutieren und dem Kind dadurch besondere Aufmerksamkeit schenken.

Für Eltern ist es grundsätzlich entlastend, hilfreich oder auch interessant, sich mit anderen Eltern über solche Probleme und andere kleine »Katastrophen« des Erziehungsalltags auszutauschen. In einem Elterntraining geschieht dies jedoch unter fachkundiger Anleitung, strukturiert und mit einer Lösungsperspektive. Die Fähigkeit, mit anderen am Tisch zu sitzen und gemeinsam zu essen, ist zweifellos ein wichtiges Lernziel für Vorschulkinder. Die anderen Familienmitglieder und insbesondere auch andere Kinder sind hier wichtige Rollenmodelle. Das Elterntraining »Triple P« bietet aufgrund seiner lerntheoretischen Orientierung den Vorteil, dass Eltern sehr konkrete Hinweise dafür bekommen, wie sie den auf Mahlzeiten bezogenen Lernprozess unterstützen können. Beispielsweise durch die Einführung fester Essensgewohnheiten und Regeln, Verstärkung von erwünschtem Verhalten sowie angemessenen Reaktionen auf unerwünschtes Verhalten und Probleme während der Mahlzeiten. Allerdings ist die Entscheidung für »Triple P« auch Geschmackssache – manche Eltern empfinden die dort empfohlenen Methoden auch als zu »technisch« oder nicht zu ihrer Person passend. Im vorliegenden Fallbeispiel kann Frau Hacke ohne Bedenken auch die Teilnahme an einem Gordon-Training (PET) oder am Elternkurs »Starke Eltern – starke Kinder« empfohlen werden.

Tabellarische Übersicht zu Angeboten der Elternbildung

Im Lehrbuch »Familienpsychologie kompakt« werden exemplarisch vier Elternbildungsprogramme vorgestellt (PEKiP; PET; Triple P; Starke Eltern – starke Kinder). Es handelt sich um die in Deutschland wohl bekanntesten und am weitesten verbreiteten Elternkurse. Um alle oder zumindest einen großen Teil der aktuell angebotenen Elternbildungskurse zu beschreiben und fachlich zu bewerten, hätte man ein eigenes Buch schreiben müssen. Auch die folgende tabellarische Übersicht erhebt nicht den Anspruch auf Vollständigkeit. Ihr Zweck ist es, eine erste Orientierung auf dem immer größer und unübersichtlicher werdenden Markt der Elternbildung zu ermöglichen. In Anlehnung an Wahl und Sann (2006) wird im Folgenden zwischen

- (a) Trainingsprogrammen für alle Eltern und
 - (b) Trainingsprogrammen für besondere Elterngruppen
- unterschieden. Die Angebote sind in alphabetischer Reihenfolge aufgeführt.

(a) Trainingsprogramme für alle Eltern

Angebot	Kurzbeschreibung	Weitere Informationen/ Weblink
Das erste Lebensjahr	Basiert auf dem Erziehungskonzept von Emmi Pikler und umfasst regelmäßige Gruppentreffen für Eltern mit Babys von 0 bis 18 Monaten. Eltern lernen, ihr Kind aufmerksam zu beobachten, in seinen Bedürfnissen wahrzunehmen und eine entwicklungsfördernde Interaktion einzugehen. Eine Fortbildung für Eltern-Kind-Kursleitungen wird durch das Bildungswerk der Erzdiözese Köln e.V. in einer Kooperation mit der Pikler Gesellschaft Berlin e.V. durchgeführt.	https://bit.ly/36Y2c7O Info im Online-Familienhandbuch: https://bit.ly/37Qlawr
DELFI®	DELFI® ist ein Konzept evangelischer Familienbildung und wurde in der ev. Familienbildungsstätte Celle entwickelt. In den Kursen für Eltern und ihre Kinder mit einem Alter ab 6 Wochen, lernen Eltern die wachsenden Fähigkeiten ihres Kindes auf spielerische Weise zu unterstützen.	https://www.delfi-online.de/
EFFEKT® – Entwicklungsförderung in Familien: Eltern- und Kinder-Training	An der Uni Erlangen-Nürnberg entwickeltes Programm, das aus einem Eltern- und einem Kinderkurs besteht. Im Elternt raining lernen die Eltern die Grundregeln positiver Erziehung und den Umgang mit schwierigen Erziehungssituationen. Das Kindertraining (Vor- und Grundschulalter) fördert die soziale Kompetenz und zielt die Reduktion von Problemverhalten ab.	https://www.effekt-training.de/

ELTERN-AG	ELTERN-AG ist ein Präventionsprogramm für Familien in belastenden Lebenslagen. Ziel ist es, dass alle Kinder in Deutschland von ihren Eltern liebevoll und einfühlsam auf allen Ebenen gefördert werden, sodass sie – unabhängig von ihrer Herkunft – die gleichen Bildungs- und Lebenschancen erhalten.	https://www.mapp-empowerment.de/in-derberufspraxis/eltern-ag/
ELTERN STÄRKEN	Dialogische Elternseminare des Jugendamts Dortmund, die nicht im Sinne einer Schulung die »richtige« Erziehungsmethode vermitteln, sondern den Erfahrungsaustausch, das gemeinsame Reflektieren und das Voneinander-Lernen in der Teilnehmergruppe in den Mittelpunkt der Treffen stellen.	https://bit.ly/3OZkg2H
Elternstart NRW	»Elternstart NRW« ist ein gebührenfreies Familienbildungsangebot für Mütter und Väter in Nordrhein-Westfalen mit einem Kind im ersten Lebensjahr. Themen sind beispielsweise die frühkindliche Entwicklung, die Eltern-Kind-Beziehung und der Umgang mit neuen und auch anstrengenden Familiensituationen.	https://bit.ly/370g2q8
Encouraging – Elterntraining Schoenaker-Konzept®	Basiert auf der Individualpsychologie von Alfred Adler und Rudolf Dreikurs. Im Zentrum stehen Grundbedürfnisse nach Zugehörigkeit und Anerkennung. Die Eltern werden zur Selbstreflexion angeregt und üben förderliche Haltungen und Verhaltensweisen ein.	https://www.schoenaker-concept.de/
Erziehung macht Spaß – der Erziehungsführerschein®	Präventivkurs für Eltern mit Kindern bis zum 10. Lebensjahr. Themen: Erziehung, Konflikte, Kommunikation, Strafe, Regeln, Grenzen, Entwicklungsphasen, Ermutigung. Beispiele aus dem elterlichen Erziehungsalltag fließen in jede Sitzung mit ein. Methoden sind u.a. Rollenspiele, Malen, Pantomime oder Kleingruppenarbeit.	https://bit.ly/37Nfzi5
FABEL® – Familienzentriertes Baby-Eltern-Konzept	»Ganzheitlicher« Kurs für junge Familien nach der Geburt, das von der Gesellschaft für Geburtsvorbereitung (GfG) in Zusammenarbeit mit der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) entwickelt wurde. Der Kurs umfasst u.a. Rückbildungsübungen, Babymassage, Informationen und die Förderung	https://bit.ly/37PaOO

	sozialer Kontakte zu anderen jungen Eltern.	
FamilienTeam	An der Uni München entwickeltes Programm für Eltern mit Kindern im Vorschul- und Grundschulalter. Ziel: Stärkung der Erziehungskompetenz und der Eltern-Kind-Beziehung. Die Familienmitglieder sollen als »Team« an einem Strang ziehen.	http://www.familienteam-muenchen.de/
Gordon-Familientraining (Parent Effectiveness Training)	Basiert auf der humanistischen Psychologie von Carl Rogers und seines Schülers Thomas Gordon. Ziel: Partnerschaftlicher Erziehungsstil mit Grenzsetzung und gemeinsamer Regelfestlegung sowie die niederlagelose Methode der Konfliktlösung.	https://bit.ly/3MJR2CX https://www.gordontraining.at/
Freiheit in Grenzen	Ein videogestütztes Elterntrainingsprogramm, das von Prof. Schneewind und seinem Team an der Universität München entwickelt wurde. Anhand typischer Erziehungssituationen können Eltern zu Hause am PC oder am Fernseher Probleme und Lösungsvarianten »durchspielen« und reflektieren.	Im Buchhandel kann das komplette Paket (3 Bände, mit DVD) erworben werden: Freiheit in Grenzen. Der interaktive Elterncoach, Bern: Huber. Tipp: Eltern von Vor- und Grundschulkindern können bei der Bayerischen Staatsregierung kostenlos die Broschüre »Freiheit in Grenzen« mit DVD bestellen: https://bit.ly/3ksKSLi
Kess erziehen®	Standardisierter, inhaltlich komprimierter Elternkurs für die Familienbildung, der sich an Erziehende von Kindern ab 2 Jahren wendet. »Kess« steht für: kooperativ, ermutigend, sozial und situationsorientiert.	https://www.kess-erziehen.de/
Marte Meo	Die Basis der von Maria Aarts entwickelten Marte-Meo-Methode ist die Arbeit mit Videofeedback. Kurze Sequenzen alltäglicher Situationen werden gefilmt und ermöglichen den Eltern über den Blick auf sich selbst, ihr Erziehungs- und Interaktionsverhalten zu verbessern.	https://www.martemeeo.com/de/
PEKiP – Prager Eltern-Kind-Training	Gruppentreffen für Eltern und Kinder im ersten Lebensjahr. Ziel ist die Entwicklungsbegleitung der Kinder, wobei die Vermittlung elterlicher Kompetenzen im Umgang mit den Kindern sowie der Erfahrungsaustausch der Teilnehmerinnen im Vordergrund stehen.	https://www.pekip.de/

SAFE – Sichere Ausbildung für Eltern®	Von Karl Heinz Brisch entwickeltes Gruppentraining zur Förderung einer sicheren Eltern-Kind-Bindung, zur Prävention von Bindungsstörungen und der intergenerationalen Traumaweitergabe. Zielgruppe: (Werdende) Eltern ab der 20. Schwangerschaftswoche bis zum Ende des 1. Lebensjahr	https://www.khbrisch.de/safe.html
Starke Eltern – starke Kinder®	Das Programm wurde vom Deutschen Kinderschutzbund entwickelt und verbreitet. Es umfasst Bausteine der Gesprächspsychotherapie, der Verhaltenstherapie, der Kommunikationstheorie und der systemischen Familientherapie. Ziel ist es, die Erziehungsfähigkeit der Eltern zu stärken, den Kinderrechten Geltung zu verschaffen und häuslicher Gewalt vorzubeugen.	https://bit.ly/3rYW2M4
STEP – Systematisches Training für Eltern	Das in den USA entwickelte STEP-Elterntraining strebt ein kooperatives Miteinander in der Familie an, um Kindern Freiheit in Grenzen zu gewähren. Der Kurs umfasst 10 Einheiten zu 2 Stunden und wird durch schriftliches Informationsmaterial ergänzt.	https://www.instep-online.de/index.php
Triple P – Positive Parenting Program	Durch Einzelberatung, Gruppenseminare, Telefonberatung und schriftliche Anweisungen (»Kleine Helfer«) werden Eltern unterstützt, eine positive Beziehung zum Kind aufbauen. Lerntheoretisch fundierte Techniken werden empfohlen, um in schwierigen Erziehungssituationen konstruktive Lösungen zu finden.	https://www.triplep.de/de-de/startseite/
Video-Home-Training®	Das Video-Home-Training basiert auf der Annahme, dass Eltern ihr Verhalten und ihre Einstellung dann verändern können, wenn sie unterstützend begleitet werden. Das Training unterstützt die Verbesserung der Basiskommunikation innerhalb der Familie und Eltern erlangen so mehr Sicherheit im Umgang mit ihrem Kind und mehr Freude an ihrer Elternrolle.	https://www.spindeutschland.de/

(b) Trainingsprogramme für besondere Elterngruppen

Angebot	Kurzbeschreibung	Weitere Informationen/ Kontaktadressen
ADS-Elterntraining	In diesem Kurs der Erziehungswissenschaftlerin Christine Falk-Frühbrodt lernen Eltern die Besonderheiten von ADS mit und ohne Hyperaktivität kennen. Durch die erweiterte Sicht auf das Kind verstehen sie ihr Kind besser. Themen sind u. a. praktische Anregungen für den Alltag wie Umgang mit Wutanfällen, Grenzen setzen, Hausaufgaben begleiten, Regeln vereinbaren.	https://www.adhs-hyperaktivitaet.de/ueber-mich/
ADHS-Elterntrainer	Von der AOK angebotenes, kostenloses Online-Elterntraining speziell für Eltern von Kindern mit ADHS. Es gibt insgesamt vier Trainingsbereiche, die flexibel je nach Bedarf ausgewählt werden können. Niederschwellig, hohe fachliche Qualität, medial gut aufbereitet!	https://adhs.aok.de/
EFFEKT® – Interkulturell	Eine Adaptation des an der Uni Erlangen-Nürnberg entwickelten EFFEKT-Programms (s.o.) für Familien mit Migrationshintergrund. Die begleitenden Elternbriefe liegen in mehreren Sprachen vor.	https://bit.ly/3y8eiX0
Elternseminar »Unser Kind hat Mukoviszidose – Was tun?«	Seminar für Eltern von Kindern und Jugendlichen mit Mukoviszidose (Cystische Fibrose), einer angeborenen schweren Stoffwechselerkrankung. Das Seminar umfasst medizinische, sozialrechtliche und erziehungsbezogene Aspekte und Erfahrungsaustausch mit anderen Eltern.	https://bit.ly/3MJKCDU
Elterntraining Hochbegabung	Am Internationalen Centrum für Begabungsforschung (icbf) wurde ein Elterntraining zur Unterstützung der sozialemotionalen Entwicklung hochbegabter Kinder konzipiert. Ziel ist es, mit den Eltern Hinweise und Informationen zu erarbeiten, die den gemeinsamen Alltag mit hochbegabten Kindern und Jugendlichen vereinfachen können.	https://bit.ly/3KpUwbX
Entwicklungspsychologische Beratung (EPB)	Videogestütztes Elterntraining für unsichere und belastete Eltern; Familien mit Säuglingen und Kleinkindern in	https://www.institut-ke.de/weiterbildung/epb/

	besonderen Lebenssituationen (Frühgeborene, behinderte Säuglinge, Kinder jugendlicher und psychisch kranker Eltern); Familien, mit denen die Jugendhilfe im Rahmen stationärer oder ambulanter Hilfen bereits Kontakt hat.	
Frankfurter Autismus-Elterntaining (FAUT-E)	Das Trainingsprogramm besteht aus acht Modulen und richtet sich an Eltern von Kindern jeden Alters mit allen Diagnosen aus dem Autismus-Spektrum. Ziel des Trainings ist der Erwerb von Methoden, die den Eltern die Erziehung und den Umgang mit ihrem Kind erleichtern.	https://www.autismus-owl.de/aktuelles/termine/frankfurter-autismus-elterntaining/
FuN – Familie und Nachbarschaft	Fördert die Integration und Beteiligung bildungsferner und sozial benachteiligter Familien und bietet gemeinsamen Erfahrungsraum für Eltern und Kinder. In Kitas, Schulen etc. werden gezielt Familien angesprochen, bei denen ein Unterstützungsbedarf deutlich ist.	https://www.fun-fortbildungen.de/fun/konzept/
HIPPY – Home Instruction Program for Preschool Youngsters	Programm speziell für bildungsbenachteiligte Familien mit dem Ziel der frühen Förderung der 4- bis 7-jährigen Kinder und der Stärkung der Eltern-Kind-Interaktion. Die Eltern werden angeleitet, ihre Kinder auf die Schule vorzubereiten. Die Anleitung erfolgt durch geschulte Laienhelferinnen zu Hause.	https://impuls-familienbildung.de/informieren/hippy/
Kinder im Blick (KiB)	Ziel dieses an der Uni München entwickelten Trainings ist es, Eltern nach einer Scheidung bzw. Trennung für die Bedürfnisse der Kinder sensibilisieren.	https://www.kinder-im-blick.de/
Opstapje – Schritt für Schritt	In den Niederlanden entwickeltes Spiel- und Lernprogramm speziell bildungsbenachteiligte Familien, Familien in schwierigen Lebenslagen sowie Familien mit Migrationshintergrund mit Kindern unter 3 Jahren. Geschulte Hausbesucherinnen aus demselben Wohnumfeld wie die Eltern vermitteln die Inhalte des Programms.	https://www.awo.org/opstapje-familienbildungsprogramm
Starke Großeltern – starke Kinder®	Das Kurskonzept »Starke Großeltern – Starke Kinder®« will Großeltern unter anderem darin unterstützen, ihren Platz in der Familie bewusst ein- und wahrzunehmen sowie zu gestalten und wertvolle Zeit mit ihren Enkelkindern zu verbringen.	https://bit.ly/37YgfKV

STEEP – Steps Toward Effective, Enjoyable Parenting	In England entwickeltes Frühinterventionsprogramm für hochbelastete und schwer erreichbare Familien. Ziel ist es, eine tragfähige Eltern-Kind-Beziehung zu stärken, die transgenerationale Weitergabe dysfunktionaler familiärer Beziehungsmuster zu verhindern und eine positive Beziehungsdynamik in Gang zu setzen.	https://steep-qualifizierung.de/was-ist-steepm/
Step duo	Um die Erziehungskompetenz psychisch erkrankter Mütter und Väter zu stärken, wurde das Elternkurskonzept STEP den besonderen Bedürfnissen psychisch kranker Eltern angepasst. Die Teilnahme erfolgt im »Tandem« mit einem geeigneten Begleiter (z.B. SPFH)	https://bit.ly/3kpjUnl
Stepping Stones	Ein Kursprogramm speziell für Eltern behinderter Kinder, das auf der Grundlage des Triple P-Konzepts entwickelt wurde. Das Stepping Stones-Elterntraining wird meist Sozialpädiatrischen Zentren mit drei bis sieben Familien pro Schulung durchgeführt.	https://bit.ly/3F00Fuk
TAFF	Angebot für Eltern aus bildungsfernen Milieus und in belastenden Lebenssituationen. TAFF nutzt persönliche Zugangswege über Kitas, Schulen oder Jugendämtern, um Hemmschwellen abzubauen und einen Einstieg in das Hilfesystem zu bieten.	https://bit.ly/3vMXtOs
Wir2 – Bindungstraining für Alleinerziehende	Weiterentwicklung von PALME – Präventives Elterntraining für alleinerziehende Mütter. Elterntraining (20 Sitzungen) für alleinerziehende Mütter mit Kindern im Vorschul- und Grundschulalter; auf bindungstheoretischer Grundlage. Leitung: Geschulte Erzieherinnen, Durchführung in Kindertagesstätten.	https://www.walter-bluechert-stiftung.de/projekte/wir2/

Gesamtliste der weiterführenden Literaturempfehlungen

Kapitel 1: Grundlagen der Familienpsychologie

Peuckert, R. (2019). Familienformen im sozialen Wandel (9. Auflage). Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.

Der Autor zeigt aus soziologischer Sicht auf, dass die traditionelle Familie heute nur eine Lebensform unter vielen ist. Dies belegt er anhand aktueller empirischer Befunde zu nichtehelichen Partnerschaften, Ein-Eltern-Familien sowie Stief-, Adoptions- und Regenbogenfamilien.

Maxeiner, A. & Kuhl, A. (2021). Alles Familie!: Vom Kind der neuen Freundin vom Bruder von Papas früherer Frau und anderen Verwandten (12. Aufl.). Stuttgart: Klett.

Ein witzig illustriertes, zeitgemäßes Sachbilderbuch – nicht nur für Kinder. Es zeigt, wie vielfältig Familien sind: Ein-Kind-Familien, Mehr-Kind-Familien, Regenbogenfamilien, Adoptionsfamilien, Pflegefamilien, Kinderdorffamilien, Trennungsfamilien, Mehrgenerationsfamilien ... zum Vorlesen, Nachdenken und darüber Diskutieren. Ausgezeichnet mit dem Deutschen Jugendliteraturpreis.

Kapitel 2: Die Familiensystemtheorie

Schneewind, K.A. (2021). Familienpsychologie. Einblicke in zentrale Themen unseres Lebens. Darmstadt: wbg.

»Der Schneewind« ist mittlerweile ein Klassiker der deutschsprachigen Literatur zum Thema Familienpsychologie. Im 3. Kapitel werden theoretische Grundlagen dargestellt; dabei geht der Autor u. a. auf die Familiensystemtheorie ein.

Strunk, G. & Schieppank, G. (2012). Systemische Psychologie. München: Elsevier.

Dieses Buch kann Studierenden empfohlen werden, die sich intensiv mit dem Wesen nichtlinearer Systeme beschäftigen wollen. Es eröffnet dem Leser ein differenziertes Verständnis für eine systemische Perspektive naturwissenschaftlichen und speziell psychologischen Denkens.

Watzlawick, P. (2005). Wie wirklich ist die Wirklichkeit? Wahn, Täuschung, Verstehen (6. Aufl.). München: Piper.

Der Autor erläutert anhand anschaulicher Beispiele die Sichtweise des radikalen Konstruktivismus: Das, was wir naiv »Wirklichkeit« nennen, gibt es nicht. Erst unser Geist schafft die subjektive Realität, in der wir leben.

Kapitel 3: Familienentwicklung

Herriger, N. (2020). Empowerment in der Sozialen Arbeit: Eine Einführung (6. Aufl.). Stuttgart: Kohlhammer.

Dieses Buch bietet eine leicht verständliche Einführung in Theorie und Praxis des Empowerment in der Sozialen Arbeit. Zahlreiche ressourcenorientierte Methoden werden praxisnah und ausführlich vorgestellt.

Sarimski, K. (2021). Familien von Kindern mit Behinderungen. Ein familienorientierter Beratungsansatz. Göttingen: Hogrefe.

Familien, in denen ein Kind mit einer Behinderung aufwächst, sind mit besonderen Herausforderungen konfrontiert. Dieses Buch zeigt, wie betroffene Kinder, Mütter, Väter, Geschwister und Großeltern den Familienalltag erleben und gemeinsam bewältigen. Dabei wird deutlich, dass die individuellen und sozialen Ressourcen einer Familie die zentralen Ansatzpunkte für professionelle Beratungs- und Unterstützungsangebote darstellen.

Kapitel 4: Der Übergang zur Elternschaft

Cierpka, M. (Hrsg.) (2014). Frühe Kindheit 0-3 Jahre: Beratung und Psychotherapie für Eltern mit Säuglingen und Kleinkindern. Berlin: Springer.

Dieses Handbuch gibt einen Überblick zur Entwicklung in der frühen Kindheit und häufigen Entwicklungsproblemen bei Babys und Kleinkindern. Darüber hinaus werden Möglichkeiten der Eltern-Kind-Beratung vorgestellt. Empfehlenswert für Psychologen, Sozialarbeiterinnen, Hebammen, Familienhelfer und Mitarbeitende in Beratungsstellen.

Schreyögg, A. (2013). Familie trotz Doppelkarriere: Vom Dual Career zum Dual Care Couple. Wiesbaden: Springer VS.

Dieses Buch gibt Anregungen für die Beratung von Paaren, bei denen beide Partner eine Karriere verfolgen und doch nicht auf Kinder verzichten wollen. Das Buch informiert darüber, welche Besonderheiten Doppelkarriere-Familien heute aufweisen und wie Doppelkarriere-Familien gelingen können.

Gebauer-Sesterhenn, B. & Villinger, T. (2012). Schwangerschaft und Geburt (8. Aufl.). München: Graefe und Unzer.

Dieses Buch ist ein populärwissenschaftlicher Ratgeber im besten Sinne: Umfassende und fachlich seriöse Informationen rund um Schwangerschaft und Geburt, Antworten auf häufige Fragen und alltagspraktische Tipps. Es kann Paaren im Übergang zur Elternschaft empfohlen werden, stellt aber auch für professionelle Helfer ein nützliches »Handbuch« dar.

Kapitel 5: Die Bindung zwischen Kindern und Eltern

Laewen, H.-J., Andres, B. & Hédervári-Heller, E. (2019). Ohne Eltern geht es nicht. Die Eingewöhnung von Kindern in Krippen und Tagespflegestellen (8. Aufl.). Berlin: Cornelsen.

Das »Berliner Modell«, ein bindungstheoretisch fundiertes Konzept für die Eingewöhnung von Kleinkindern in Krippen und Tagespflegestellen, wird in allgemein verständlicher Sprache vorgestellt. Dieses wichtige Buch ist allen zu empfehlen, die privat oder beruflich mit früher Tagesbetreuung zu tun haben, vor allem Eltern, Erzieherinnen und Tagesmüttern.

Trost, A. (Hrsg.) (2014). Bindungsorientierung in der Sozialen Arbeit. Grundlagen – Forschungsergebnisse – Anwendungsbereiche. Dortmund: Verlag modernes lernen.

Die Autorinnen und Autoren dieses Buchs stellen die Relevanz der Bindungstheorie in unterschiedlichen Praxisfeldern der Sozialen Arbeit dar, wie Frühe Hilfen, Psychiatrie, Jugendhilfe und Prävention.

Ziegenhain, U. & Fegert, J. (2018). Entwicklungspsychologische Beratung für junge Eltern: Grundlagen und Handlungskonzepte für die Jugendhilfe (3. Aufl.). Weinheim: Beltz Juventa.

In diesem Buch wird ein Präventionsprogramm vorgestellt, das auf Erkenntnissen der modernen Bindungsforschung basiert. Ziel ist es, junge Eltern zu beraten und dabei zu unterstützen, eine sichere Bindung zu ihrem Säugling bzw. Kleinkind aufzubauen.

Ziegenhain, U., Gebauer, S., Ziesel, B., Künster, A.K. & Fegert, J. (2016). Lernprogramm Baby-Lesen: Übungsfilme mit Begleitbuch für die Beratung von Eltern. Stuttgart: Hippokrates.

In diesem Medienset (DVD plus Begleitbuch) wird sehr anschaulich beschrieben, wie man die Interaktion zwischen Säuglingen und ihren Müttern beobachten und einschätzen kann. 32 Videosequenzen zeigen unterschiedlich feinfühliges Verhalten. Filmbeispiele von Beratungssituationen verdeutlichen unterschiedliche Möglichkeiten für Hilfeangebote und notwendige Maßnahmen.

Kapitel 6: Geschwisterbeziehungen

Kasten, H. (2020). Geschwister. Vorbilder, Rivalen, Vertraute (7. Aufl.). München: Reinhardt.

Das wohl beste deutschsprachige Fachbuch zum Thema Geschwisterbeziehungen – inzwischen schon ein »Klassiker«. Die wichtigsten Theorien und Ergebnisse der Geschwisterforschung werden differenziert und trotzdem gut verständlich dargestellt.

Sitzler, S. (2017). Geschwister: Die längste Beziehung des Lebens. Stuttgart: Klett-Cotta.

In diesem lesenswerten Sachbuch zeigt die Journalistin Susann Sitzler die Vielfalt von Geschwisterbeziehungen auf, indem sie auf unterhaltsame Weise persönliche Erfahrungsberichte mit Erkenntnissen aus der Geschwisterforschung verknüpft, regt sie zur Reflexion der eigenen Geschwisterbiografie an.

Kapitel 7: Paarbeziehungen

Koschorke, M. (2013). Keine Angst vor Paaren! Wie Paarberatung und Paartherapie gelingen kann – Ein Praxishandbuch. Stuttgart: Klett-Cotta.

Ein fachlich fundiertes und doch lebendig geschriebenes Buch für Praktiker (und die, die es werden wollen). Ausgehend von einer Beschreibung moderner Paarbeziehungen wird dargelegt, was eine gute Paarberatung ausmacht und wie sie ablaufen kann. Der Autor ist Psychologe und seit über 30 Jahren als Paarberater tätig.

Mary, M. (2018). Lebt die Liebe, die ihr habt: Wie Beziehungen halten. Lüttow-Valluhn: Verlag Henny Nordholt.

Wie gelingt es Paaren, zehn, zwanzig oder mehr Jahre glücklich zusammenzubleiben? In diesem lesenswerten Ratgeber zeigt der Paarberater Michael Mary auf, wie Paare lernen können, das zu schätzen, was sie aneinander haben, statt ihre Beziehung mit unrealistischen Erwartungen zu überfrachten.

Kapitel 8: Großeltern und Enkelkinder

Bucher, A.A. (2019). Lebensernte. Psychologie der Großelternschaft. Berlin: Springer.

Dieses Buch beginnt mit einem unterhaltsamen Streifzug durch Geschichte und Literatur und fasst den aktuellen Forschungsstand zu Großeltern-Enkel-Beziehungen allgemeinverständlich zusammen. Der Autor lädt dazu ein, Großelternschaft als Ressource für ein gelingendes Leben zwischen Individuation und Bezogenheit zu entdecken – für sich selbst wie auch für die Enkel.

Klosinski, G. (Hrsg.) (2008). Großeltern heute – Hilfe oder Hemmnis. Analysen und Perspektiven für die pädagogisch-psychologische Praxis. Tübingen: Attempo.

Dieses lesenswerte Buch versammelt eine im besten Sinne des Wortes bunte Mischung interdisziplinärer Beiträge zum Thema Großeltern-Enkel-Beziehungen, z. B. aus historischer, soziologischer, psychologischer, juristischer und literarischer Perspektive.

Kapitel 9: Pflege- und Adoptivfamilien

Wiemann, I. (2021). Adoptiv- und Pflegekindern ein Zuhause geben. Informationen und Hilfen für Familien (6. Aufl.). Köln: Edition Balance.

Dieses fachlich fundierte Ratgeberbuch richtet sich sowohl an Menschen, die vor der Entscheidung stehen, ob sie ein Pflege- oder Adoptivkind aufnehmen sollen, als auch an jene, die bereits mit Pflege- oder Adoptivkindern zusammenleben. Die Autorin ist Familientherapeutin und seit vielen Jahren in der Beratung von Pflege- und Adoptivfamilien tätig.

Haury, K., Loerke, S., Stapelmann, J. & Zimmerling, H. (2020). Handbuch Adoption. Psychologische und soziale Besonderheiten bei Adoptivfamilien. Weinheim: Beltz Juventa.

Dieses Buch kann vor allem Fachkräften empfohlen werden, die Adoptionsprozesse professionell gestalten wollen. Ausführlich und differenziert werden die Sichtweisen aller an einer Adoption beteiligten Personen und Institutionen dargestellt. Dieser multiperspektivische Blick ist hilfreich, um gut auf die Bedürfnisse von leiblichen Eltern, Adoptiveltern und Kindern eingehen zu können und dabei den Gesamtkontext im Blick zu behalten.

Kapitel 10: Regenbogenfamilien

Jansen, E. & Jansen, K. (2018). Sind nicht alle Familien bunt? Ein Trainingsmanual – berührend, leicht, wirksam. Familien- und Sozialverein des LSVD (Hrsg.). Köln.

Manual zu einem vom LSVD entwickelten Trainingsprogramm für Fachkräfte in der Familienberatung. Es zielt darauf ab, sich mit Herausforderungen und Potenzialen von Regenbogenfamilien vertraut zu machen und professionell und möglichst diskriminierungsfrei mit der Vielfalt von Familienformen und Aspekten der geschlechtlichen Identität umzugehen.

Gerlach, S. (2010). Regenbogenfamilien: Ein Handbuch (2. Aufl.). Berlin: Querverlag.

Die Autorin gibt in zahlreichen Interviews einen differenzierten Einblick in den Alltag alternativer Familienformen. Übersichtlich gegliederte Kapitel liefern Informationen und praktische Tipps auf dem Weg zur Regenbogenfamilie, wie z.B. zu Samenspende und Insemination, Leihmutterschaft, Adoption und Pflegschaft.

Scheerer, S. & von Sperber, A. (2016). Zwei Mamas für Oscar: Wie aus einem Wunsch ein Wunder wird. Hamburg. Dressler Verlag.

Oscars Mamas hatten sich schon immer ein Kind gewünscht, doch leider vergeblich. Dann lernten sie Tillys und Friedas Eltern kennen, und bekamen von ihrem Papa Samen gespendet. Ein Bilderbuch zum Vorlesen, das es Eltern und pädagogischen Fachkräften erleichtert, mit Kindern ab drei Jahren auf kindgerechte Weise über Regenbogenfamilien ins Gespräch zu kommen.

Kapitel 11: Familien mit psychisch kranken Mitgliedern

Bundesverband der Angehörigen psychisch Erkrankter / BApK e. V. (Hrsg.) (2021). Wahnsinnig nah: Ein Buch für Familien und Freunde psychisch erkrankter Menschen. Köln: Edition Balance.

Dieses Buch ist eine wertvolle Handreichung für Familienangehörige, insbesondere dann, wenn sie erstmals die Erfahrung machen, dass ein nahestehender Mensch von einer psychischen Erkrankung betroffen ist. Neben Erfahrungsberichten beinhaltet der Band zahlreiche fachliche Informationen und Tipps zum Umgang mit erkrankungsbedingten Problemen.

Lenz, A. (2018). Ressourcen psychisch kranker und suchtkranker Eltern stärken: Ein Gruppenprogramm zur Prävention von Kindesmisshandlung und -vernachlässigung. Göttingen: Hogrefe.

Dieses Buch kann Fachkräften empfohlen werden, die Präventionsmaßnahmen für Kinder psychisch kranker und suchtkranker Eltern und ihre Familien planen bzw. durchführen wollen. In Form von vier »Modulen« werden konkrete Anleitungen und Materialien bereitgestellt, die bei der Durchführung entsprechender Maßnahmen zur Ressourcenstärkung eingesetzt werden können.

Jungbauer, J. & Heitmann, K. (2022). Unsichtbare Narben. Erwachsene Kinder psychisch erkrankter Eltern berichten (2. Aufl.). Köln: Edition Balance.

Zwölf erwachsene Töchter und Söhne psychisch erkrankter Eltern erzählen mit großer Offenheit über Belastungen damals und heute, komplizierte Gefühle und schwierige Lebenswege, aber auch über Kraftquellen und Möglichkeiten einer positiven Bewältigung. Ein »Ermutigungsbuch« für Betroffene, das aber auch Studierenden und Fachkräften tiefe Einblicke in die Erfahrungen von Kindern psychisch erkrankter Eltern eröffnet.

Kapitel 12: Gewalt in der Familie

Rassenhofer, M., Hoffmann, U., Hermeling, L., Berthold, O., Fegert, J. & Ziegenhain, U. (Hrsg.) (2021). Misshandlung und Vernachlässigung. Göttingen: Hogrefe.

Dieses Buch ist als Leitfaden für Fachkräfte unterschiedlicher Professionen konzipiert. Es vermittelt Handlungsempfehlungen für das Erkennen von Misshandlung und Vernachlässigung bzw. einer Kindeswohlgefährdung. Weiterhin wird das Vorgehen bei der Planung und Durchführung von Interventionen mit Betroffenen und ihren Bezugspersonen beschrieben. Materialien für die Praxis und Fallbeispiele ergänzen den Leitfaden.

Herman, J.L. (2018). Die Narben der Gewalt. Traumatische Erfahrungen verstehen und überwinden (5. Aufl.). Paderborn: Junfermann.

Gewalterfahrungen können erhebliche psychische Schäden und traumatische Störungen bewirken. Dieses Buch gehört in den USA seit vielen Jahren zu den wichtigsten Büchern zu diesem Thema. Judith Herman, Professorin an der Harvard Medical School, beschäftigt sich seit mehr als 30 Jahren mit den Opfern von häuslicher Gewalt.

Büttner, M. (Hrsg.) (2020). Handbuch Häusliche Gewalt. Stuttgart: Schattauer.

Dieses empfehlenswerte Handbuch bietet einen umfassenden Überblick zum Thema Häusliche Gewalt. Nach der Darstellung von wissenschaftlichen Grundlagen wird ausführlich auf die Praxis der Intervention, Therapie und Prävention eingegangen, z.B. polizeiliches Einschreiten, Frauenhaus, rechtsmedizinische Aspekte, Beratungsangebote, Traumatherapie, Unterstützung von Kindern und Täterarbeit.

Kapitel 13: Scheidung und Trennung

Largo, R. & Czernin, M. (2015). Glückliche Scheidungskinder. Was Kinder nach der Trennung brauchen. München: Piper.

Die Autoren legen dar, dass Kinder geschiedener Eltern nicht unbedingt eine ungünstige Entwicklungsprognose haben. Anhand vieler Beispiele wird aufgezeigt, dass es vor allem darauf ankommt, ob Eltern ihre Konflikte konstruktiv regeln und auf die emotionalen Bedürfnisse der Kinder eingehen können.

Fichtner, J. (2015). Trennungsfamilien – lösungsorientierte Begutachtung und gerichtsnahe Beratung. Göttingen: Hogrefe.

In diesem exzellenten Fachbuch wird beschrieben, wie in hochstrittigen Scheidungskonflikten tragfähige Nachscheidungsregelungen erarbeitet werden können, die sowohl den Interessen der Eltern als auch den Bedürfnissen der Kinder bestmöglich gerecht werden. Der Autor ist Psychologe und Mediator und verfügt über langjährige Erfahrung als familienpsychologischer Sachverständiger und Berater.

Juul, J. (2015). Aus Stiefeltern werden Bonuseltern: Chancen und Herausforderungen für Patchwork-Familien. Weinheim: Beltz.

Der dänische Familientherapeut Jesper Juul erklärt psychologisch einfühlsam, warum es für Kinder in Patchwork-Familien oft so schwer ist, die neue Partnerin, den neuen Partner von Mama oder Papa zu akzeptieren. Zugleich zeigt er auf, wie das neue Familienleben gelingen kann: Wenn Erwachsene und Kinder miteinander im Gespräch bleiben und bestimmte Regeln beachten, ist eine Patchwork-Familie ein Gewinn für alle.

Kapitel 14: Sterben, Tod und Trauer

Borasio, G.D. (2016). Über das Sterben. Was wir wissen. Was wir tun können. Wie wir uns darauf einstellen (3. Aufl.). München: dtv.

Im Mittelpunkt dieses höchst lesenswerten Buches steht die Frage, was Menschen am Lebensende wirklich brauchen: Kommunikation, medizinische Therapie, psychosoziale Betreuung und spirituelle Begleitung. Dabei wird sehr deutlich: Von den todkranken und sterbenden Menschen können wir viel lernen. Im Angesicht des Todes und unserer eigenen Endlichkeit lernen wir, was wirklich wichtig für das Leben ist.

Haagen, M. & Möller, B. (2013). Sterben und Tod im Familienleben. Beratung und Therapie von Angehörigen von Sterbenskranken. Göttingen: Hogrefe.

Eine lebensbedrohliche Krankheit oder der bevorstehende Tod eines Familienmitglieds bringt schwere psychische Belastungen für alle Beteiligten mit sich. Die Autorinnen zeigen Wege auf, Familien in dieser Situation zu unterstützen, und veranschaulichen dies an vielen Fallbeispielen. Ein empfehlenswertes Buch für Sozialarbeiterinnen, Psychotherapeuten und Ärztinnen, die Familien und Angehörige von Sterbenskranken betreuen.

Worden, J.W. (2017). Beratung und Therapie in Trauerfällen. Ein Handbuch (5. Aufl.). Göttingen: Hogrefe.

Der Autor beschreibt wichtige Traueraufgaben nach dem Tod eines Familienmitglieds. Dabei grenzt er die Hinterbliebenen-Beratung von der Hinterbliebenentherapie ab: Letztere ist für Angehörige geeignet, deren Trauer sich extrem lange, stark oder aber »larviert« zeigt (z. B. in psychosomatischen Beschwerden). Aber auch für Menschen, die sich als unfähig zu trauern erleben, kann Hinterbliebenentherapie hilfreich sein.

Kapitel 15: Familiendiagnostik

Cierpka, M. (2008). Handbuch der Familiendiagnostik (3. Aufl.). Berlin: Springer.

In diesem umfassenden Handbuch werden zunächst systemtheoretische Grundlagen der Familiendiagnostik beschrieben. Darüber hinaus wird ein differenzierter Überblick zu familiendiagnostischen Methoden gegeben, wie z. B. Familieninterviews, Genogramme, Skulpturverfahren und Fragebogeninventare.

Cinkl, S. & Uhlenndorff, U. (2021). Sozialpädagogische Familiendiagnosen: Deutungsmuster familiärer Belastungssituationen und erzieherischer Notlagen in der Jugendhilfe (3. Aufl.). Opladen: Verlag Barbara Budrich.

Im Mittelpunkt dieses Buchs steht das Konzept einer sozialpädagogischen Familiendiagnostik, die auch den Selbstdeutungen der Familienmitglieder gerecht werden will. Besonders berücksichtigt werden dabei die Anwendungsmöglichkeiten bei Familien mit erhöhtem Risiko für Kindeswohlgefährdungen.

McGoldrick, M., Gerson, R. & Petry, S. (2022). Genogramme in der Familienberatung (4. Aufl.). Göttingen: Hogrefe.

Anhand zahlreicher Beispiele wird erklärt, wie man Genogramme zeichnet, im Gespräch geeignete Fragen stellt und die Ergebnisse interpretiert. Die Leserinnen und Leser lernen die Symbole und Verfahrensweisen kennen, die für die Notierung wesentlich sind, und erfahren, wie man die erstellten Genogramme für Diagnostik und Beratung nutzen kann.

Kapitel 16: Systemische Familientherapie

Schlippe, A. v. & Schweitzer, J. (2016). Lehrbuch der systemischen Therapie und Beratung I: Das Grundlagenwissen (3. Aufl.). Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.

Die völlig überarbeitete Neuauflage dieses Lehrbuchs ist weiterhin ein Standardwerk für alle Lehrenden und Lernenden, Systemischen Berater und Therapeuten. Die Autoren geben einen fundierten Überblick zur Geschichte, Theorie und Praxis Systemischer Beratung und Therapie. In lockerer Sprache und doch differenziert erläutern sie Techniken sowie Anwendungsmöglichkeiten und veranschaulichen sie an vielen Beispielen.

Von Sydow, K. & Borst, U. (2018). Systemische Therapie in der Praxis. Weinheim: Beltz.

Ein wirklich empfehlenswertes Handbuch, das auf über 1.000 Seiten einen guten Überblick über die Vielfalt und die unterschiedlichen Entwicklungen der Systemischen Therapie und Praxis gibt. Dabei werden immer wieder Bezüge zur Grundlagen- und Psychotherapieforschung hergestellt. Die einzelnen Kapitel sind ähnlich aufgebaut und werden durch wiederkehrende Überschriften, Merksätze, Kästen, Fallbeispiele und FAQs aufgelockert.

Kuhnert, T. & Berg, M. (2020). Systemische Therapie jenseits des Heilauftrags. Systemtherapeutische Perspektiven in der Sozialen Arbeit und verwandten Kontexten. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.

In diesem Buch werden unterschiedliche Praxisfelder beleuchtet, in denen systemtherapeutisches Wissen jenseits von Approbation und Heilauftrag relevant ist, z. B. in der Systemischen Paarberatung und -therapie, der Erziehungsberatung, der stationären Jugendhilfe, im ambulant betreuten Wohnen und in der Suchthilfe.

Kapitel 17: Elternbildung und Elterntraining

Honkanen-Schobert, P. (2016). Starke Kinder brauchen starke Eltern: Der Elternkurs des Deutschen Kinderschutzbundes. Freiburg: Herder.

Dieses allgemeinverständliche Ratgeberbuch ist aufgrund langjähriger Erfahrungen im Elternkurs »Starke Eltern – starke Kinder« entstanden. Es ist als Begleitbuch für Kursteilnehmer geeignet, aber auch für Eltern mit Erziehungsfragen, die keinen Kurs besuchen möchten.

Schneewind, K.A. & Böhmert, B. (2016). Kinder im Grundschulalter kompetent erziehen: Der interaktive Eltern-coach »Freiheit in Grenzen«. Göttingen: Hogrefe.

Dieses Ratgeberbuch wird ergänzt durch eine interaktive DVD. Auf dieser sind fünf typische Problemsituationen (z.B. Missachtung von Vereinbarungen, Geschwisterstreit) filmisch dargestellt; jeweils drei Lösungsalternativen werden angeboten. Kommentare und Fazits ergänzen die Analyse der jeweiligen Lösungen. Bislang liegen DVDs für Eltern von Vorschulkindern, Schulkindern und Jugendlichen vor.

Kinnen, C., Halder, J. & Döpfner, M. (2016). THOP-Elternprogramm - Arbeitsbuch für Eltern: Gruppenprogramm für Eltern von Kindern mit ADHS-Symptomen und expansivem Problemverhalten. Weinheim: Beltz.

THOP ist ein Programm speziell für Eltern von Kindern mit ADHS, das an der Uniklinik Köln entwickelt wurde. Ziel des 8-stündigen Kurses ist es, den Eltern die wichtigsten Informationen zum Verhalten ihres Kindes, die Prinzipien einer ADHS-Therapie sowie hilfreiche Erziehungsmaßnahmen zu vermitteln.

Kapitelzusammenfassungen

1 Grundlagen der Familienpsychologie

Worum geht es? Familie – was ist das eigentlich? Diese Frage ist gar nicht so leicht zu beantworten. Im folgenden Kapitel werden wir deswegen zunächst verschiedene Alltagsvorstellungen und Definitionen von Familie unter die Lupe nehmen. Dass Familie heutzutage für die meisten Menschen etwas anderes bedeutet als noch vor wenigen Jahrzehnten, liegt an den rasanten soziodemographischen und kulturellen Veränderungen unserer Gesellschaft. Weil junge Leute heute seltener und später heiraten und tendenziell weniger oder gar keine Kinder haben, ist in den Medien oft vom »Zerfall der Familie« die Rede. Diese düstere Diagnose trifft jedoch keineswegs zu. Im Leben der allermeisten Menschen hat Familie auch heute noch eine wichtige Bedeutung. Allerdings ist die heutige Familienrealität bunter und vielgestaltiger geworden.

Familienpsychologie beschäftigt sich mit dem Erleben und Verhalten von Menschen im Kontext ihrer Familien. Grundlegende Familienmerkmale sind das Erleben von Nähe und Verbundenheit sowie das Vorhandensein von Eltern-Kind-Beziehungen. Wir werden sehen, warum gerade familienpsychologische Kenntnisse speziell für Sozialpädagogen und Sozialarbeiter wichtig sind und welche Relevanz Familienpsychologie in psychosozialen Praxisfeldern besitzt.

Zusammenfassung

- Bei der Definition des Begriffs Familie können rechtliche, biologische, funktionale und psychologische Sichtweisen unterschieden werden. Je nachdem, welche Familiendefinition zugrunde gelegt wird, können bestimmte Beziehungskonstellationen als Familie aufgefasst werden oder auch nicht.
- Im vorliegenden Lehrbuch werden zwei Merkmale als konstitutiv für Familien betrachtet, nämlich das subjektive Erleben von Nähe und Verbundenheit (erlebte Intimität) sowie das Vorhandensein von Eltern-Kind-Beziehungen (intergenerationelle Beziehungen).
- In den letzten Jahrzehnten hat sich die Familienrealität in Deutschland stark gewandelt. Besonders bedeutsame soziodemographische Entwicklungen sind die gestiegene Lebenserwartung, eine gesunkene Heiratsneigung bei gleichzeitig hohen Scheidungsraten und einem Trend zu nichtehelichen Partnerschaften, der nachhaltige Geburtenrückgang und die erhöhte Erwerbsneigung von Frauen. Hinzu kommen veränderte soziokulturelle Einstellungen im Hinblick auf Familie, wie veränderte Erziehungswerte und eine Tendenz zur Emotionalisierung der Eltern-Kind-Beziehungen.
- Obwohl in Deutschland das traditionelle Familienmodell immer noch deutlich dominiert, haben die Häufigkeit nicht-traditioneller Familienformen und deren gesellschaftliche Akzeptanz in den letzten Jahren stetig zugenommen.
- Gegenstand der Familienpsychologie ist das Erleben und Verhalten von Menschen im Kontext ihrer Familie.
- In der psychosozialen Praxis wird die Familienpsychologie immer wichtiger. Familienpsychologische Kenntnisse sind in der Sozialpädagogischen Familienhilfe seit jeher relevant. In unterschiedlichen Beratungs- und Therapiekontexten wird zunehmend die Familie als Ganzes berücksichtigt. Bei der Besetzung von Stellen wird vielfach der Nachweis familienpsychologischer Qualifikationen vorausgesetzt. Hinzu kommen neue familienbezogene Tätigkeitsfelder, die vielfältige berufliche Möglichkeiten für Sozialpädagogen und Sozialarbeiterinnen bieten (z. B. Elternt raining, Familienbildung, Angehörigenarbeit).

2 Die Familiensystemtheorie

Worum geht es? Die Familiensystemtheorie, die als wichtige theoretische Basis der Familienpsychologie gilt, betrachtet Familien als Systeme. Doch was genau ist eigentlich ein System? Was unterscheidet die systemische Perspektive von traditionellen Betrachtungsweisen in der Psychologie, worin besteht ihr Vorteil? In diesem Kapitel werden wir uns mit einigen systemtheoretischen Grundannahmen und Begriffen auseinandersetzen. Verschiedene Alltags- und Praxisbeispiele verdeutlichen, wie uns eine systemische Betrachtungsweise helfen kann. Familienbeziehungen besser und umfassender zu verstehen. Wir werden unter anderem einen Familienkonflikt analysieren, bei dem sich ein Vater und seine 16-jährige Tochter dauernd streiten.

Am Ende des Kapitels gehen wir noch auf den Konstruktivismus ein – eine ursprünglich aus der Philosophie stammende Denkrichtung, die die Familiensystemtheorie stark beeinflusst hat. Wichtige konstruktivistische Grundbegriffe werden in knapper Form erklärt. Dies ist aber nicht nur »graue Theorie«! Wir werden vielmehr sehen, dass man aus dem Konstruktivismus sehr konkrete und nützliche Handlungsempfehlungen für die psychosoziale Praxis ableiten kann.

Zusammenfassung

- Die Familiensystemtheorie ist einer der wichtigsten theoretischen Ansätze in der modernen Familienpsychologie. Familien können als »intime Beziehungssysteme« betrachtet werden. Die Familienmitglieder sind in diesem System durch Kommunikation und emotionale Bindungen miteinander verbunden.
- Aus systemischer Sicht lassen sich unterschiedliche Systemebenen unterscheiden, die einander umschließen wie die Schalen einer Zwiebel. Die Perspektive der Familiensystemtheorie beinhaltet die Möglichkeit, je nach Kontext personale, interpersonale und familiensystemische Zusammenhänge zu betrachten.
- Systemisches Denken heißt keineswegs, dass wir uns auf die Betrachtung einer einzigen Systemebene beschränken! Vielmehr sollte eine multiperspektivische systemische Sichtweise mehrere unterschiedliche Systemebenen berücksichtigen.
- Die Familiensystemtheorie rückt die Familie als Ganzes in den Mittelpunkt der Betrachtung (»Eine Familie ist mehr als die Summe ihrer Mitglieder«).
- Die Familiensystemtheorie beschreibt vielfältige Formen von familiären Selbstorganisations- und Rückkoppelungsprozessen. Familiensysteme sind meist sehr anpassungsfähig im Hinblick auf Veränderungen, die die Familie betreffen. Anpassung bedeutet, dass sich das Familiensystem wandelt, statt zu zerbrechen.
- Die Familiensystemtheorie beinhaltet den Paradigmenwechsel von einer linearen zu einer zirkulären Auffassung von Kausalität. Zirkuläre Kausalität bedeutet, dass der Kommunikationsprozess in der Familie im Mittelpunkt des Interesses steht. Darüber hinaus werden Familienprozesse als multifaktoriell bedingte, interaktionelle Phänomene begreifbar.
- In Familiensystemen gibt es positive und negative Rückkoppelungsprozesse. Bei der positiven Rückkoppelung bedingt sich das Verhalten der Interaktionspartner wechselseitig (Teufelskreis; Tendenz zur Eskalation). Bei der negativen Rückkoppelung tragen die Interaktionspartner dazu bei, dass sich eine Deeskalationsdynamik etablieren kann (Engelskreis).
- Der Konstruktivismus hat wichtige Grundlagen zur modernen Familiensystemtheorie beigetragen, vor allem die Auffassung, dass die Familienrealität nichts »objektiv« Gegebenes ist, sondern subjektiv von den Familienmitgliedern gemeinsam konstruiert bzw. reproduziert wird. Konstruktivistische Konzepte spielen heute in familienpsychologischen Praxisfeldern wie z. B. der systemischen Familienberatung eine wichtige Rolle.

3 Familienentwicklung

Worum geht es? »An den Kindern merkt man, wie die Zeit vergeht!« Mit dieser Redewendung drücken viele Menschen ihre Verwunderung darüber aus, wie stark sich die Kinder von Verwandten oder Freunden seit ihrem letzten Besuch verändert haben. Zugleich wird ihnen oft bewusst, dass die Zeit auch an ihnen selbst nicht spurlos vorüber gegangen ist. Nicht nur die Kinder, sondern auch alle anderen Familienmitglieder werden ja älter und verändern sich ständig. Im Lauf der Jahre müssen Familien viele Veränderungen und Übergänge gemeinsam meistern. Dabei wandeln sich auch die Beziehungen zwischen Eltern und Kindern, unter Geschwistern, zu Großeltern und Enkeln etc. in typischer Weise. Im folgenden Kapitel werden wir diese familiären Entwicklungsprozesse genauer unter die Lupe nehmen. Es gibt verschiedene Familienphasen, in denen die Familienmitglieder mit charakteristischen Anforderungen konfrontiert sind. Veränderungen im Familiensystem stellen die verschiedenen Generationen einer Familie vor unterschiedliche Entwicklungsaufgaben. Ob und wie diese gemeinsam bewältigt werden können, hängt auch von den Ressourcen, Stärken und Kompetenzen einer Familie ab.

Zusammenfassung

- Ungeachtet der Pluralität moderner Familienformen gibt es typische Familienphasen, die charakteristische Anforderungen und Rollenveränderungen mit sich bringen. Diese Abfolge der Familienphasen nennt man Familienlebenszyklus. Das bekannteste Modell des Familienlebenszyklus stammt von Carter und McGoldrick (1989) und beschreibt in sechs Stufen die Veränderungen des Beziehungssystems von seiner Entstehung bis zu seiner Auflösung.
- Die familiären Anforderungen, die im Familienlebenszyklus bewältigt werden müssen, werden als Familienentwicklungsaufgaben bezeichnet. Diese sind durch körperliche Veränderungen, gesellschaftliche Erwartungen und individuelle Ziele der Familienmitglieder bedingt.
- Normative Familienentwicklungsaufgaben entstehen bei häufigen, erwartbaren Übergängen und Ereignissen (z. B. Elternschaft, Eintritt in den Kindergarten, Auszug der erwachsenen Kinder). Nicht-normative Familienentwicklungsaufgaben sind durch atypische familiäre Umstände oder Ereignisse bedingt (z. B. Betreuung eines behinderten Kindes, Beziehungsgestaltung in Patchworkfamilien). Sie sind oft schwierig zu meistern, weil sich die Familienmitglieder nicht an biographischen Vorbildern oder Traditionen orientieren können.
- Das gemeinsame und aufeinander bezogene Wachstum von Paaren und Familienmitgliedern nennt man Ko-Evolution. Aus systemischer Sicht ist es notwendig, bei familiären Übergängen die Perspektiven aller beteiligten Familienmitglieder und Generationen zu berücksichtigen. Familienentwicklungsaufgaben sollten immer aus mindestens zwei Blickwinkeln betrachtet werden (z. B. Gegenüberstellung der Elternperspektive und der Kinderperspektive).
- Die Entstehung und Bewältigung familiärer Belastungen lässt sich durch das Zusammenwirken objektiv und subjektiv bestehender Faktoren erklären: Wenn Familienmitglieder einen gegebenen familiären Stressor (z. B. Pflegebedürftigkeit eines Elternteils) als bedrohlich bewerten und ihre Bewältigungsmöglichkeiten als nicht ausreichend einschätzen, erleben sie dies als emotional belastenden Familienstress.
- Familiäre Ressourcen sind Fähigkeiten, Eigenschaften und Möglichkeiten, die dazu beitragen, dass familiäre Belastungen besser gemeistert werden können (z. B. soziale Unterstützung; Optimismus; finanzielle Rücklagen). Je mehr Ressourcen in einem Familiensystem vorhanden sind, desto wahrscheinlicher ist es, dass Familienstress erfolgreich bewältigt wird.
- In der modernen psychosozialen Praxis wird eine ressourcenorientierte Grundhaltung gefordert. In Beratungsgesprächen und bei der Planung von Hilfemaßnahmen ist es oft nützlich, positive Ziele, vorhandene Möglichkeiten und Kompetenzen der Klienten und Klientinnen zu thematisieren. Der Begriff »Empowerment« steht dabei für das Primat der »Hilfe zur Selbsthilfe«: Klienten und Familien sollen darin unterstützt werden, ihre vorhandenen oder verschütteten Ressourcen zu nutzen, um ihr Geschick in die eigene Hand zu nehmen.

4 Der Übergang zur Elternschaft

Worum geht es? Die Geburt eines Kindes wird meist als sehr beglückendes, ja überwältigendes Ereignis erlebt. So berichtet eine junge Mutter ihrer Freundin mit leuchtenden Augen: »Die Geburt unserer Tochter ist das größte Glück, das ich in meinem bisherigen Leben erfahren habe!« Doch ein Baby verändert auch die gesamte Lebenssituation der Partner. Wenn Paare Eltern werden, ist dies biografisch und psychologisch gesehen ein tiefer Lebenschnitt – mit positiven und negativen Folgen. Im folgenden Kapitel werden wir den Übergang zur Elternschaft auf unterschiedlichen Beschreibungsebenen beleuchten. Schwangerschaft und Geburt sind zunächst mit enormen körperlichen Veränderungen der Frau verbunden. Deshalb betrachten wir den Übergang zur Elternschaft zunächst aus biologischer Sicht. Psychologisch ist vor allem die Frage interessant, wie die beiden Partner Schwangerschaft und Elternschaft emotional verarbeiten. Auf der sozialen bzw. systemischen Beschreibungsebene interessieren wir uns für Veränderungen von Rollen und Beziehungen in der Partnerschaft und in der Familie. Schließlich fragen wir, welche professionellen Unterstützungsangebote beim Übergang zur Elternschaft sinnvoll bzw. notwendig sind, z. B. von Seiten der Geburtshilfe und Medizin, von Fachkräften aus der Psychologie und Sozialarbeit bzw. Sozialpädagogik.

Zusammenfassung

- Um den Übergang zur Elternschaft angemessen zu verstehen und Hilfeangebote planen zu können, muss man biologische, psychologische und interpersonelle Veränderungsprozesse gleichermaßen berücksichtigen.
- Aus biologischer Sicht sind die vielfältigen körperlichen Umstellungen und Belastungen relevant, die mit Schwangerschaft und Geburt einhergehen. Besonders im ersten und dritten Schwangerschaftstrimester ist das Wohlbefinden vieler Frauen eingeschränkt. Die Geburt ist bei Erstgebärenden körperlich meist besonders belastend.
- Die Schwangerschaft und die Zeit nach der Geburt werden typischerweise als unterschiedliche Phasen durchlebt. Nach einer Verunsicherungsphase in der Frühschwangerschaft ist das zweite Schwangerschaftstrimester durch zunehmende psychische Anpassung gekennzeichnet. Mit dem Herannahen des Geburtstermins werden konkrete Vorbereitungen für die Entbindung und ein Leben mit Baby getroffen. Nach der Entbindung wird zunächst eine Phase der Erschöpfung erlebt. Neben Glücksgefühlen und Dankbarkeit erleben viele Frauen eine postpartale Stimmungskrise. Das Spektrum reicht von vorübergehenden depressiven Verstimmungen (Baby-Blues) über Angstzustände bis zu schweren Wochenbettdepressionen.
- In den Monaten nach der Geburt etabliert sich allmählich ein neuer Familienalltag zu dritt. Die Elternrolle wird zunehmend in das Selbstkonzept des Paares integriert. Häufig findet eine verstärkte Rollendifferenzierung in der Partnerschaft statt.
- Elternschaft wirkt sich stark auf den Beziehungsalltag eines Paares aus. Sehr häufig verändert sich die geschlechtsspezifische Rollenverteilung in eine traditionelle Richtung. Die neuen Familienrollen von Mutter bzw. Vater werden zunehmend in das Selbstbild der Partner integriert. Zugleich verbringen die Partner weniger Zeit zu zweit. Sie erleben weniger Intimität miteinander und sind häufig unzufriedener mit ihrer Partnerschaft als vor der Elternschaft. Insgesamt stellt der Übergang zur Elternschaft eine Familienentwicklungsaufgabe dar, die sowohl Entwicklungsrisiken als auch Entwicklungschancen mit sich bringt. Neben emotionalen Belastungen und Verlusten ist Elternschaft auch mit vielen positiven Aspekten, innerem Reichtum und persönlichem Wachstum verbunden.
- Professionelle Hilfeangebote beim Übergang zur Elternschaft sollten sich an den phasenspezifischen Bedürfnissen und Schwierigkeiten der Partner orientieren. Fast immer ist die gemeinsame Teilnahme an Geburtsvorbereitungskursen psychologisch günstig. Nach der Geburt sind unterschiedliche Angebote der Elternbildung (z. B. PEKiP-Gruppen, Elterntrainings, Informationsveranstaltungen) geeignet, die elterliche Kompetenz und Sicherheit zu stärken. Bei Partnerschaftsproblemen sollte eine psychologische Paarberatung bzw. eine Paartherapie empfohlen werden.

- Für Eltern in besonderen Problemlagen müssen zusätzliche und individuell geeignete Hilfen bereitgestellt werden. Dies betrifft insbesondere Familien mit eingeschränkten Erziehungskompetenzen, psychischen Problemen und/oder finanziellen Schwierigkeiten sowie Eltern von behinderten bzw. von Behinderung bedrohten Kindern.

5 Die Bindung zwischen Kindern und Eltern

Worum geht es? Die Beziehung zu den Eltern ist für die meisten Menschen etwas Einzigartiges. Sie beinhaltet eine emotionale Bindung, die meist das ganze Leben lang andauert – und oft noch darüber hinaus. Und auch Eltern fühlen sich ihren Kindern eng verbunden, selbst wenn diese schon längst erwachsen sind und ihre eigenen Wege gehen. Heute wissen wir, dass die Basis für diese emotionale Bindung zwischen Kindern und Eltern im Säuglingsalter und in der frühen Kindheit gelegt wird. Im folgenden Kapitel werden wichtige Grundlagen der Bindungsforschung vorgestellt. Dabei werden wir sehen, dass angeborene Verhaltensdispositionen eine wichtige Rolle für das Bindungsverhalten von Kindern spielen. Entscheidend für die Qualität der Bindungsbeziehung sind jedoch die sozialen Erfahrungen, die Kinder mit ihren Eltern machen – und auch umgekehrt.

Die Qualität der frühen Bindungsbeziehung ist vor allem deswegen so bedeutsam, weil diese sich nachhaltig auf die weitere Entwicklung und das Sozialverhalten eines Menschen auswirkt. Am Ende des Kapitels können wir verstehen, warum die Bindungsforschung so wichtig für viele psychosoziale Arbeitsfelder ist, insbesondere in der Praxis der Jugend- und Familienhilfe.

Zusammenfassung

- Obwohl Eltern-Kind-Beziehungen nicht biologisch, sondern weitgehend psychologisch und sozial bedingt sind, spielen genetische Dispositionen eine wichtige Rolle für das Bindungsverhalten von Kindern und das Zuwendungsverhalten von Eltern.
- Das Bindungsverhalten von Babys und Kleinkindern umfasst angeborene soziale Verhaltensmuster, die den Eltern elementare Bedürfnisse signalisieren und sie zu Schutz und Fürsorge motivieren. Auch bei erwachsenen Personen gibt es Verhaltensreaktionen, die als angeborenes Zuwendungsverhalten gedeutet werden können. Die vergleichende Verhaltensforschung (Ethologie) geht davon aus, dass sich diese kindlichen und elterlichen Verhaltensmuster im Verlauf der menschlichen Evolution als überlebenswichtig erwiesen haben.
- Die Bindungstheorie wurde von dem Kinderpsychiater John Bowlby entwickelt. Er unterschied zwei Verhaltensdispositionen bei Kleinkindern, das Explorationssystem und das Bindungssystem. In Situationen, in denen sich das Kind sicher fühlt, ist die Mutter die »sichere Basis« für das Explorationsverhalten des Kindes. In Situationen, in denen das Kind Angst oder Schmerzen empfindet, wird das Bindungssystem aktiviert. Es zeigt sich z. B. in Weinen, Schreien oder der Suche nach der Bindungsperson.
- Nach Bowlby entwickelt sich das Bindungsverhalten während der ersten drei Lebensjahre. Mit etwa sieben bis acht Monaten bilden Kinder innere Strukturen für ihre wichtigsten Sozialbeziehungen aus und zeigen Bindungsverhalten, das sich u. a. in Fremdeln und Trennungsangst äußert. Erst mit ca. drei Jahren werden Kinder unabhängiger von wichtigen Bindungspersonen und können deren vorübergehende Abwesenheit ertragen.
- Mary Ainsworth entwickelte die Bindungstheorie weiter, indem sie Unterschiede in der Bindungsqualität untersuchte. In dem von ihr entwickelten Fremde-Situation-Test (FST) wird das Bindungssystem der Kinder durch eine Abfolge von Trennungs- und Stresssituationen aktiviert. Die Reaktion der Kinder beim Wiedererscheinen der Mutter/Bindungsperson dient als Indikator für die Qualität der Bindungsbeziehung.

- Ainsworth unterschied sichere und unsichere Bindungsstile. Letztere lassen sich wiederum in unsicher-vermeidende, ängstlich-ambivalente und desorganisierte Bindungsstile unterteilen. Während sicher gebundene Kinder ein grundlegendes Vertrauen in ihre soziale Umwelt sowie ein positives Selbstbild haben, entwickeln unsicher gebundene Kinder eine vorsichtigere Grundhaltung sich selbst und ihren Mitmenschen gegenüber. Bindungsstile sind sehr stabil und werden zumeist bis ins Jugend- und Erwachsenenalter beibehalten. Ein sicherer Bindungsstil gilt als psychologischer Schutzfaktor, unsichere Bindungsbeziehungen erhöhen dagegen das Risiko von Entwicklungsstörungen.
- Die Bindungsqualität wird wesentlich durch das Zuwendungsverhalten und die »Feinfühligkeit« der Eltern bedingt. Aus familienpsychologischer Sicht ist die Entwicklung von Eltern-Kind-Beziehungen ein zirkulärer Prozess, bei dem sich die Verhaltensweisen von Eltern und Kind wechselseitig bedingen.
- In der psychosozialen Praxis sollten Erkenntnisse der Bindungstheorie vor allem bei familiären Trennungssituationen beachtet werden (z. B. in der frühen Tagesbetreuung, bei Scheidung der Eltern oder beim Übergang in eine Pflegefamilie). Auch bei elterlichen Problemen hinsichtlich des Fürsorgeverhaltens (z. B. mangelnde Feinfühligkeit, Überforderung etc.) sollte eine Beratung bzw. Unterstützung bindungstheoretische Grundlagen einbeziehen.

6 Geschwisterbeziehungen

Worum geht es? Die Beziehungen zwischen Geschwistern gehören zu den intensivsten und längsten Beziehungen in unserem Leben. Die meisten Geschwister fühlen sich auf eine selbstverständliche Weise zusammengehörig und miteinander verbunden. Anders als bei Freundschaften oder Paarbeziehungen kommt es nur sehr selten vor, dass Beziehungen zwischen Geschwistern abgebrochen werden. Und selbst wenn Geschwister dies versuchen, besteht ihre Beziehung »unterirdisch« weiter und wirkt sich auf ihr Leben aus. Brüder und Schwestern beeinflussen sich gegenseitig in ihrer Entwicklung und stehen sich zugleich mit ambivalenten Gefühlen gegenüber: Einerseits sind sie einander innige Vertraute und manchmal bewunderte Vorbilder, andererseits oft auch eifersüchtige und erbitterte Rivalen. Aus Sicht der Familienpsychologie ist interessant, wie solche emotionalen Ambivalenzen entstehen und sich langfristig auf die Beziehungen der Geschwister auswirken. In diesem Kapitel werden wichtige Ergebnisse der Geschwisterforschung zusammengefasst. Wir werden sehen, dass der Platz in der Geschwisterreihenfolge, das Geschlecht und der Altersabstand wichtige Faktoren für die Entwicklung sozialer und intellektueller Fähigkeiten sind. Wir betrachten, wie sich Geschwisterbeziehungen im Verlauf des Lebens entwickeln und verändern – von der Kindheit bis zum hohen Alter. Weil es heute immer mehr Patchworkfamilien gibt, gehen wir am Ende des Kapitels auch auf die Beziehungen zwischen Stief- und Halbgeschwistern ein.

Zusammenfassung

- Geschwisterbeziehungen sind – genau wie Eltern-Kind-Beziehungen – Primärbeziehungen, d. h. sie sind von Anfang an da und dauern so lange, bis eines der Geschwister stirbt. Geschwisterbeziehungen gehören deswegen zu den längsten Beziehungen in unserem Leben.
- Die Position in der Geschwisterreihe kann die Entwicklung eines Kindes nachhaltig beeinflussen. Erstgeborene sind häufig dominant, ehrgeizig und leistungsfähig in Schule und Beruf. Später geborene Kinder haben hingegen oft bessere soziale Kompetenzen. Die mittlere Geschwisterposition bringt die vergleichsweise schlechtesten Ausgangsbedingungen mit sich, weswegen bei Sandwich-Kindern häufig Entwicklungsprobleme zu beobachten sind. Allerdings sind allein aufgrund der Geschwisterposition keine Voraussagen über die Entwicklung eines Kindes möglich.

- Zwischen Geschwistern mit geringem Altersabstand (weniger als drei Jahre) entwickelt sich meist eine sehr enge Beziehung, die allerdings auch mit mehr Rivalität und Konflikten einhergeht. In Geschwisterbeziehungen mit einem großen Altersunterschied (mehr als sechs Jahre) entsteht dagegen meist keine so große emotionale Nähe, zugleich ist aber auch weniger Aggressivität vorhanden. Die Entwicklungsbedingungen von Nachzügler-Kindern mit mehr als sechs Jahre älteren Geschwistern sind denen von Einzelkindern vergleichbar.
- Die geschlechtsspezifische Erziehung von Kindern wirkt sich auch auf deren Rollenverhalten in Geschwisterbeziehungen aus. Das Geschlechtsrollenverhalten von Kindern wird vor allem dann verstärkt, wenn ältere gleichgeschlechtliche Geschwister vorhanden sind.
- Geschwister können sich emotional unterschiedlich nahestehen. Ihre Beziehungen bewegen sich zwischen den Polen »Identifikation« und »De-Identifikation«. Bank und Kahn (1994) unterschieden acht Geschwisterbeziehungstypen, die einer engen, teilweisen oder distanzierten Identifikation zugeordnet werden können. Distanzierte Identifikationsmuster werden sowohl durch sehr geringe als auch durch sehr große Altersabstände begünstigt.
- Nach der Geburt des zweiten Kindes lassen sich typische Entwicklungsphasen unterscheiden, in denen sich die Eltern den Erfordernissen der neuen Familienkonstellation anpassen und in der sich die Geschwisterbeziehung herausbildet. Die Geschwisterbeziehungen in der frühen Kindheit sind stark durch Nachahmungsverhalten und wechselseitige Anhänglichkeit gekennzeichnet. Die älteren Geschwister übernehmen oft die Funktion eines Lehrers.
- In der Adoleszenz gibt es ein großes Spektrum unterschiedlicher Geschwisterbeziehungen. Im Allgemeinen tendieren Jugendliche dazu, sich von ihren Geschwistern abzugrenzen; es gibt in dieser Zeit aber auch sehr enge, kumpelhafte Geschwisterbeziehungen.
- Betrachtet man die gesamte Lebensspanne, so gibt es einen U-förmigen Zusammenhang zwischen Lebensalter und geschwisterlicher Verbundenheit. Während die Bedeutung der Geschwister im mittleren Erwachsenenalter meist am geringsten ist, kommt es im höheren Alter zu einer Re-Intensivierung der Geschwisterbeziehungen.
- Zwischen Stief- und Halbgeschwistern treten häufig spezifische Probleme und Konflikte auf. Diese sind auf die abrupten Veränderungen der Familiensystems zurückzuführen, auf die die Kinder zunächst mit Unsicherheit und Ablehnung reagieren. Doch auch das Verhalten der (Stief-)Eltern wirkt sich mittelbar auf das Verhältnis der Kinder aus. Unter günstigen Rahmenbedingungen haben jedoch auch Stief- und Halbgeschwister gute Chancen, positive Beziehungen zueinander aufzubauen.

7 Paarbeziehungen

Worum geht es? Das Thema »Liebe und Partnerschaft« hat im Leben der meisten Menschen eine wichtige Bedeutung. Eine harmonische Paarbeziehung wird oft als elementare Voraussetzung für Glück und Zufriedenheit angesehen. Zugleich haben Menschen heute sehr unterschiedliche Vorstellungen von Liebe, Partnerschaft und Familie. So wollen sich z. B. längst nicht alle Menschen längerfristig in einer Partnerschaft binden, heiraten oder Kinder haben. Im Alltag werden Paarbeziehungen sehr unterschiedlich gelebt. Während die einen der Meinung sind, dass sich eine gute Beziehung durch romantische, leidenschaftliche Gefühle auszeichnet, glauben die Anderen, dass Freundschaft und gegenseitiges Verständnis entscheidend sind. Manche Partner und Partnerinnen trennen sich nach einiger Zeit wieder, andere bleiben ihr Leben lang zusammen. Um zu verstehen, wie Paarbeziehungen »funktionieren«, werden wir uns in diesem Kapitel mit einer Reihe von spannenden Fragen auseinandersetzen. Wann fühlen sich zwei Menschen so zueinander hingezogen, dass sie sich verlieben und zusammenbleiben möchten? Welche Erwartungen haben Sie aneinander, und unter welchen Bedingungen sind sie zufrieden oder unzufrieden mit ihrer Paarbeziehung? Was hält Ehen und Partnerschaften auf Dauer zusammen, und was passiert mit Paaren, die über viele Jahre und Jahrzehnte hinweg zusammenleben? Wir zeigen unterschiedliche psychologische Zugänge, die jeweils eine bestimmte Sichtweise auf Liebe und Partnerschaft beinhalten. Eines ist jedoch sicher: die Liebe zwischen zwei Menschen ist letztlich mit wissenschaftlichen Theorien und Modellen nicht vollständig zu erklären ...

Zusammenfassung

- Paarbeziehungen haben für Partner heute eine andere Bedeutung als noch vor wenigen Generationen. Heute wird die Ehe nicht mehr als normatives Lebensmodell, sondern als eine unter mehreren gleichwertigen Optionen angesehen. Während der Versorgungsaspekt einer Partnerschaft in den Hintergrund gerückt ist, hat die romantische Liebe einen zentralen Stellenwert bekommen.
- Die sozialpsychologische Forschung hat gezeigt, dass für die Partnerwahl vier Aspekte besonders wichtig sind: Nähe/Verfügbarkeit, Ähnlichkeit, gegenseitige Sympathie und körperliche Attraktivität. Dabei gibt es nur relativ geringe Unterschiede zwischen Männern und Frauen.
- Abhängig von unterschiedlichen Erwartungen und Bedürfnissen der Partner lassen sich unterschiedliche Beziehungsmotive beschreiben, die eine Paarbeziehung auf Dauer zusammenhalten. Mary (2008) unterscheidet in diesem Kontext bedürfnisorientierte Beziehungen, projektorientierte Beziehungen, wesenhafte Ergänzungen der Partner und gemeinsame Paarmythen.
- Die Dreieckstheorie der Liebe beschreibt drei psychologische Komponenten von Liebe: Intimität, Leidenschaft und Verbindlichkeit (commitment). Diese drei Bestandteile können in unterschiedlich starker Ausprägung vorhanden sein. Je nach Kombination der einzelnen Komponenten ergeben sich verschiedene Arten der Liebe (z. B. Verliebtheit, romantische Liebe, kameradschaftliche Liebe).
- Die Bindungstheorie geht davon aus, dass die in der frühen Kindheit erworbenen Bindungsstile entscheidend für Verhalten und Gefühle in einer erwachsenen Paarbeziehung sind. Wenn beide Partner einen sicheren Bindungsstil aufweisen, sind Beziehungszufriedenheit und Beziehungsstabilität am größten. Wenn beide Partner unsicher gebunden sind, ist dies mit geringer Beziehungszufriedenheit und negativen Kommunikationsmuster in der Partnerschaft verbunden.
- Die Theorie des sozialen Austauschs betrachtet Paarbeziehungen unter ökonomischen Aspekten. Im Hinblick auf ihre Zufriedenheit mit der Paarbeziehung wägen die Partner Kosten und Nutzen ab, wobei auch das individuelle Vergleichsniveau und mögliche Alternativen zur aktuellen Beziehung berücksichtigt werden. Auch emotionale und materielle Investitionen in die Paarbeziehung sind bedeutsam für das commitment der Partner. Je mehr in der Vergangenheit in die Beziehung investiert wurde, desto schwerer ist es, diese wieder zu beenden.
- Aus systemischer Sicht sind Paare intime Beziehungssysteme, die sich gemeinsam weiterentwickeln (Ko-Evolution). Bei Paaren mit Kindern können Partner- und Elternrollen unterschieden werden, die eng miteinander verzahnt sind. Im Familienalltag wird die Partnerrolle häufig von der Elternrolle überlagert.

- Die Qualität der partnerschaftlichen Kommunikation ist einer der wichtigsten Faktoren für die Zufriedenheit in Paarbeziehungen. Positive Kommunikationsmuster bedingen meist negative Rückkoppelungsprozesse, die sich beziehungsstabilisierend auswirken. Negative Kommunikationsmuster ziehen tendenziell eine konflikthafte Entwicklung und die Verschlechterung der Paarbeziehung nach sich. Die Qualität einer Paarbeziehung kommt auch in der Art und Weise zum Ausdruck, wie die Partner mit Stress und Belastungen umgehen. Zufriedene Paare schaffen es besonders gut, dyadische (partnerschaftliche) Copingstrategien einzusetzen. Dabei lassen sich Strategien der wechselseitigen Unterstützung und der gemeinsamen Bewältigung unterscheiden.
- Paarentwicklungsaufgaben ergeben sich zum einen aus den verschiedenen Anforderungen auf Paar- und Elternebene, die Partner im Familienlebenszyklus gemeinsam bewältigen müssen. Zum anderen lassen sich allgemeine, phasenübergreifende Paarentwicklungsaufgaben formulieren, die auf eine langfristig positive Gestaltung der Paarbeziehung abzielen.

8 Großeltern und Enkelkinder

Worum geht es? »Meine Oma fährt im Hühnerstall Motorrad ...« Dieses bekannte Kinderlied stand schon immer für unkonventionelle und »moderne« Vorstellungen von Großelternschaft – heute vielleicht mehr denn je. Das Klischee der gebrechlichen, passiven Alten ist in den letzten Jahrzehnten weitgehend durch das Leitbild der jugendlichaktiven, modernen Großeltern ersetzt worden. In diesem Kapitel betrachten wir zunächst die gewandelten Beziehungen zwischen Großeltern und Enkelkindern zu Beginn des 21. Jahrhunderts. Zahlreiche Studien haben gezeigt, dass Großeltern und Enkelkinder die Beziehungen zueinander meist positiv erleben. Zugleich verändern sich ihre Beziehungen mit dem Alter. Auch für die Eltern haben die Großeltern oft eine wichtige Bedeutung, vor allem bei der Enkelbetreuung. Wenn wir Großeltern-Enkel-Beziehungen umfassend verstehen wollen, müssen wir sie im familiensystemischen Zusammenhang betrachten. Großeltern übernehmen in vielen Familien wichtige systemstabilisierende Funktionen, insbesondere bei der Kinderbetreuung, aber auch im Hinblick auf materielle Unterstützung und Hilfe in familiären Krisensituationen, wie z. B. bei der Trennung oder Scheidung der Eltern.

Zusammenfassung

- Die Großeltern-Enkel-Beziehung zählt heute neben der Eltern-Kind-Beziehung und der Geschwisterbeziehung zu den wichtigsten Familienbeziehungen. Im Vergleich zu früheren Generationen sind heutige Großeltern-Enkel-Beziehungen durch eine höhere Kontaktdichte und eine größere emotionale Intensität gekennzeichnet. Die Beziehung zwischen Eltern und Großeltern sowie der Gesundheitszustand der Großeltern sind wichtige Determinanten der Großeltern-Enkel-Beziehung.
- Die meisten Kinder und Jugendlichen erleben die Beziehung zu ihren Großeltern als positiv bzw. unkompliziert. Sie nehmen sie z. B. als liebevoll, großzügig und tolerant wahr. Nur etwa ein Fünftel der Kinder hat ein eher negatives Verhältnis zu den Großeltern.
- Die Beziehungen zwischen Großeltern und Enkelkindern verändern sich im Lauf der Zeit, wobei der Kontakt mit dem Alter tendenziell abnimmt. Jüngere Kinder schätzen vor allem gemeinsame Alltags- und Freizeitaktivitäten. Für Jugendliche sind die Großeltern häufig wichtige zusätzliche Vertrauenspersonen. Dabei schätzen sie es besonders, wenn die Großeltern Toleranz und Interesse zeigen, ohne jedoch Ratschläge zu erteilen oder Einfluss ausüben zu wollen.
- Auch Großeltern erleben das Zusammensein mit ihren Enkeln meist als positiv und bereichernd. Oft verhalten sie sich gegenüber den Enkeln permissiver und toleranter, als sie dies bei ihren eigenen Kindern waren. Großeltern sehen es in der Regel als selbstverständlich an, ihre Enkel zeitweise zu betreuen, doch wollen sich eher nicht in die Erziehung der Kinder einmischen und betrachten dies primär als Aufgabe der Eltern. Allerdings gibt es in dieser Hinsicht große interkulturelle Unterschiede.

- Für die Eltern sind die Großeltern eine wichtige Unterstützungsressource, insbesondere bei der Betreuung der Kinder. Häufig werden die Großeltern bei der eigenen Lebens-, Familien- und Karriereplanung als Planungsgröße miteinbezogen. Andererseits können im Kontakt mit ihnen auch Belastungen und Konflikte auftreten, z. B. bei divergierenden Erziehungsvorstellungen oder Pflegebedürftigkeit der Großeltern.
- Aus systemischer Sicht müssen Großeltern-Enkelbeziehungen im Gesamtkontext des Familiensystems betrachtet werden. Dabei lassen sich die im 2. Kapitel dargestellten Prinzipien wie Ganzheitlichkeit, Funktionalität, Zirkularität, Systemwandel sowie konstruktivistische Aspekte nutzbringend auf die Analyse von Familiensystemen mit mehreren Generationen anwenden. Durch die Geburt von Enkelkindern werden in aller Regel die Beziehungen zwischen den Generationen gestärkt, wobei Großeltern eine Reihe von systemstabilisierenden Funktionen übernehmen.
- Von einer Trennung bzw. Scheidung der Eltern ist in aller Regel auch die Großeltern-Enkel-Beziehung betroffen. Großeltern erleben häufig sehr belastende Gefühle und Loyalitätskonflikte. Sie werden in manchen Fällen in die Konfliktdynamik hineingezogen, können aber auch eine wichtige Unterstützungsressource für Eltern und Enkel sein. Im günstigsten Fall können Großeltern stabilisierende Bezugspersonen sein und damit wesentlich zur Schadensbegrenzung und zur positiven Entwicklung der Kinder beitragen.
- Wenn Großeltern mittel- oder langfristig die Rolle von Ersatzeltern übernehmen, bringt dies eine massive Veränderung des Familiensystems mit sich. Eine wichtige Rolle scheint in solchen Fällen zu spielen, welches Rollenverständnis und welchen Anspruch die Großeltern bezüglich der Betreuung und Erziehung ihrer Enkelkinder haben und ob es dabei zu Konflikten mit den Eltern oder einzelnen Elternteilen kommt.
- Großelternpflegeverhältnisse bieten gegenüber anderen Möglichkeiten der Vollzeitpflege (z. B. Pflegestellen) eine Reihe von Vorteilen, wie Kontinuität, Orientierung und Sicherheit für die Kinder. Andererseits kann es zu charakteristischen Problemen kommen, wie z. B. einer erschwerten Veränderung dysfunktionaler Familienregeln und Alltagsabläufe.
- Wie Enkelkinder den Tod eines Großelternteils erleben und verarbeiten, hängt von einer Reihe von Faktoren ab, wie z. B. dem Alter der Kinder, ihrem sozialen Umfeld und ihrer Beziehung zum verstorbenen Großelternteil. Trauernde Kinder brauchen nach dem Tod eines geliebten Großelternteils vor allem drei Dinge: Zuwendung, Unterstützung und Kontinuität.

9 Pflege- und Adoptivfamilien

Worum geht es? Pflege- und Adoptivkinder haben zwei Familien: Eine, aus der sie kommen und eine, in der sie leben und aufwachsen. Weil sie aus unterschiedlichen Gründen nicht bei ihren leiblichen Eltern leben können, werden sie in Pflege- oder Adoptivfamilien untergebracht. Es entsteht ein komplexes Familiensystem, das durch eine »geteilte Elternschaft« und vielfältige nicht-normative Familienentwicklungsaufgaben gekennzeichnet ist. Weil viele der Kinder frühe seelische Verletzungen erlitten haben, fällt es ihnen schwer, neue und tragfähige Bindungen zu den annehmenden Eltern aufzubauen. Diese wiederum müssen lernen, angemessen mit schwierigen und regelverletzenden Verhaltensweisen der Kinder umzugehen. Annehmende und leibliche Eltern haben unterschiedliche Rollen im Familiensystem; beide können auf ihre Weise dazu beitragen, dass sich die Kinder in der aufnehmenden Familie zu Hause fühlen und gut entwickeln. Damit dies gelingt, sollten unterschiedliche Formen der professionellen Unterstützung genutzt werden, von denen alle Familienmitglieder profitieren.

Zusammenfassung

- Wenn Eltern nicht zur Versorgung und Erziehung ihrer Kinder in der Lage sind, werden diese häufig in einer Pflege- oder Adoptivfamilie untergebracht. Während Adoptiveltern auf Dauer die rechtliche, ökonomische und soziale Elternschaft des Kindes übernehmen, liegen bei Pflegeverhältnissen die Elternrechte weiterhin bei den leiblichen Eltern oder bei einem Vormund. Die Pflegeeltern übernehmen im Auftrag des Jugendamts die Rolle der sozialen Eltern – vorübergehend oder auf Dauer.
- Pflege- oder Adoptivfamilien sind in vieler Hinsicht »unkonventionelle« Familien, die durch eine »geteilte Elternschaft« und vielfältige nicht-normative Familienentwicklungsaufgaben gekennzeichnet sind. Um diese zu rekonstruieren, ist eine multiperspektivische systemische Betrachtungsweise hilfreich, bei der personale, interpersonale und familiensystemische Aspekte berücksichtigt werden.
- Die meisten Pflege- oder Adoptivkinder erleben es als sehr schmerzlich, dass sie von ihren Eltern fortgegeben wurden. Zugleich haben sie oft frühe seelische Verletzungen erlitten und sind traumatisiert. Deswegen fällt es ihnen schwer, neue und tragfähige Bindungen zu den annehmenden Eltern und anderen Familienmitgliedern aufzubauen. Häufig verhalten sie sich auch unangepasst und aggressiv, um neue Beziehungen auf die Probe zu stellen.
- Annehmende und leibliche Eltern haben unterschiedliche Rollen im Familiensystem. Beide können auf ihre Weise dazu beitragen, dass sich die Kinder in der aufnehmenden Familie zu Hause fühlen und gut entwickeln. Zum Wohle des Kindes sollten sie sich um ein respektvolles, kooperatives Verhältnis zueinander bemühen.
- Annehmende Eltern müssen lernen, mit schwierigen Verhaltensweisen der Kinder umzugehen und ihr Bindungsangebot stabil aufrechtzuerhalten. Dabei ist eine Haltung hilfreich, die ein Maximum an Verständnis und Gelassenheit beinhaltet. Zugleich sollten sie aktiv daran mitwirken, die Verbindung des Kindes zu seinen leiblichen Eltern und seinen Wurzeln zu bewahren. Leibliche Eltern wiederum müssen lernen, ihre neue Rolle als »Besuchseltern« annehmen und positiv ausgestalten. Dadurch vermeiden sie Loyalitätskonflikte der Kinder und erleichtern es ihnen, neue Bindungsbeziehungen in der annehmenden Familie aufzubauen.
- Professionelle Unterstützungsangebote können dazu beitragen, dass die vielfältigen Familienentwicklungsaufgaben in Pflege- und Adoptivfamilien gut bewältigt werden können. Dabei können die annehmenden Eltern, die Kinder selbst sowie deren Geschwister von einer kontinuierlichen Begleitung durch erfahrene Fachkräfte profitieren. Auch die leiblichen Eltern sollten fachliche Beratung und Unterstützung erhalten. Zentrales Ziel ist es, sie zu einer Kooperation zu motivieren und als Ressource für die Kinder zu nutzen.

10 Regenbogenfamilien

Worum geht es? Lange Zeit war es für weite Teile der Gesellschaft undenkbar, lesbische Mütter oder schwule Väter mit Kindern als gleichwertige Familienform zu akzeptieren. Obwohl Vorurteile gegen gleichgeschlechtliche Lebensweisen immer noch sehr verbreitet sind, gibt es heute immer mehr Familien mit schwulen oder lesbischen Eltern, die ihr Familienmodell offen und selbstbewusst leben. Für diese Familien hat sich der Name Regenbogenfamilien etabliert. Wie geht es Eltern und Kindern in diesen Familien? Inwieweit unterscheidet sich deren Familienleben von dem anderer Familien? Welche Familienentwicklungsaufgaben müssen sie bewältigen? Entwickeln sich die Kinder anders als Kinder heterosexueller Eltern? In dieses Lehrbuch wurde ein eigenes Kapitel über Regenbogenfamilien aufgenommen, um der wachsenden Bedeutung alternativer Familienformen Rechnung zu tragen und deren gesellschaftliche Bedeutung zu würdigen. Wir gehen auf Statistiken, rechtliche Aspekte und ausgewählte Forschungsergebnisse ein, diskutieren mögliche Schwierigkeiten und spezifische Familienentwicklungsaufgaben in Regenbogenfamilien aus familienpsychologischer Sicht und zeigen professionelle Unterstützungsangebote für Regenbogenfamilien auf.

Zusammenfassung

- In Regenbogenfamilien leben die biologischen und sozialen Eltern der Kinder in einer gleichgeschlechtlichen Ehe oder Partnerschaft. Gleichgeschlechtliche Patchworkfamilien entstehen, wenn Kinder aus einer früheren heterosexuellen Partnerschaft in eine neue homosexuelle Partnerschaft mitgebracht werden. Schwule oder lesbische Paare, die ihren Kinderwunsch z. B. durch Samenspende oder Adoption verwirklichen, werden als queer families bezeichnet.
- Die Forschung hat gezeigt, dass lesbische Mütter und schwule Väter über angemessene Fähigkeiten verfügen, ihre Kinder zu erziehen und ihnen eine gelungene emotionale, soziale und sexuelle Entwicklung zu ermöglichen. Die Rollenaufteilung in Regenbogenfamilien unterscheidet sich häufig vom traditionellen Modell in heterosexuellen Familien. Oft wird eine möglichst partnerschaftliche Verteilung von Familien- und Berufstätigkeiten angestrebt. Erziehungsleistungen werden stärker gewürdigt als in heterosexuellen Partnerschaften.
- Es gibt keine signifikanten Entwicklungsunterschiede zwischen Kindern heterosexueller und homosexueller Eltern. Obwohl viele Kinder aus Regenbogenfamilien unterschiedliche Formen von Stigmatisierung erleben, scheinen diese Erfahrungen ihre emotionale und soziale Entwicklung nicht nachhaltig zu beeinträchtigen. Die meisten der Kinder entwickeln sich hinsichtlich ihrer Gefühle, ihrer Beziehungen und ihres Verhaltens völlig normal. Ihre sozialen Kompetenzen sind sogar oft überdurchschnittlich.
- Regenbogenfamilien haben zusätzlich zu normativen auch zahlreiche nicht-normative Familienentwicklungsaufgaben zu bewältigen. Diese entstehen vor allem aufgrund gesellschaftlicher Diskriminierungen und rechtlicher Benachteiligungen.
- Wie gut die Mitglieder von Regenbogenfamilien mit spezifischen Anforderungen und Stressoren zurechtkommen, hängt von ihren Bewältigungsressourcen ab. Eine besonders wichtige Ressource ist ein offener und selbstverständlicher Umgang mit dem alternativen Familienmodell. Dieser stärkt die psychische Gesundheit der Familienmitglieder und bewirkt eine Abnahme negativer Reaktionen im sozialen Umfeld.
- Es ist davon auszugehen, dass es in Regenbogenfamilien spezifische Unterstützungsbedürfnisse gibt. Für die sozialen Berufe ergeben sich dabei vielfältige Aufgaben. Neben der Bereitstellung von Kontakt-, Informations- und Beratungsangeboten für Regenbogenfamilien sind Fortbildungen für Mitarbeiter unterschiedlicher Einrichtungen ein wichtiges Tätigkeitsfeld.

11 Familien mit psychisch kranken Mitgliedern

Worum geht es? Wenn ein Mensch psychisch erkrankt, wirkt sich dies meist nachhaltig auf seine persönliche Entwicklung aus. Aber auch die Familienangehörigen des Betroffenen sind in vieler Hinsicht mitbetroffen. In diesem Kapitel werden wir die Auswirkungen einer psychischen Erkrankung auf das Familiensystem differenziert betrachten. Dabei wird deutlich, dass viele Belastungen und Probleme von der jeweiligen psychischen Störung abhängen. Aber es macht auch einen Unterschied, ob es sich bei der erkrankten Person um den Sohn bzw. die Tochter, den Ehepartner oder um einen Elternteil handelt.

Trotz der Vielfalt der unterschiedlichen Schwierigkeiten kann man festhalten, dass psychische Erkrankungen meist das gesamte Familiensystem verändern, belasten und beeinträchtigen. Vor diesem Hintergrund ist es gerechtfertigt, psychische Erkrankungen als »Familienerkrankungen« zu betrachten, die alle Familienmitglieder betreffen und auch gemeinsam bewältigt werden müssen. Am Ende des Kapitels werden daher unterschiedliche, einander ergänzende Hilfeangebote auf unterschiedlichen Systemebenen beschrieben.

Zusammenfassung

- Psychische Erkrankungen sind insofern »Familienerkrankungen«, als sie nicht nur den Betroffenen selbst, sondern auch seine nahen Familienangehörigen und somit das gesamte Familiensystem belasten, beeinträchtigen und verändern.
- Menschen mit psychischen Erkrankungen haben in der Regel erhebliche Schwierigkeiten bei der Bewältigung individueller und familienbezogener Entwicklungsaufgaben. Probleme entstehen unter anderem bei der Autonomieentwicklung, bei der Gestaltung einer stabilen, befriedigenden Paarbeziehung und bei der Bewältigung von Anforderungen der Elternrolle.
- Aus der Sicht der Familienangehörigen lassen sich erkrankungsspezifische und beziehungspezifische Belastungen unterscheiden: Zum einen sind die Beeinträchtigungen abhängig von der Art, der Schwere und der Dauer der psychischen Erkrankung. Zum anderen ist relevant, in welcher Familienbeziehung der Angehörige zum Erkrankten steht.
- Viele psychisch kranke Kinder sind dauerhaft, d. h. auch noch im Erwachsenenalter auf die elterliche Hilfe und Unterstützung angewiesen. Für die Eltern ergeben sich hieraus dauerhafte alltagspraktische, finanzielle und emotionale Belastungen. Diese führen oft zu gesundheitlichen Folgeproblemen und einem erhöhten Konfliktpotenzial in der elterlichen Paarbeziehung.
- Auch auf Geschwisterbeziehungen wirkt sich eine psychische Erkrankung in den meisten Fällen negativ aus. Dabei kann es zu Aggression und Rivalität zwischen den Geschwistern kommen, bis hin zu emotionaler Entfremdung und Kontaktabbruch. Viele Geschwister übernehmen auch unangemessen früh Verantwortung, was zu einer Überforderung und zur Beeinträchtigung der eigenen Entwicklung führen kann.
- Für Ehe- und Lebenspartner wird der gemeinsame Lebensentwurf durch die Erkrankung oft existenziell in Frage gestellt. Probleme auf der Paarebene gehen typischerweise mit Verschiebungen in der elterlichen Rollenverteilung einher. Vor allem bei häufigen und langen akuten Krisen sowie bei massiven Beziehungskonflikten ist das Trennungsrisiko stark erhöht. Für die Beziehungsstabilität und Partnerschaftszufriedenheit ist entscheidend, inwieweit es den Partnern gelingt, die psychische Erkrankung zu akzeptieren, auftretende Belastungen gemeinsam zu bewältigen und tragfähige Arrangements für einen krankheitsangepassten Beziehungs- und Familienalltag zu finden.
- Für Kinder psychisch kranker Eltern entstehen vielfältige Entwicklungsrisiken durch elterliche Defizite der Beziehungs- und Erziehungsgestaltung. Viele dieser Kinder leiden unter (zeitweise) mangelnder Zuwendung und unberechenbarem Verhalten der Eltern, Angst, Schuld und Scham, zu früher Verantwortlichkeit (Parentifizierung) oder Vernachlässigung, bis hin zu psychischen oder körperlichen Misshandlungen. Auf der anderen Seite haben die Kinder fast immer eine Bindungsbeziehung zu den erkrankten Eltern, deren möglichen Verlust sie als Bedrohung bzw. Belastung erleben.

- Geeignete Unterstützungsangebote sind sowohl für den Erkrankten selbst notwendig als auch für dessen Familienangehörige. Diese sollten nach Möglichkeit von Anfang an in die Behandlung und Therapie des erkrankten Familienmitglieds einbezogen werden. Zum anderen benötigen Eltern, Partner und Kinder selbst spezifische Beratungs- und Hilfeangebote, um ihre besondere Lebenssituation gut bewältigen zu können.
- Vor allem in Familien mit einem psychisch erkrankten Elternteil sind familienbezogene Hilfen wichtig. Obwohl kindzentrierte Maßnahmen zur Entlastung, Information und Ressourcenstärkung wichtig und sinnvoll sind, reichen sie nicht aus. Im Idealfall sollten sie in ein ganzheitliches Gesamtkonzept eingebettet sein, welches auch Angebote für die Eltern und die gesamte Familie umfasst. In diesem Zusammenhang ist auch eine gute Zusammenarbeit von Psychiatrie und Jugendhilfe außerordentlich wichtig.

12 Gewalt in der Familie

Worum geht es? »Familiendrama in Aachen – Mann schlägt Frau und Tochter krankenhaussreif«. Zeitungsmeldungen wie diese werden von der Öffentlichkeit mit Betroffenheit und Unverständnis aufgenommen. Doch obwohl die Familie von den meisten Menschen als Ort von emotionaler Nähe, Sicherheit und Wertschätzung betrachtet wird, ist dies nur eine Seite der Medaille: In nicht wenigen Familien gibt es auch ernsthafte Konflikte und Gewalt. Was genau ist in diesem Zusammenhang mit »Gewalt« gemeint, wie kann es dazu kommen? Im folgenden Kapitel beschäftigen wir uns mit häuslicher Gewalt und der Frage, wie sich diese auf die betroffenen Familienmitglieder auswirkt. Obwohl es schwierig ist, genaue Angaben zur Häufigkeit von unterschiedlichen Formen häuslicher Gewalt zu machen, ist davon auszugehen, dass der »Tatort Familie« ein verbreitetes Phänomen ist. Aus Sicht der Familienpsychologie interessiert vor allem, warum es zu Gewalt zwischen Familienmitgliedern kommt.

Wir werden verschiedene Erklärungsansätze und sozialwissenschaftliche Erkenntnisse zur Entstehung von Gewalthandeln besprechen und – wiederum abschließend – untersuchen, welche Möglichkeiten es für Angehörige von sozialen Berufen gibt, Gewalt in Familien vorzubeugen, sie zu beenden oder ihre negativen Auswirkungen zu begrenzen.

Zusammenfassung

- Gewalt zwischen Familienmitgliedern findet meist in einer gemeinsamen Wohnung statt und wird deswegen auch als »häusliche Gewalt« bezeichnet. Häusliche Gewalt umfasst körperliche und seelische Misshandlungen unterschiedlicher Schweregrade. Auch die Vernachlässigung von Kindern durch ihre Eltern kann als eine Form von seelischer Misshandlung aufgefasst werden.
- Häusliche Gewalt wirkt sich auf unterschiedlichen Ebenen negativ auf die betroffenen Familienmitglieder aus. Dabei können körperliche Verletzungen, psychische und psychosomatische Beeinträchtigungen, soziale Folgeprobleme und Störungen der kindlichen Entwicklung unterschieden werden.
- Es ist schwierig, zuverlässige Daten über die Häufigkeit von Gewalt in der Familie zu gewinnen. Die vorliegenden empirischen Befunde, Schätzungen und Hochrechnungen deuten jedoch darauf hin, dass häusliche Gewalt weit verbreitet ist. So ist davon auszugehen, dass mindestens ein Viertel aller Frauen in Deutschland schon einmal von ihrem (Ehe-)Partner geschlagen wurde. In der Kindererziehung sind leichtere Formen von Gewalt sehr verbreitet; es wird ferner geschätzt, dass 10 % bis 15 % aller Eltern ihre Kinder häufig und schwerwiegend körperlich bestrafen.
- Es ist davon auszugehen, dass häusliche Gewalt in allen sozialen Schichten und in allen Altersgruppen vorkommt. Prinzipiell können alle Familienmitglieder als Opfer und Täter betroffen sein.

- Die Ursachen häuslicher Gewalt sind vielfältig und in komplexer Weise miteinander verknüpft. Im Sinne der Familiensystemtheorie lassen sich Ursachenfaktoren auf unterschiedlichen Systemebenen unterscheiden. Täterbezogene Faktoren sind z. B. chronische Stress- und Frustrationserfahrungen, Alkoholmissbrauch, psychische Probleme und Defizite sowie eigene Gewalterfahrungen in der Kindheit. Faktoren des Familiensystems sind soziale Lernprozesse in der Familie und spezifische Konfliktodynamiken zwischen den beteiligten Familienmitgliedern. Auf einer makrosozialen Ebene wird häusliche Gewalt durch soziale und strukturelle Belastungsbedingungen begünstigt. Ferner wirken sich gesellschaftliche und kulturelle Normen (z. B. hinsichtlich Macht, Männlichkeit und Erziehung) auf die Bereitschaft aus, Gewalt gegen andere Familienmitglieder anzuwenden.
- Prävention, Intervention, Beratung und Therapie sind professionelle Handlungsmöglichkeiten bei häuslicher Gewalt. In akuten Notsituationen sollen sich Betroffene zunächst an die Polizei wenden, die heute meist eng mit psychosozialen Einrichtungen zusammenarbeitet. Wichtige Aufgabenfelder sind die Vorbeugung und Früherkennung von häuslicher Gewalt, Maßnahmen zum Schutz von betroffenen Partnern bzw. Partnerinnen und Kindern sowie Beratung und Psychotherapie für betroffene Familienmitglieder – sowohl für Opfer als auch für Täter oder Täterinnen. Unter bestimmten Voraussetzungen ist auch eine gemeinsame systemische Paarberatung oder Familientherapie möglich bzw. aussichtsreich.

13 Scheidung und Trennung

Worum geht es? »Bis dass der Tod Euch scheidet ...« – diese Formel von der Ehe als lebenslanger Gemeinschaft von Mann und Frau hat heute seine Bedeutung weitgehend verloren. Heute werden etwa 40 % aller Ehen wieder geschieden. Einerseits ist Scheidung dadurch fast schon etwas »Normales« geworden. Doch andererseits ist eine Scheidung sowohl für die betroffenen Partner als auch für deren Kinder eine sehr schmerzliche Erfahrung, unter der viele lebenslang leiden. In diesem Kapitel werden wir sehen, dass eine Scheidung ein längerfristiger und vielschichtiger Prozess ist, mit typischen Phasen im Verlauf der Scheidung. Unter welchen Bedingungen gelingt es den Partnern, die Belastungen der Scheidung zu bewältigen? Wie wirkt sich eine Scheidung auf die Kinder des Paares aus? Um diese Fragen differenziert beantworten zu können, ist wiederum eine familienpsychologische Perspektive hilfreich, die auch die Grundlage für eine Reihe professioneller Hilfemöglichkeiten bei Trennung und Scheidung bietet, die wir am Ende des Kapitels beschreiben (z. B. psychologische Beratung und Mediation).

Zusammenfassung

- Die Gründe für die in den letzten Jahrzehnten stark gestiegenen Scheidungszahlen sind im Kontext gesellschaftlicher Entwicklungen zu sehen. Neben dem Bedeutungsverlust der Ehe als wirtschaftliche Überlebensgemeinschaft und der Revision des Scheidungsrechts im Jahr 1977 dürften veränderte Einstellungen bezüglich Partnerschaft und Familie eine Rolle dafür spielen, dass heute eine Partnerschaft eher grundsätzlich in Frage gestellt wird als früher.
- Trennungen und Scheidungen sind langfristige Prozesse, bei denen sich typische Phasen unterscheiden lassen: Nach einer emotionalen Trennungsphase findet die juristische Scheidung statt, die auch die Aufteilung von Besitzstand und elterlicher Sorge umfasst. Die Scheidung wirkt sich auch stark auf das soziale Netzwerk der Familie aus. Die psychische Scheidung, bei der die endgültige Trennung akzeptiert wird, findet erst in der Nachscheidungsphase statt.
- Aus psychologischer Sicht geht eine Scheidung mit charakteristischen Entwicklungen und Belastungen einher. Der Trennung geht meist eine längere Krise mit ambivalenten Gefühlen und eskalierenden Konflikten voraus. Im Zuge der juristischen Scheidung rächen sich die Partner oft für die erlittenen Verletzungen, indem sie erbittert um Sorgerecht, Unterhaltsansprüche und materielle Güter kämpfen. In der Nachscheidungsphase überwiegt zunächst die emotionale Desorganisation der Partner und der Familie. In der Regel kommt es erst im zweiten Jahr zu einer zunehmenden inneren Stabilisierung.

- In der Regel brauchen Partner mehrere Jahre, um eine Scheidung emotional zu verarbeiten. Inwieweit eine positive Bewältigung gelingt, hängt vom Zusammenspiel belastender und entlastender Faktoren auf unterschiedlichen Systemebenen zusammen. Relativ gute Chancen haben Partner, die langfristig konstruktiv miteinander umgehen und dem geschiedenen Partner verzeihen können. Auch kontinuierliche Eltern-Kinder-Beziehungen wirken sich positiv auf die Bewältigung der Partner aus.
- Bei etwa einem Viertel der betroffenen Kinder sind länger anhaltende Verhaltensauffälligkeiten und Entwicklungsprobleme vorhanden. Insbesondere bei jüngeren Kindern und gravierenden elterlichen Konflikten existiert ein erhöhtes Entwicklungsrisiko. Als Folge eines anhaltenden Loyalitätskonflikts entwickeln manche Kinder das Elterliche Entfremdungssyndrom. Dieses Verhaltensmuster beinhaltet eine emotionale und kognitive Spaltung zwischen den beiden Elternteilen.
- Inwieweit sich eine Scheidung negativ auf die Entwicklung der Kinder auswirkt, hängt von zahlreichen Einflussfaktoren ab. Am besten kommen Kinder mit der Scheidung ihrer Eltern zurecht, wenn diese weiterhin gemeinsam die elterliche Verantwortung wahrnehmen, Meinungsverschiedenheiten konstruktiv regeln und auf die emotionalen Bedürfnisse der Kinder eingehen.
- Aus systemischer Sicht hört eine Familie nach der Scheidung der Eltern nicht einfach auf zu existieren. Vielmehr verändert sich das Familiensystem im Sinne eines Wandels zweiter Ordnung. Auch nach der Trennung und im Falle neuer Partnerschaften der Eltern bestehen das Familiensystem und einzelne Subsysteme in veränderter Form weiter. Binukleare Nachscheidungsfamilien und Stieffamilien (Patchworkfamilien) sind deswegen mit Familienentwicklungsaufgaben konfrontiert, die die konstruktive Neugestaltung der Familienbeziehungen betreffen.
- In der psychosozialen Praxis sind vielfältige Hilfeangebote für Scheidungsfamilien und betroffene Familienmitglieder sinnvoll. Neben der psychologischen Beratung für Paare während und nach der Scheidung hat sich die Scheidungsmediation als Verfahren der außergerichtlichen Konfliktregelung etabliert. Selbsthilfegruppen und Elternkurse sowie spezielle Gruppen für Kinder aus Scheidungsfamilien können bei der Bewältigung der neuen Familiensituation eine wertvolle Hilfe sein.

14 Sterben, Tod und Trauer

Worum geht es? »Herr, lehre uns bedenken, dass wir sterben müssen, auf dass wir klug werden.« (Psalm 90, 12)

Wir alle müssen eines Tages sterben. Im Alltag denken wir nur selten daran, doch wenn wir uns die eigene Endlichkeit bewusst machen, sehen wir oft viel klarer, was wirklich wichtig in unserem Leben ist. Auch insofern gehört der Tod zum Leben, und die Erkenntnis unserer Sterblichkeit kann uns helfen, im Alltag bewusster, positiver und dankbarer zu sein. Doch zugleich bedeutet Sterben und Tod ein Hindurchgehen durch eine schwere Zeit – sowohl für den Sterbenden als auch für dessen Familienangehörige. Für Ehepartner, Kinder und andere nahestehende Personen ist das Sterben eines geliebten Menschen mit Angst, Verzweiflung, Trauer und schließlich Neuorientierung verbunden. Ausgangspunkt des Kapitels ist der Gedanke, dass der Tod ein unausweichlicher Bestandteil im Familienlebenszyklus ist. Wie wir sterben, wird nicht nur von körperlichen, sondern auch von soziokulturellen und psychologischen Faktoren bestimmt. Aus psychologischer Sicht ist eine Reihe von Fragen bedeutsam: Welche inneren Prozesse laufen bei sterbenden Menschen ab, welche Bedürfnisse haben sie? Wie können Familienangehörige den Sterbenden begleiten und hilfreich unterstützen? Wie können die Hinterbliebenen mit ihrer Trauer und ihrem Schmerz umgehen, und was können sie für sich selbst tun? Der Tod kann als letzte große Familienentwicklungsaufgabe begriffen werden, die dem Sterbenden und dessen Familienangehörigen enorme Belastungen auferlegt, aber auch die Chance zu Integrität, Erkenntnis und innerem Wachstum eröffnet.

Zusammenfassung

- Biologisch gesehen findet Sterben in drei Phasen statt: Der Phase des Todeskampfes (Agonie) folgt der klinische Tod (Aussetzen von Atmung, Herzschlag und Hirnfunktionen). Der Hirntod wird meist als Kriterium für den endgültigen Tod eines Menschen betrachtet.
- Der Umgang mit Tod, Sterben und Trauer wird von sozialen und kulturellen Faktoren beeinflusst. So gibt es in allen Kulturen Bräuche, Überlieferungen und Rituale, die den Umgang mit dem Tod erleichtern. Diese Traditionen verschwinden jedoch mehr und mehr. Heute werden Tod und Sterben oft tabuisiert und an professionelle Einrichtungen »delegiert«.
- Nach der Theorie von Elisabeth Kübler-Ross zeigen Sterbende typischerweise fünf verschiedene Verhaltensmuster, die anfänglich als »Phasen« beschrieben wurden: Verleugnung, Zorn, Verhandeln, Depression und Akzeptanz. Allerdings treten diese Verhaltensmuster nicht in einer festen Reihenfolge auf; Sterben ist ein individueller Prozess. Das Modell kann den Angehörigen dabei helfen, die psychische Situation des Sterbenden besser zu verstehen und adäquat darauf einzugehen.
- Bei der Pflege, Betreuung und Begleitung eines Sterbenden muss angemessen auf dessen körperliche und psychische Bedürfnisse eingegangen werden. Hierzu gehört auch das Bedürfnis nach Selbstständigkeit und befriedigenden sozialen Beziehungen in der letzten Lebensphase. Dadurch können Familienangehörige und Pflegenden zu einem Sterben in Würde beitragen.
- Familienangehörige machen im Sterbeprozess oft sehr belastende Erfahrungen. Sowohl ungünstige äußere Bedingungen als auch eigene Gedanken, Gefühle und Verhaltensweisen können den Umgang mit dem Sterbenden erschweren. Hilfreich und entlastend ist es, wenn sich die Angehörigen bewusst mit dem Tod auseinandersetzen und lernen, den bevorstehenden Tod der geliebten Person anzunehmen. Dabei sind offene Gespräche über Tod und Sterben wichtig. Auch das Gefühl, aktiv etwas für den Sterbenden tun zu können, erleichtert den Angehörigen die Bewältigung der Situation.
- Früher wurde der Trauerprozess der Hinterbliebenen als Abfolge psychischer Phasen angesehen, die Verleugnung, emotionale Konfrontation, zunehmende Akzeptanz und schließlich Neuorientierung umfasste. Realistischer ist jedoch die Annahme, dass Trauernde zwischen unterschiedlichen emotionalen Zuständen hin- und herpendeln. Trauern ist zudem ein individueller Prozess, der von zahlreichen persönlichen, familiären, situativen und sozialen Faktoren beeinflusst wird.
- Neuere Ansätze der Trauerpsychologie berücksichtigen, dass Abschied nehmen und Loslassen für viele Hinterbliebene nicht geeignet ist, um den Verlust eines geliebten Menschen zu bewältigen. Für diese Trauernden ist es wichtig, eine neue innere Beziehung zum Verstorbenen aufzubauen, damit dieser zu einem inneren Gegenüber und Begleiter werden kann.
- Der Umgang mit Sterben, Tod und Trauer ist eine Familienentwicklungsaufgabe. Der Sterbende und dessen Familienangehörige müssen zahlreiche Belastungen und Anforderungen bewältigen, die eng aufeinander bezogen sind. Nach dem Tod muss sich ein neues Gleichgewicht im Familiensystem einspielen; dies geht mit Veränderungsprozessen zweiter Ordnung einher.
- Der Hospizgedanke basiert auf einer humanistischen Philosophie, die den Sterbenden und seine Familie als Betreuungseinheit betrachtet. Primäres Ziel ist eine Verbesserung bzw. Stabilisierung der Lebensqualität in der letzten Lebensphase. Wesentlich für die Hospizpflege sind das Eingehen auf körperliche und psychische Bedürfnisse, die Begleitung durch ein interdisziplinäres Team, eine moderne Palliativtherapie und die weitere Begleitung der Familie nach dem Tod des Patienten.

15 Familiendiagnostik

Worum geht es? In der praktischen Arbeit mit Familien ist ein möglichst gutes und differenziertes Verständnis des Familiensystems wichtig. Eine professionelle Familiendiagnostik hilft dabei, familiäre Probleme und Hilfebedarfe richtig einzuschätzen, um anschlussfähige und wirksame Hilfeangebote machen zu können. In diesem Kapitel wird zunächst erläutert, was Familiendiagnostik von anderen Arten der Diagnostik unterscheidet. Grundsätzlich zielt Familiendiagnostik darauf ab, Informationen auf unterschiedlichen Systemebenen zu erheben, z. B. zu Erlebens- und Verhaltensweisen der Familienmitglieder, Familienstrukturen, Familieninteraktionen und Beziehungsdynamiken. Ferner geht es darum, diese Informationen einzuordnen, Hypothesen zu Zusammenhängen zu entwickeln und hieraus praktische Handlungsstrategien abzuleiten. Im zweiten Teil des Kapitels werden ausgewählte familiendiagnostische Methoden vorgestellt: Neben diagnostischen Familiengesprächen können weitere Verfahren eingesetzt werden, wie Beobachtungsmethoden, Skulpturtechniken, grafische Darstellungen von Beziehungen und Strukturen sowie familienbezogene Fragebögen und Tests.

Zusammenfassung

- Familiendiagnostik hat den Zweck, Probleme und Hilfebedarfe von Familien und Familienmitgliedern richtig einzuschätzen, um anschlussfähige und wirksame Hilfeangebote machen zu können. Sie versteht sich als psychosoziale Diagnostik und zielt auf ein ganzheitliches Verständnis des betrachteten Familiensystems ab.
- Familiendiagnostik ist in zahlreichen Praxisfeldern relevant, in denen mit Familien oder mit Kindern und Jugendlichen unter Einbezug ihrer Eltern gearbeitet wird, z. B. in der Jugendhilfe, der Erziehungsberatung, der familienpsychologischen Begutachtung, in der Psychotherapie sowie in der Präventionsarbeit mit Hochrisikofamilien. Auf der Grundlage einer Familiendiagnostik können Arbeitshypothesen im Hinblick auf familienbezogenen Maßnahmen und Angebote entwickelt werden.
- In der familiendiagnostischen Praxis hat es sich bewährt, drei wesentliche Systemebenen unterscheiden: Die personale, die interpersonale und die familiensystemische Ebene. Darüber hinaus ist es in manchen Fällen sinnvoll, die Bedeutung weiterer Suprasysteme für die Familie zu berücksichtigen.
- Je nach Fragestellung nimmt die Familiendiagnostik unterschiedliche Themenbereiche (Domänen) in den Blick, die kognitive, emotionale, kommunikative, strukturelle sowie entwicklungs- und verhaltensbezogene Aspekte des Familienlebens beinhalten. Die Unterscheidung dieser Domänen ist in der Praxis hilfreich, um den familiendiagnostischen Prozess zu strukturieren.
- Die Methoden der Familiendiagnostik sind sehr vielfältig. Eine zentrale Bedeutung hat das familiendiagnostische Gespräch. Dieses kann mit der ganzen Familie oder auch mit einzelnen Subsystemen (z. B. den Eltern) durchgeführt werden. Ziel ist es, durch gezielte lineare und zirkuläre Fragen fallrelevante Informationen zu gewinnen. Dabei werden sowohl familiäre Belastungen und Probleme, aber auch Stärken und Ressourcen der Familie erfragt.
- Mit Beobachtungsmethoden können familiäre Interaktionen und Verhaltensweisen differenziert erfasst werden. Dabei ist ein strukturiertes, planvolles Vorgehen wichtig. Beobachtungen können in einem natürlichen Setting (z. B. im häuslichen Umfeld) oder in einer standardisierten Situation (z. B. in einer Beratungsstelle) durchgeführt werden. Häufig ist es hilfreich, die beobachtete Situation mit einer Videokamera aufzuzeichnen.
- Vielfach werden in der Familiendiagnostik auch grafische Verfahren eingesetzt, um familiäre Beziehungen und Zusammenhänge zu visualisieren. Mithilfe von Genogrammen können komplexe und generationenübergreifende Familienbeziehungen übersichtlich dargestellt werden. In Eco-Maps werden zusätzlich weitere Beziehungen im Sozialraum der Familie berücksichtigt. Dabei werden alle für die Familienmitglieder wichtigen Netzwerke in einer Zeichnung rekonstruiert. Mit Eco-Maps können soziale Ressourcen identifiziert werden, die für die Familie hilfreich sind.

- Skulpturverfahren sind geeignet, um die Struktur der familiären Beziehungskonstellation zu einem bestimmten Zeitpunkt zu erfassen. Am bekanntesten ist die Methode der lebenden Skulptur, bei der die Familienmitglieder oder deren Stellvertreter entsprechend ihrer Beziehungen im Raum postiert werden. Daneben gibt es Varianten, in denen die Familienmitglieder durch Holzfiguren oder Puppen ersetzt werden (z. B. das Familienbrett).
- Speziell in der Systemischen Beratung und Therapie ist der Übergang zwischen Familiendiagnostik und Intervention fließend. Diagnostische Methoden wie die lebende Skulptur, systemisches Fragen oder die videogestützte Beobachtung haben zugleich eine therapeutische Wirkung, indem sie neue Sichtweisen der Klientinnen und Klienten anregen.
- Ergänzend können auch Fragebogeninstrumente zur Erfassung spezifischer Familienmerkmale eingesetzt werden, wie z. B. das Eltern-Belastungs-Inventar, das Geschichtenergänzungsverfahren zur Bindung oder der Family Relations Test.

16 Systemische Familientherapie

Worum geht es? Erziehungsprobleme, Ehestreit, Sorgen und Stress ... einem Bonmot zufolge gibt es in einer Familie nichts Normaleres als Probleme. In der Regel schaffen es Familien, aus eigener Kraft mit Alltagsbelastungen und Störungen fertig zu werden. Wenn allerdings wirklich gravierende familiäre Konflikte auftreten oder ein Familienmitglied psychisch erkrankt, kann eine psychotherapeutische Behandlung notwendig sein. In diesem Kapitel wird die Systemische (Familien-)Therapie vorgestellt, eine Therapieform, die alle Familienmitglieder einbezieht. Wir betrachten unterschiedliche Ansätze, Grundpositionen und Arbeitstechniken dieses Verfahrens, neben dem üblichen Vorgehen auch Modifikationen der klassischen Methode. Die Systemische (Familien-)Therapie spielt eine immer wichtigere Rolle im Gesundheitswesen; seit 2019 ist sie als Richtlinienverfahren für die ambulante psychotherapeutische Versorgung anerkannt. Aber auch jenseits des Heilauftrags haben systemisch-therapeutische Ansätze heute eine große Bedeutung.

Zusammenfassung

- Die Systemische Familientherapie ist ein Hilfeangebot bei Störungen des Verhaltens und Erlebens von Familienmitgliedern und familiären Subsystemen (z. B. Paaren). Sie ist durch ein Therapiesetting definiert, in dem mehrere oder alle Familienmitglieder einbezogen werden, sowie durch eine theoretische Orientierung, die Probleme bzw. Krankheitssymptome als Ausdruck familiärer Kommunikations- und Beziehungsmuster betrachtet.
- Die Systemische Familientherapie fußt auf grundlegenden Positionen der Familiensystemtheorie und des Konstruktivismus. Von zentraler praktischer Bedeutung sind die zirkuläre Hypothesenbildung sowie die Ressourcen- und Lösungsorientierung. Die Grundhaltung Systemischer Therapeutinnen und Therapeuten ist durch Neutralität, Neugier und Respektlosigkeit gegenüber eingefahrenen Denkmustern gekennzeichnet. Ein übergeordnetes Ziel ist es, die Zahl der Möglichkeiten zu erhöhen, familiäre Probleme oder Symptome zu verstehen und damit umzugehen.
- Die Systemische Familientherapie zeichnet sich durch einen großen methodischen Reichtum aus. Wichtige Arbeitstechniken sind systemische (z. B. zirkuläre und lösungsorientierte) Fragen, symbolische Techniken (z. B. Familienskulptur), visualisierende Techniken (z. B. Genogramm), wertschätzende Kommentierung von Problemverhaltensweisen sowie das Reflektierende Team. Das gemeinsame Ziel dieser Methoden ist es, den Umgang der Familienmitglieder untereinander sowie mit Störungen, Krankheitssymptomen und Problemen zu verändern.

- Eine Systemische Psychotherapie ist besonders geeignet, wenn eine klinische Problematik eng mit den Beziehungen und der Kommunikation in der Familie verknüpft ist. Auch dann, wenn Patienten und/oder mitbetroffene Bezugspersonen eine Einbeziehung in die Therapie wünschen, sollte eine Systemische Therapie erwogen werden. Darüber hinaus ist sie indiziert, wenn familiäre Ressourcen aktiviert werden sollen, um den Patienten oder die Patientin zu unterstützen.
- Die Systemische (Familien-)Therapie ist seit 2019 als Richtlinienverfahren der heilkundlichen Psychotherapie für Erwachsene anerkannt. Somit kann sie von approbierten Psychotherapeutinnen und -therapeuten als ambulante Leistung über die gesetzlichen Krankenkassen abgerechnet werden. Aber auch jenseits des Heilauftrags ist die Systemische (Familien-)Therapie in vielen psychosozialen Praxisfeldern sehr wichtig, z. B. in der Erziehungsberatung, der Paarberatung und Paartherapie, der Beratung von pflegenden Angehörigen sowie in der Aufsuchenden Familientherapie (AFT).

17 Elternbildung und Elterntraining

Worum geht es? »Eltern werden ist nicht schwer, Eltern sein dagegen sehr.« Dieses populäre Sprichwort scheint heute mehr denn je zu gelten. Das Thema Kindererziehung wird heute öffentlich und zum Teil sehr kontrovers diskutiert. In jeder Buchhandlung können Eltern Dutzende von Ratgebern zu unterschiedlichen Erziehungsthemen und -problemen erwerben. Titel wie z. B. »Kinder brauchen Grenzen«, »Babyjahre« oder »Das kompetente Kind« sind seit Jahren auf den Bestsellerlisten. All dies zeigt, dass Erziehung heute zunehmend als anspruchsvolle Herausforderung, manchmal auch als Überforderung wahrgenommen wird. Viele Eltern haben einen großen Informations- und Orientierungsbedarf in Erziehungsfragen. Vor diesem Hintergrund sind in den letzten Jahren zahlreiche neue Angebote der Elternbildung und der Erziehungsberatung entstanden. In diesem Kapitel werden vier der bekanntesten Elternbildungsangebote in Deutschland vorgestellt.

Zusammenfassung

- Elternbildungsangebote sind eine wichtige externe Ressource, wenn sich Eltern verunsichert oder den Erziehungsanforderungen nicht gewachsen fühlen. Elternkurse können z. B. sinnvoll sein, um elterliche Erziehungs Kompetenzen zu fördern, die Eltern-Kind-Beziehung zu stärken und die Eltern in ihrem Selbstverständnis und ihrer Elternrolle zu unterstützen. Ferner ist es möglich, möglichen Fehlentwicklungen (z. B. häusliche Gewalt) vorzubeugen oder ungünstige Erziehungsmuster zu verändern.
- Bei der Konzeption von Informations-, Beratungs- und Trainingsangeboten für Eltern müssen deren Bedürfnisse, Erwartungen und Befürchtungen berücksichtigt werden. Zu beachten ist vor allem, dass das Angebot niedrigschwellig ist. Ferner sollten Angebote konkrete Hilfestellungen für den Erziehungsalltag und altersspezifische Erziehungsprobleme bieten. Grundsätzlich sollte immer auch die psychische Situation der Eltern thematisiert werden.
- Die in Deutschland angebotenen curricularen Elternkurse sind für unterschiedliche Zielgruppen konzipiert. Neben breit angelegten Programmen für alle Eltern gibt es Angebote für Eltern mit spezifischen Erziehungsproblemen. Ferner werden Kurse für Eltern angeboten, die unter belastenden Bedingungen leben oder sozialen Randgruppen angehören.
- PEKiP (Prager Eltern-Kind-Programm) ist ein Kursangebot für Eltern und ihre Kinder im ersten Lebensjahr. Das Programm umfasst unterschiedliche Bewegungs-, Sinnes- und Spielanregungen und soll die elterliche Kompetenz bei der Wahrnehmung und Befriedigung kindlicher Bedürfnisse trainieren. PEKiP zielt primär auf eine Förderung der kindlichen Entwicklung und der Eltern-Kind-Beziehung. Ein wichtiger Nebeneffekt besteht in der Stärkung des elterlichen Selbstkonzepts als kompetente Mutter bzw. kompetenter Vater beim Übergang zur Elternschaft.

- Das Parent Effectiveness Training (PET) basiert auf einer personenzentrierten Grundhaltung und vermittelt Prinzipien eines partnerschaftlichen Erziehungsstils. Dabei werden Wertschätzung, Authentizität und Empathie als wesentliche Merkmale eines positiven Erziehungsverhaltens angesehen. In den Elternkursen wird anhand konkreter Beispielsituationen besprochen, wie dies im Alltag umgesetzt werden kann. Wichtige Techniken sind dabei das Aktive Zuhören, Ich-Botschaften und die niederlagelose Methode.
- Das Kursangebot »Starke Eltern – Starke Kinder« wurde vom Deutschen Kinderschutzbund entwickelt und verbreitet. Es umfasst Bausteine der Gesprächspsychotherapie, der Verhaltenstherapie, der Kommunikationstheorie und der systemischen Familientherapie. Primäres Ziel ist es, die Erziehungsfähigkeit der Eltern zu stärken, den Kinderrechten Geltung zu verschaffen und häuslicher Gewalt vorzubeugen. Das Programm ist ressourcenorientiert angelegt und setzt an den positiven Erziehungsleistungen der Eltern an.
- Das Elternprogramm Triple P (Positive Parenting Program) verbindet eine partnerschaftliche Erziehungshaltung mit lerntheoretischen Erziehungsmethoden. Wesentliche Aspekte sind (1) eine positive Beziehung zum Kind entwickeln; (2) wünschenswertes Verhalten durch Nutzung von Lernprinzipien fördern; (3) adäquater Umgang mit Problemverhalten. Durch flexible, unterschiedlich intensive Angebote im Einzel- oder Gruppensetting werden Eltern dabei unterstützt, eine positive Beziehung zum Kind aufzubauen und in schwierigen Erziehungssituationen konstruktive Lösungen zu finden.