




## Kinder im Blick

Ein Elterntraining zur Förderung der Trennungsbewältigung  
Erfahrungen aus der Arbeit mit Eltern in München


Prof. Dr. Sabine Walper  
Mari Krey  
Sonja Bröning



## Überblick

- (1) Scheidungsfolgen: Risiko- und Schutzfaktoren
- (2) Konzepte der selektiven und indizierten Prävention bei Trennung/Scheidung
- (3) „*Kinder im Blick*“ – Hintergrund und Überblick
- (4) Ergebnisse der (formativen) Evaluation
- (5) Fazit


07.10.2008 Seite 2



## Scheidungsfolgen

- ▶ Scheidungsfolgen variieren je nach individuellen Randbedingungen (Amato, 2000, 2001; Hetherington & Kelly, 2003)
- ▶ Mittelfristige Belastungen von Scheidungskindern sind eher gering (Schmidt-Denter, 2000, 2001; Walper, 2002; Walper & Wendt, 2004; Wendt & Walper, 2006)
- ▶ Belastungsbewältigung der Eltern hat starken Einfluss auf die Belastungsbewältigung der Kinder (Amato, 2000; Hetherington et al., 1999; Schmidt-Denter, 2001)
- ▶ Insofern liegen zentrale Risiko- aber auch Schutzfaktoren für langfristige scheidungsbedingte Belastungen bei den Eltern

07.10.2008 Seite 3

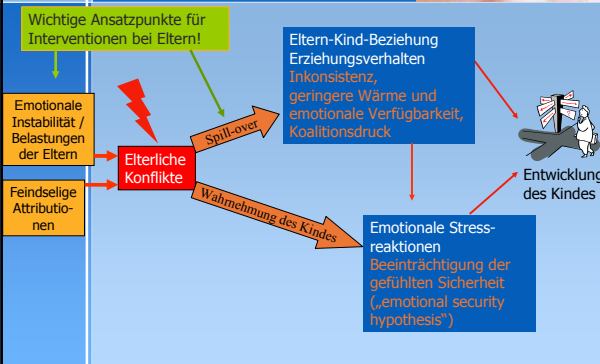


## Schutz- und Risikofaktoren

- ▶ Für Eltern:
  - Persönlichkeit
  - Sozioökonomische Ressourcen (Einkommen, Bildung, Beruf)
  - Soziale Unterstützung
  - Schwierige eigene Familiengeschichte
  - Emotionale Ablösung vom Ex-Partner / Ex-Partnerin
  - **Feindseligkeiten / Konflikte mit dem anderen Elternteil**
- ▶ Für Kinder:
  - Erziehungsverhalten der Eltern
  - Qualität der Eltern-Kind-Beziehung
  - Sozioökonomische Ressourcen
  - Soziale Unterstützung
  - **Feindseligkeiten / Konflikte zwischen den Eltern**

07.10.2008 Seite 4

## Wie entstehen und wie wirken Elternkonflikte auf die Kinder?



Wichtige Ansatzpunkte für Interventionen bei Eltern!

Emotionale Instabilität / Belastungen der Eltern

Feindselige Attributionen

Elterliche Konflikte

Spill-over


Wahrnehmung des Kindes

Eltern-Kind-Beziehung Erziehungsverhalten Inkonsistenz, geringere Wärme und emotionale Verfügbarkeit, Koalitionsdruck

Entwicklung des Kindes

Emotionale Stressreaktionen Beeinträchtigung der gefühlten Sicherheit („emotional security hypothesis“)

07.10.2008 Seite 5



## Konzepte der selektiven und indizierten Prävention

- ▶ Trennungs-/Scheidungsberatung
- ▶ Mediation
- ▶ Begleiteter Umgang
- ▶ Individualtherapie
- ▶ Gruppenangebote für Scheidungskinder
- ▶ Gruppenangebote für Eltern in Trennung/ Scheidung

07.10.2008 Seite 6

## Elternguppen in den USA

- ▶ Weit verbreitet (1999 bereits in über 50% aller US-Bezirke)
- ▶ 1/3 am Gericht, der Rest bei Beratungsstellen oder freien Anbietern; 2/3 der Programme mandatorisch
- ▶ Einige Angebote speziell für Hochstrittige
- ▶ Fast alle Angebote eingebunden in einen Kontext von weiteren Hilfsangeboten (80% der TN hatten gleichzeitig die Möglichkeit, an Mediation teilzunehmen)
- ▶ Hohe Zufriedenheit der TN und des Gerichtspersonals in formativer Evaluation
- ▶ Darüber hinaus einige positive Evaluationsbefunde besonders bei längeren, skillbasierten Programmen

07.10.2008 Seite 7

## Kinder im Blick

### Hintergrund und Überblick

Elternkurs zur Stärkung von Erziehungs- und Beziehungskompetenzen im Kontext von Trennung und Scheidung





07.10.2008 Seite 8

## Kinder im Blick

### Beteiligte




- ▶ Sabine Walper
- ▶ Sonja Bröning
- ▶ Mari Krey
- ▶ Christian Pröls
- ▶ Katrin Normann
- ▶ Stefan Mayer
- ▶ Und Team

07.10.2008 Seite 9

## Kinder im Blick

- ▶ Intervention, die gleichzeitig
  - die elterliche Stressbewältigung
  - die Erziehungskompetenzen der Eltern und
  - die Kommunikation zwischen den Eltern stärkt
- ▶ Strukturiertes Training für Eltern in Trennung (6 Sitzungen à 3 Std.)
- ▶ Mit getrennter Teilnahme beider Eltern
- ▶ Knüpft an „Familienteam“ an (Graf / Walper)
- ▶ Inhaltlich + methodisch breites Angebot
- ▶ Bislang fünf durchgeführte Kurse (mit je 2 Gruppen), gute Evaluationsergebnisse

07.10.2008 Seite 10

## Kinder im Blick: Warum ein Gruppenangebot?

- ▶ Gute Erfahrungen mit skillbasierten, strukturierten Elterntrainings in USA (z. T. dort mandatorisch)
- ▶ Kompetenzerwerb wird unterstützt durch Übung (Rollenspiele / Gruppenarbeit / Transfer in Alltag)
- ▶ Soziale Kontakte in der Gruppe als zusätzliche Ressource für die Eltern
- ▶ Getrennte Teilnahme beider Eltern ⇔ anderes Setting für Perspektivenwechsel
- ▶ Als Einzelangebot für interessierte Eltern aber auch als ergänzende Maßnahme für *hochstrittige* Familien in Trennung
- ▶ Reproduzierbar und evaluierbar durch Trainerschulungen und detailliertes Kursmanual

07.10.2008 Seite 11

## Kinder im Blick: Ziele

- ▶ Stabilisierung der elterlichen Befindlichkeit, Orientierungshilfe
- ▶ Sensibilisierung der Eltern für Bedürfnisse der Kinder im Trennungsprozess bzw. in der Trennungsfamilie
- ▶ Stärkung elterlicher Beziehungs- und Erziehungskompetenzen
- ▶ Reduktion destruktiver Konflikte / Feindseligkeiten im Umgang mit dem anderen Elternteil
- ▶ Verbesserung der elterlichen Kooperation oder Separierung vom Ex-Partner / der Ex-Partnerin
- ▶ Verbreiterung sozialer Netze

07.10.2008 Seite 12

## Kinder im Blick: Inhalte

**Einheit 6**  
ICH – WIR – unser KIND  
Gegenwart und Zukunft

**Einheit 1**  
ICH – WIR – unser KIND  
in der Trennungssituation

**Einheit 5**  
WIR haben etwas  
gemeinsam:  
Unser KIND

**Einheit 2**  
Meine Ziele für mein KIND:  
Wo kommt das WIR ins  
Spiel?

**Einheit 4**  
Wenn mein KIND  
unangenehme Gefühle hat

**Einheit 3**  
Mein KIND und ICH:  
Eine gute Beziehung pflegen

07.10.2008 Seite 13

## Kinder im Blick: Inhalte

Folgende Themen werden über die sechs Einheiten bearbeitet:

- ▶ ICH – Ressourcen zur Trennungsbewältigung aktivieren
  - Was mich stresst und wie ich reagiere
  - Verständnis von Konflikteskalation – und deeskalation: Achterbahn, Pausenknopf
  - Möglichkeiten der Selbstfürsorge in der Krise
- ▶ KIND – Eltern-Kind-Beziehungen verbessern
  - Phantasie- / Zukunftsreise: Werte und Ziele in der Erziehung
  - Beziehungspflege: Wertvolle Zeit, Beschreibendes Lob
  - Umgang mit schwierigen Gefühlen der Kinder: Emotionscoaching
  - Sensibilisierung der Eltern für die Bedürfnisse der Kinder
  - Anregung zur ANDEREN Reaktion: Schutz der Kinder vor Loyalitätskonflikten
- ▶ WIR – Elterliche Konflikte reduzieren
  - Aussteigen aus der Achterbahn: Pausenknopf und hilfreicher innerer Kommentar, konstruktive Kommunikationsregeln
  - Rollenwechsel zum „Arbeitssteam“ und Elternmodelle nach der Trennung

07.10.2008 Seite 14

## Kinder im Blick: Theoretische Grundlagen

**Kinder im Blick**

- Systemische Perspektive
- Erziehungs- und Emotionale Kompetenz
- Kommunikations- und Konflikttheorie

07.10.2008 Seite 15

## Kinder im Blick: Theoretische Grundlagen

**Systemische Perspektive**

Betrachtung des ganzen Familiensystems inkl. der einzelnen Subsysteme (Elternsystem, Eltern-Kind-System, neue Partner) und ihrer Wechselwirkungen

- ▶ **Ziele für Subsystem „Eltern“:**
  - Ablösung auf der Paarebene
  - Unterbrechung problematischer Beziehungsmuster
  - Aufbau alternativer Sichtweisen und Interaktionsweisen
  - Entwicklung hin zum „Elternteam“
- ▶ **Ziele für das Subsystem „Eltern-Kinder“:**
  - „Spill-over“ negativer Emotionen und Interaktionen ausbremsen
  - Klare Grenzen / Hierarchien
  - Kein Missbrauch des Kindes als Partnerersatz oder „Kampfbjekt“

07.10.2008 Seite 16

## Kinder im Blick: Theoretische Grundlagen

**Erziehungs- und Emotionale Kompetenz**

Zentrale Basis für intra- und interpersonale Stressregulation

- ▶ **Autoritative Erziehung als Leitbild:**
  - Liebe / Zuwendung
  - Autonomiespielräume
  - klare Grenzen und Erwartungen
  - ⇨ Beeinträchtigung durch Stress der Eltern, „spillover“ aus den elterlichen Trennungskonflikten)
- ▶ **Emotionale Kompetenzen fördern:**
  - Emotionsregulation der Eltern stärken
  - Emotionsregulation der Kinder durch Eltern stärken:  
Mit schwierigen kindlichen Gefühlen umgehen: Emotionscoaching

07.10.2008 Seite 17

## Kinder im Blick: Emotionscoaching

**Emotionale Kompetenz**

(Gottman, Katz & Hoven, 1997)


Unangenehme Gefühle der Kinder (Angst, Trauer, Ärger)

Bindungstheoretischer Aspekt

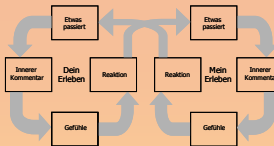
- ▶ **Geringe Feinfühligkeit**
  - ▶ Ignorieren, bagatelisieren, bestrafen
  - ▶ Kind lernt nicht, die eigenen Gefühle zu verstehen und zu regulieren
- ▶ **Gute Feinfühligkeit**
  - ▶ Wahrnehmen, respektieren, dem Kind helfen, Gefühle auszudrücken und Problem zu bewältigen
  - ▶ Bessere Entwicklung des Kindes (emotionale & soziale Kompetenz, bessere Konzentration, weniger Problemverhalten, weniger krank)

07.10.2008 Seite 18

## Kinder im Blick: Theoretische Grundlagen



Kommunikations- und Konflikttheorie



- ▶ Ungünstige Attributionen und Kognitionen („Feindbild“) beeinflussen das Verhalten und die Kommunikation
- ▶ Mediative Elemente: Insbesondere Interessen- und bedürfnisorientierte Kommunikation
- ▶ Ich-Botschaften, Aktives Zuhören
- ▶ Bei **weniger strittigen Konflikten**: Kooperation sinnvoll („**cooperative parenting**“)
- ▶ Bei **hochstrittigen Konflikten**: Stärkere Abgrenzung und weniger Kommunikation („**parallel parenting**“)

07.10.2008 Seite 19

## Kinder im Blick: Ablauf und Methoden



### ▶ Ablauf


- 6 Module á 3 Stunden
- Aufteilung der Eltern in unterschiedliche Gruppen
- Teilnahme von möglichst beiden Eltern
- Turnus: Alle 1-2 Wochen

### ▶ Methoden

- Trainerpaar (m/f)
- Hoher Praxisanteil (Übungen, Rollenspiele, Selbsterfahrung, Tandem-Partner, „GehHeim-Tipps“)
- Aktives Coaching / gezielte Interventionen durch die Trainer

07.10.2008 Seite 20


## Kinder im Blick: Begleitforschung



- ▶ **Formative Evaluation**: Schriftliche Befragung der Kursteilnehmer/innen nach Abschluss des Kurses
- ▶ **Summative Evaluation** (in Arbeit): Mit Kontrollgruppendesign und Prä-/Post-Befragung von Eltern (Fragebögen) und Kindern (Interview) zu:
  - Wohlbefinden von Eltern und Kindern
  - Elterliche Zusammenarbeit
  - Veränderung des Konfliktniveaus
  - Erziehungsverhalten
  - Anpassung der Kinder

07.10.2008 Seite 21

## Formative Evaluation: Stichprobe



- ▶ N = 55 (25 Männer, 30 Frauen)
- ▶ 17 Paare (62%), 21 Einzelpersonen
- ▶ 11 (20%) hochstrittig
- ▶ 67% Hochschulabschluss
- ▶ Zeit seit Trennung Ø 1 Jahr (Range: 1 Monat – 10 Jahre; 61% < 6 Monate)
- ▶ 40 TN parallel in Beratung, 15 von außerhalb

07.10.2008 Seite 22

## Formative Evaluation: Zufriedenheit




	Gesamt	Männer	Frauen
Bewertung des Kursangebotes insgesamt	4,3	4,0	4,6
Haben Sie die Hilfe bekommen, die Sie erwartet haben?	4,0	3,8	4,2
Würden Sie den Kurs anderen Eltern weiterempfehlen?	4,6	4,4	4,8

Antwort-Skalen:  
1 = sehr schlecht/sehr unzufrieden/überhaupt nicht ---- 5 = sehr gut/sehr zufrieden/völlig

07.10.2008 Seite 23

## Formative Evaluation: Selbsteinschätzung Wirkung



	Gesamt	Männer	Frauen
Umgang mit eigenen Gefühlen verbessert und Selbstvertrauen gewonnen?	3,9	3,6	4,1
Umgang mit Kind / Kindern verbessert?	3,8	3,7	3,9
Positive Veränderungen beim Kind / den Kindern selbst?	3,4	3,2	3,4
Kommunikation mit dem anderen Elternteil verbessert?	3,1	3,0	3,1

Antwort-Skala von 1 = überhaupt nicht bis 5 = völlig

07.10.2008 Seite 24

## Formative Evaluation: Methoden und Struktur



Kurzvorträge informativ?

**Gesamt** Männer Frauen

4,2 4,0 4,4

Rollenspiele / Übungen hilfreich?

4,4 4,1 4,6

Ausreichend Zeit, Inhalte einzuüben?

3,7 3,6 3,7

Zeit, sich über Inhalte auszutauschen?

3,6 3,4 3,7

GehHeim-Tipps umgesetzt?

3,3 3,3 3,3

Kursleitung kompetent und empathisch?

4,5 4,3 4,6

Atmosphäre im Kurs?

4,5 4,2 4,7

Antwort-Skala von 1 = überhaupt nicht bis 5 = völlig

07.10.2008

Seite 25

## Formative Evaluation: Fazit



1. **Der Kurs wird insgesamt gut aufgenommen und positiv bewertet.**
2. Männer bewerten insgesamt kritischer
3. Ein großer Teil der Teilnehmer findet die Dauer des Kurses und die Sitzungslänge **genau richtig**
4. Die Zeit für Austausch und Diskussion wird vielfach als **zu kurz** eingeschätzt
5. Besonders die Rollenspiele und Übungen sowie das Gruppensetting und die Kursleitung werden sehr positiv bewertet
6. Einheiten zur Beziehungspflege, aber auch die Einheit über die Kommunikation mit dem anderen Elternteil schneiden am besten ab  
⇒ **dies sind gleichzeitig die Einheiten mit dem höchsten Übungsanteil**
7. Die **Wirkung** des Kurses wird **vorsichtig eingeschätzt**: Die positivsten Effekte werden im Bereich „Umgang mit sich und dem Kind“ gesehen. Skeptischer sind die TN im Bereich „Umgang mit dem anderen Elternteil“

07.10.2008

Seite 26

Vielen Dank für Ihre  
Aufmerksamkeit!

07.10.2008

Seite 27