

# Der ganz normale Wahnsinn

Kindererziehung treibt Eltern oft an den Rand der Verzweiflung – und sorgt für Unsicherheit: Machen wir's richtig oder läuft alles falsch? Die RHEINPFALZ am SONNTAG will helfen: Mit persönlichen Elterncoaches für drei Pfälzer Familien. Sie werden von den Therapeutinnen Ursula Klotmann und Gabriele Engel beraten. Wir sind dabei und berichten über Probleme, Ängste, Sorgen und Erfolge. Von Anja Schuster

## FAMILIE 1: DIE WG-ATMOSPHÄRE

Am Anfang war alles ganz einfach: Elke und Klaus Brunner\* verliebten sich, heirateten, bekamen eine Tochter, die heute fünf Jahre alt ist, bezogen ein schönes, großes Haus mit Garten in der Westpfalz. Zu den drei Söhnen des Mannes aus erster Ehe hielten sie Kontakt. Vor zwei Jahren nun zog der älteste, Matthias, 18, nach einem Streit mit seiner leiblichen Mutter zu den Brunnern. Ein halbes Jahr später kamen die beiden anderen, Michael, 16, und Steve, 14, nach. Seitdem ist alles anders: Elke Brunner empfindet das Zusammenleben wie eine WG – mit drei Mal geballter Pubertät. Michael und Steve hätten keine Hobbys außer Gameboy, Computer und Fernsehen. Ihr Engagement in der Schule missfällt den Eltern. Gemeinsame Interessen innerhalb der Familie? Fehlanzeige! Lediglich zwei Mal pro Woche kochen die Jungs für alle.

Gabriele Engel und Ursula Klotmann bringen jedoch Verständnis für sie auf: „Sie leben jetzt im vierten System – erst bei den Eltern, dann bei den Großeltern, schließlich bei der Mutter und nun beim Vater.“ Immer wieder mussten sie sich auf neue Menschen, Regeln und Erwartungen einstellen und von anderen Abschied nehmen. Das ist keine leichte Aufgabe für Heranwachsende. Deshalb sprühen sie auch nicht gerade vor Emotionen, Begeisterung, Selbstbewusstsein. Generell brauche es viele Jahre, bis eine Patchworkfamilie wirklich zusammenwächst und ein Wir-Gefühl entsteht, sagen die Therapeutinnen.

Elke Brunner ist genau darum bemüht. Sie will den Laden zusammenhalten. Sie kocht, wäscht, putzt, hilft, berät, macht, tut und kümmert sich. Doch ihr Einsatz wird bislang kaum honoriert. Das belastet sie so sehr, dass sie sich manchmal nach ihrer Dreier-Familie zurücksehnt. Ihr fehlt auch die gemeinsame Zeit als Paar – jetzt wo auf einmal so viele Kinder und Bedürfnisse aufeinandertreffen. Zwar waren die Eltern in den vergangenen Wochen – auf Anraten der Therapeutinnen – ein paar Mal aus – „doch wir befinden uns schon wieder im Fahrwasser des Alltags“, klagt die berufstätige Mutter. Aber: „Wir arbeiten daran!“

Engel und Klotmann haben empfohlen, Vater Klaus solle mehr „exklusive Zeit“ mit seinen Söhnen verbringen. Als leiblicher Elternteil ist er Dreh- und Angelpunkt, muss die Hauptaufgaben der Erziehung übernehmen. Seit Kurzem gehen er und Matthias regelmäßig ins Fitnessstudio; mit Steve spielte er zuletzt häufig Brettspiele.

Elke Brunner wünscht sich noch mehr Anleitung, erhofft sich ein „Rüstzeug“, um den gemeinsamen Umgang zu verbessern. Damit sie irgendwann das Gefühl hat: Nicht nur am Anfang war alles gut!

## FAMILIE 2: DAS BUMMELKIND

Lisa, 6, liebt es zu trödeln. Beim Anziehen, beim Schuhebinden, beim Essen, beim Zähneputzen, eigentlich in allen Alltagssituationen. Im Kindergarten ist sie wegen ihrer Bummelheit bekannt wie ein bunter Hund. Nicht gerade zur Freude ihrer Eltern. Denn bei Familie Fischer aus Ludwigshafen dauert deshalb vieles viel länger. Dadurch geraten sie oft unter Stress, alle Beteiligten sind genervt, das Familienleben ist angespannt, es gibt Krach. Das belastet auch das Verhältnis der Eheleute.

Mutter Susanne macht sich große Sorgen um ihre Tochter, die mit ihrem Benehmen, so sagen die Therapeutinnen, die Aufmerksamkeit auf sich lenken will. Und sie wissen nach den ersten Gesprächen, woher das kommt: Die Eltern machen zwischen Lisa und ihrem zwei Jahre älteren Bruder keine Unterschiede. Sie haben die gleichen Pflichten und die gleichen Rechte. Sie müssen zur selben Zeit ins Bett, von Lisa wird genauso viel erwartet wie von Paul. Deshalb bummelt sie, und die Therapeutinnen deuten es als Hilferuf: „Seht doch, ich bin viel jünger.“

Schon nach dem ersten Elterncoaching haben die Fischers ihre Erzie-

**KRISENMEISTER**  
Kommt der Nachwuchs in die Pubertät, gibt's haufenweise Krisen zu meistern. Oft stehen laute Diskussionen auf der Tagesordnung – zum Beispiel über sinnvolle und sinnlose Freizeitgestaltung.

**PC-SPIELER**  
Wenn sich der Nachwuchs mehr am Computer als an einem Buch aufhält, führt das oft zu Familienstress. Dabei geht's um Abgrenzung zu den Erwachsenen.

**STUBENHOCKER**  
Der Jugend liebste Spielgerät: die Fernbedienung. Da sehen Eltern Schwarz.

**KLECKERER**  
Wer glaubt, Sechsjährige müssten schon perfekt mit Messer und Gabel und ohne zu kleckern essen können, irrt.

**TRÖDLER**  
Wenn sich der Nachwuchs beim Zähneputzen besonders viel Zeit nimmt, dann Obacht: Er will Aufmerksamkeit. (fotos: phototek (2), waldhäus, view, caro)



hungsmethoden geändert. Lisa muss nun zwar früher ins Bett, dafür bekommt sie aber auch jeden Abend Mama oder Papa ein paar Minuten ganz für sich allein. Gleichzeitig hat Mutter Susanne ihre hohen Ansprüche zurückgeschraubt. Lisa muss nicht schon perfekt und ohne zu kleckern mit Messer und Gabel essen. Oft war aus diesem Grund das gemeinsame Essen die schwierigste Zeit im Familienalltag, führte zu Streit und Tränen. Mit etwas mehr Gelassenheit und der Botschaft der Therapeutinnen, dass Sechsjährige sehr wohl kleckern dürfen, ist der Druck auf Lisa kleiner geworden. Und siehe da: Vieles geht ihr jetzt leichter (und schneller) von der Hand. „Wir haben von ihr wohl zu viel gefordert“, sieht Mutter Susanne ein. Sie hofft nun auf weitere Impulse und Tipps zur Erziehung und gibt sich optimistisch, dass auch andere Probleme gelöst werden.

Zum Beispiel das zeitweise auftretende In-die-Hose-machen von Lisa. Auch so eine Sache, mit der sich die Fuchers an Engel und Klotmann wandten. Woher kommt das? Wieso hört das nicht auf? Nachfragen ergab, dass die beste Freundin Lisas demnächst wegzieht. Damit kommt die Sechsjährige nicht zurecht. Als Tipp der Familienberaterinnen laden die Eltern nun öfters andere Freunde von Lisa ein, um neue, zuverlässige Kontakte aufzubauen. Die Sechsjährige „braucht Sicherheiten“, sagt Gabriele Engel – sonst klappt's nicht mit dem schnellen Anziehen, Schuhebinden, Zähneputzen.

## FAMILIE 3: ZU VIEL COMPUTER

Therapeuten, so scheint es auf den ersten Blick, haben manchmal eigenartige Ideen, Probleme zu lösen. Familie Schneider – das sind Mama Inka, Papa Horst (beide berufstätig), Manuel, 13, und Meike, 11, – wurde empfohlen, die Sitzordnung beim Essen zu ändern. Nun sitzen sich Sohn und Tochter sowie Mutter und Vater gegenüber. Vorher konnten die Eltern jeweils direkt auf die Teller der Kinder schauen, die fühlten sich unter Druck gesetzt, reagierten gereizt, gaben patzige Antworten. „Abendessen waren Stress“, erzählt Inka Schneider. Nun ist es entspannter; Meike und Manuel sind aus der Schusslinie, das Essen verläuft harmonischer. Dabei war das Problem, mit dem sich die Schneiders fürs Elterncoaching bewarben, ein ganz anderes: Manuels Freizeitgestaltung besteht fast nur aus Fernsehen, Computerspielen, Handy. Er kapselt sich ab.

Das ist typisch für die Pubertät, sagen Engel und Klotmann. Jugendliche wollen sich abgrenzen. In diesem Fall eben nicht nur im eigenen Zimmer, sondern auch beim Essen. Unter Beobachtung stehend reagieren sie gereizt. Deshalb nun die neue Sitzordnung.

Inka Schneider hat dennoch weiter Angst. Zum Beispiel, dass Manuel wegen der Computerspiele den Bezug zur Realität verliere, sich in eine Traumwelt zurückziehe, sie ihm keine Werte mehr vermitteln könne. Lieber sähe sie es, wenn er ein Instrument spielen oder „mit etwas Kreativem“ seine Freizeit gestalten würde. Tut er aber nicht. Deshalb gibt sie zu: „Ich fühle mich mit der Erziehung oft überfordert.“ Sie nörgelt oft, lässt sich zu emotionalen Überreaktionen hinreißen, maßregelt den Sohn auch wenn Freunde dabei sind. Dann gibt's Stress, böse Worte, Kraftausdrücke fallen. „Auch damit baut Manuel eine Distanz auf“, erklärt Gabriele Engel.

Händeringend sucht die 40-jährige Mutter deshalb nach einem Leitfaden für die Erziehung. Die ersten Tipps lauten: Keine Erziehungsmaßnahmen wenn Fremde dabei sind, gegenseitiges Anklopfen an Schlaf- oder Kinderzimmertüren, sowie die Erlaubnis, das Bad abschließen zu dürfen. Und: Regeln müssen kontrolliert werden. Manuel und die Eltern haben einen Vertrag, in dem steht, dass er täglich eine halbe Stunde an den PC darf. „Ob er sich daran hält, soll überprüft werden. Wenn nicht, muss es Konsequenzen geben“, finden Engel und Klotmann.

\* Alle Namen wurden geändert.

## KRISENMANAGER ELTERNCOACHING

### DIE AKTION

Eltern erleben bei der Kindererziehung immer wieder Krisensituationen. Das ist ganz normal. Die einen kommen damit besser zurecht, die anderen schlechter. Eltern, denen das nicht so leicht fällt, will die RHEINPFALZ am SONNTAG helfen. Deshalb haben wir im März unsere Leser aufgerufen, sich für ein kostenloses Elterncoaching mit ausgebildeten Familientherapeutinnen zu bewerben. Mehrere Eltern haben Interesse bekundet. Gemeinsam mit Gabriele Engel und Ursula Klotmann aus Neustadt haben wir drei Familien ausgewählt, die das Coaching (Training) erhalten. In Bezug auf Alter der Kinder, Themen und Familienformen repräsentieren diese drei den Durchschnitt der elterlichen Anfragen.

Fünf Mal, möglichst im Abstand von vier Wochen, kommen die Eltern für jeweils eineinhalb Stunden in die Praxis von Engel und Klotmann. Die ersten zwei Treffen haben bereits stattgefunden. Dabei haben Engel und Klotmann die Familien und ihre Probleme kennengelernt, Hintergründe erfragt, analysiert, Lösungsvorschläge gemacht. In den Wochen zwischen den Sitzungen sollen die Erziehungstipps umgesetzt werden. Kontakt zu den Therapeuten gibt es erst wieder beim nächsten Treffen. Die Gespräche werden auf Video aufgezeichnet. Die Redaktion darf diese sichten. Bis Ende Oktober soll der Kurs abgeschlossen sein.

### DIE THERAPEUTINNEN



Gabriele Engel (links) und Ursula Klotmann sind die Coaches für unsere drei Familien. Die beiden Pädagoginnen haben das Institut für Systemisches Denken und Handeln in Neustadt gegründet. Sie bieten seit über einem Jahrzehnt Einzel-, Paar- und Familientherapien sowie Elterncoaching an.

### SO GEHT'S WEITER

Bis Ende Oktober finden die weiteren Sitzungen mit den Eltern statt. Die RHEINPFALZ am SONNTAG wird über Inhalte, Fortschritte, Ergebnisse informiert. Wir berichten dann zum Abschluss noch einmal ausführlich über die Erfolge, aber auch Enttäuschungen in der Arbeit mit den Elterncoaches. (asch/foto: privat)  
Internet: [www.ek-institut.de](http://www.ek-institut.de)

## MITEINANDER DIE METHODE

### DAS FAMILIENHAUS

In ihrer langjährigen Arbeit mit Paaren, Eltern und Familien haben Gabriele Engel und Ursula Klotmann die Idee eines Familienhauses aufgegriffen und weiterentwickelt. Haus gilt dabei als Metapher für die Familie, die Stockwerke und Zimmer stehen für Beziehungen der Einzelnen zueinander und zu sich selbst. Auf dem Fundament der individuellen Einzelräume von Mann und Frau steht das gemeinsame Paarzimmer, auf das nach der Geburt des ersten Kindes das Stockwerk „Eltern“ folgt. Erst darauf, als Dach sozusagen, sitzen das oder die Kinderzimmer. Durch diese Struktur können Rollen, Aufgaben, Bedürfnisse und Erwartungen sowie Themen, Probleme und Konflikte den jeweiligen Beziehungsebenen zugeordnet werden.

### SYSTEMISCHES DENKEN UND HANDELN

Grundlage der Arbeit von Engel und Klotmann ist die Idee des systemischen Denkens und Handelns. Dies ist ein ganzheitlicher Ansatz. Es geht nicht darum, „Wer hat recht?“ oder „Wer ist schuld?“, sondern darum, Zusammenhänge zu begreifen. Das Verhalten des Einzelnen wird nicht isoliert gesehen (siehe Familienhaus), sondern im Kontext seiner Geschichte, Beziehungen, Lebensumstände und -erwartungen. Das aktuelle Problem der Leute wird vor dem Hintergrund von Erlebnissen und Erfahrungen aus der Vergangenheit sowie Zielen in der Zukunft gesehen. Ein Verhalten wird daher nicht hinsichtlich seiner Ursache, sondern in Bezug auf seine Wechselwirkungen betrachtet. (asch)