

Dagmar Schwarz

Elternschule

Ein Projekt der Hans-Joachim-Maaz – Stiftung Beziehungskultur

Vortrag auf dem 2. Stiftungstag

der Hans-Joachim Maaz – Stiftung Beziehungskultur, 25.11.2017

In meinem Beruf als Psychotherapeutin höre ich viele Lebensgeschichten, empfinde viele Kindheiten nach, denke mich in viele Schicksale ein und entwickle Mitgefühl für Verletzungen der Seele. Wenn die Eltern der Klienten nur ein paar Dinge besser gemacht hätten, sich etwas mehr eingefühlt, sich mal Hilfe geholt hätten, wäre so vieles anders gelaufen.

Während meiner psychotherapeutischen Ausbildung am Choriner Institut bei Herrn Dr. Maaz bekamen diese Lebensgeschichten eine sehr verständliche und handhabbare Systematik. Das Modell der Mütterlichkeits- und Väterlichkeitsstörungen nach H.-J-Maaz wurde unter anderem zum Wegweiser in der Therapie, auf der Suche nach Linderung und Abhilfe für den Patienten. (Von Mutterbedrohung und Vaterflucht war hier heute schon zu hören.)

Als Erwachsenentherapeutin begleite ich Patienten über einen längeren Zeitraum und musste auch mit ansehen, wie deren Kinder den gleichen, ähnlichen oder entgegen gesetzten Mustern durch die Patienten ausgesetzt waren, unter denen sie einst so gelitten hatten. Das passierte meist nicht in bewusster, böser Absicht, aber es passierte. Da fiel die schon vor Jahren geäußerte Idee von Herrn Dr. Maaz, präventiv mit den Eltern zu arbeiten, auf fruchtbaren Boden, um den Mütterlichkeits- und Väterlichkeitsstörungen etwas entgegen zu setzen.

In den Einrichtungen, die ich therapeutisch leite, gibt es viele Eltern mit einer psychischen Erkrankung, die deshalb keine schlechten Eltern sind. Aber es gab keinen Ort, wo sich diese Eltern über ihre Beziehung zum Kind und die Erziehung vom Kind ohne Angst vor Sanktionen, ohne Scham, ohne schlechtes Gewissen unterhalten konnten. Institutionen wie Jugendamt, Kita oder Schule reagieren oft nicht oder dann überempfindlich auf solche Anliegen.

Also begannen wir mit einer wöchentlichen Gruppe, kamen mit den Eltern ins Gespräch und rückten die Bedürfnisse der Kinder in den Vordergrund. Im Idealfall sitzt ein Therapeutenpaar den Klienten gegenüber, um als reale Ansprechpartner mit Erziehungserfahrung zur Verfügung zu stehen, die ihre Mütterlichkeit

und Väterlichkeit entfalten können, aber auch genügend Raum für mütterliche und väterliche Übertragungssituationen zu lassen.

In diesen Gesprächen gab es wiederkehrende Themen, unabhängig von der Erkrankung der Eltern, die wir aufgrund unserer Kenntnisse der Mütterlichkeits- und Väterlichkeitsstörungen in 10 Verhaltensempfehlungen eingearbeitet haben. Die gibt es mittlerweile als Broschüre. Die Broschüre ist als Leitfaden für Eltern und Anleiter gedacht und enthält auch ein Gruppenmanual für die gemeinsamen Sitzungen.

In der Broschüre heißt es zum Beispiel: Kinder brauchen Liebe. Dies ist keine wirklich neue Erkenntnis, aber manchmal ist es wichtig, Eltern zu erklären, dass sie ihr Kind nicht ununterbrochen lieben können und müssen, dass dies ganz normal ist...dass eher die überhöhte Erwartung an sich zu einer Überforderung führen kann, die dann auch in eine schwierige Situation für das Kind umschlagen könnte.

Kinder brauchen Wahrheit, weil die Situation mit einer Notlüge für das Kind oft unerträglich wird, es bekommt unterschiedliche Signale und fühlt sich letztendlich an allem Schuld. Die Empfehlungen dienen als Input für die jeweilige Stunde.

Die größer werdende Nachfrage auch außerhalb unserer Einrichtungen für dieses Gesprächsangebot machte deutlich, wie selten mit Eltern über solche Themen gesprochen wird, bevor etwas problematisch ist. So begannen wir mit den ersten Elternkursen unter dem Label Elternschule. Das ist nun gut 2 Jahre her. Die Elternschulen gibt es mittlerweile als Wochenendworkshop, als begleitende Kurse mit 10 Terminen und als Intensiv-Kurs mit 5 Terminen.

Vor nunmehr einem Jahr hat die Hans-Joachim Maaz Stiftung Beziehungskultur die Elternschule als Pilotprojekt ausgewählt. Wir haben mit Stiftungsgeldern unsern Wirkungskreis erheblich erweitern können und bieten jetzt Elternschulen in Berlin, Halle, Dresden und demnächst in Jena an.

Die Methode kann den Bedarfen der jeweiligen Elterngruppe flexibel angepasst werden. Für Schwangere eignet sich meist ein Workshop besser, um die Zeit vor der Geburt zu nutzen. Wir bieten die Kurse auch in Kitas an, wo die Kinderbetreuung während der Teilnahme der Eltern abgesichert ist und die Kita Eltern zur Teilnahme motivieren kann. Tagesworkshops über Selbsthilfevereine und andere Institutionen sind möglich.

Aber was machen wir nun in den Elternschulen?

Ein Schwangerenworkshop begann mit dem Satz einer Teilnehmerin: Sie wäre so froh jetzt hier zu sein und unglücklich sein zu dürfen, am liebsten würde sie eine Gruppe für unglückliche Schwangere gründen.

Für die meisten Teilnehmerinnen gab es keinen Ort, wo sie ihre Zweifel, ihre Skepsis dem ungeborenen Kind gegenüber, ihre fehlende Beziehung zum Ungeborenen einmal mitteilen konnten. Überall wurde von ihnen erwartet, mit der Schwangerschaft glücklich und zufrieden zu sein. Dass die Mutterschaft auch ganz andere Seiten hat und aktiviert, kam in diesem Workshop sehr deutlich zu Tage. So wurden die Teilnehmerinnen ermutigt, über die dunklen Seiten der eigenen erlebten Mütterlichkeit zu sprechen. Ein anwesendes Paar stellte fest, dass sie sich über die kleinsten medizinischen Details aller möglichen Vorsorgeuntersuchungen informiert hatten, aber noch nie miteinander darüber gesprochen hatten, wie sie selber erzogen worden sind und wie sie ihr Kind erziehen wollen.

Schwangeren-Workshops sind im besten Sinne präventiv. Bevor ein Kind geboren wird, haben die Eltern die Möglichkeit, ihre selbst erlebte Mutterbedrohung oder Vaterflucht noch einmal nachzufühlen, was diese Erfahrung mit ihnen gemacht hat und wie sie damit, nun selbst Eltern, umgehen werden. Wir machen in den Workshops und Kursen keine Therapie, aber oft bereiten wir darauf vor. Wenn Eltern dort erstmalig über ihre eigenen Verletzungen reflektieren, die sie ihren Kindern um keinen Preis antun wollen, ist ein wichtiger Schritt getan.

Etwas anders gestaltet sich das Angebot, wenn Kinder schon da sind. Es sollten möglichst viele Institutionen wie Krankenkassen, Kinder – und Hausärzte, Jobcenter, Erziehungsberatungsstellen, Kinderfreizeiteinrichtungen und natürlich auch das Jugendamt in einer Region das Angebot kennen und Eltern darauf aufmerksam machen. Überall, wo sich Eltern hinwenden, wenn es Fragen und noch keine Katastrophen gibt.

Besonders wenn Eltern während ihrer Therapie die Beziehung zu den Kindern thematisieren, können sie vom Therapeuten parallel zur Therapie zu einer Elternschule geschickt werden.

Sobald sich eine Gruppe von Eltern mit ähnlichen Bedarfen gefunden hat, wird die gemeinsame Absprache über die Form getroffen und die inhaltliche Arbeit beginnt entlang der oben genannten Broschüre. Es geht um das gemeinsame Erkennen der Mütterlichkeits- und Väterlichkeitsstörungen, zuerst einmal auf der Ebene der selbst durchlebten Kindheit. Und analog dazu in der nun selbst zu bewältigenden Elternschaft. Dabei ist die Gruppe der Ort, in der die Scham über die insuffizienten Eltern und das eigene Unvermögen erträglich und aushaltbar wird. Die Teilnehmer profitieren von den Erfahrungen der anderen, sie können sich einerseits als kompetent erleben und unterstützen sich an den Stellen, wo sie selber blind sind und

kein Vorbild hatten. Das Erleben in der Elternschule ist oft sehr entlastend, weil von allen Eltern erwartet wird, dass sie Fähigkeiten haben, die ihnen weder systematisch beigebracht wurden, noch hat sie keiner je geprüft.

In einer Problem-Kita oder bei psychisch kranken Eltern gibt es viele Bereiche, in denen die Eltern bereits gescheitert sind. Sie haben keinen Schulabschluss oder keine Ausbildung, sie leben nicht von ihrer Erwerbstätigkeit, sie sind nicht gesund. Der einzige Bereich, wo sie noch halbwegs autonom sein können, sind ihre Kinder. Und da wollen wir uns einmischen. Das geht nur in einer abgesicherten, dem Jugendamt nicht verpflichteten, sachlichen Atmosphäre, unerschrocken und ohne Wertung.

Und dann sortieren wir mit den Eltern zusammen, die mütterlichen und väterlichen Anteile, wo sind sie so gut, wie nötig. Und wo reicht es nicht oder schadet es. Unsere Verantwortung als Anleiter liegt beim Erkennen schutzwürdiger Situationen für die Kinder, die Eltern auch mit Hilfestellung nicht bewältigen. Dann geht es auch über die Elternschule hinaus um die Organisation verschiedener Hilfeformen.

Fallbeispiele:

1. Eine Mutter aus der Elternschule der Kita in einem eher problematischen Stadtviertel in Berlin-Hohenschönhausen berichtet von ihrer Familiensituation, sie hat mit ihrem Lebensgefährten einen gemeinsamen Sohn, der in der 2. Klasse ziemliche Lernprobleme hat, um die sie sich neben ihrer Berufstätigkeit viel kümmert. Dazu kamen seit Jahresbeginn zwei geschenkte Kinder aus der ersten Beziehung ihres Lebensgefährten, ein 4-jähriges Mädchen und ein 7-jähriger Junge. Die Mutter der beiden war plötzlich verstorben, und nun lebt das Paar mit 3 Kindern. Die kleine, runde Frau war immer fröhlich und berichtete mit heiterer Miene wöchentlich die größten Herausforderungen. Dabei wollte die 4-Jährige nicht mehr mit ihr sprechen und nun waren beide Eltern besonders bemüht, der Tochter zu beweisen, dass die Stiefmutter doch lieb ist. Und eigentlich konnte sie schon lange nicht mehr. Auf unser Anraten ließ sie darin nach und hielt sich zurück, überließ dem Vater das Feld und weinte das erste Mal wütend und verzweifelt über ihre Lebenssituation. Im weiteren Verlauf wurde der Mutter deutlich, wie überfordernd die ganze Situation für alle ist und ließ sich auf eine langfristige Familienhilfe ein. Erst durch die Elternschule konnte die Familie das Ausmaß der Problemlage realisieren, den Hilfebedarf der verwaisten Kinder erkennen und in Anerkennung der eigenen Grenzen Hilfe zulassen. Und nach 14 Tagen sprach die kleine Tochter auch wieder vorsichtig mit ihr und sie hatte die Erfahrung gemacht, dass manchmal weniger mehr ist.

2. Eine Klientin aus meiner Einrichtung hatte zu Beginn der Betreuung eine ebenfalls 4-jährige Tochter, die zwei älteren Söhne leben beim getrennten Vater. Sie brauchte viel Unterstützung bei der Eigenfürsorge,

sie bekam neue Zähne, wir organisierten ein Haushaltstraining für die Wohnung mit der Tochter und dann lief es eigentlich. Aber es gab immer wieder Einbrüche, dann meldete sie sich nicht, brachte die Tochter immer öfter beim trinkenden Vater übers Wochenende unter. Von einem Polizei-Einsatz erfuhren wir nur sehr verzögert. Unsere Haltung, wir kämpfen darum, die Tochter bei der Mutter zu belassen und streiten uns mit dem Jugendamt wurde mit jeder Krise fragwürdiger. Unsere Hoffnung, die Fähigkeiten der Mutter so zu stärken, dass sie ihre Tochter angemessen versorgen kann, schwanden zunehmend. Mit der Klientin zusammen mussten wir schmerzlich erkennen, dass ihre mütterlichen Fähigkeiten nicht ausreichen, um ihre Tochter sicher durch die Kindheit zu bringen. Mittlerweile lebt die Tochter bei einer Pflegemutter, unsere Klientin verbringt mit ihr jedes zweite Wochenende, betreut sie in den Ferien und geht mit ihr einmal wöchentlich zum Tanzen. Sie ist sehr entlastet, weil nicht die ganze Verantwortung für das Wohl der Tochter bei ihr liegt. Der Klientin hat auch geholfen, dass in den Runden mit den anderen Eltern so viel Verständnis und Solidarität möglich war, dass die befürchtete Verurteilung ausblieb und sie diese Situationen nicht weiter verdrängen und verleugnen musste.

Damit sind wir bei den wichtigsten Aufgaben der Elternschulen: Am Anfang stehen immer sehr festgefahrene Klischees vom Mutter- und Vatersein, es gibt viel Verdrängung, Verleugnung, Scham. Das Vertrauen der Teilnehmer in den Gruppenprozess zu befördern ist die erste Aufgabe der Anleiter. Es gibt sehr viele Hilfsangebote, über die die Anleiter in ihrer jeweiligen Region gut informiert sind. Aber erst wenn die Scham über die Diskrepanz zwischen dem eigenen Wunschbild als Mutter oder Vater und dem eigenen Vermögen überwunden werden konnte, ist es möglich, diese sehr verschiedenen Hilfen innerhalb und außerhalb der Elternschulen zuzulassen.

Eine weitere wichtige Aufgabe ist der Perspektivwechsel, den die Teilnehmer vollziehen sollen: Kinder werden meist frühzeitig und oft unbewusst für die eigene Bedürftigkeit gebraucht und eingesetzt. In der Elternschule stehen die Bedürfnisse der Kinder im Mittelpunkt. Den Eltern soll es durch die Elternschule möglich werden, diesen Perspektivwechsel immer wieder zu vollziehen und die Bedürfnisse ihrer Kinder neben der eigenen Bedürfnislage mehr und deutlicher wahrzunehmen.

Noch einige Zitate aus der Evaluation, die wir mit allen Teilnehmern durchführen:

Antworten auf die Frage: „War nach den Sitzungen etwas anders bei mir?“

„Erleichterung, Leichtigkeit, Orientierung, spürbarer Schmerz.“; „Ich verstehe die Situation jetzt und kann sie auflösen.“; „ich bin mehr bei mir, aber auch geschafft.“; „Erziehung durch Beziehung ist möglich, Absprachen mit dem Partner sind bezüglich der Beziehung notwendig.“; „Ich fühle mich weniger allein.“

Ausblick:

Im nächsten Jahr hat das Jugendamt Lichtenberg in Berlin 3 Kurse in ihre Regelfinanzierung zur Familienförderung übernommen. In Jena wird eine interessierte Kollegin eine weitere Elternschule anbieten. Wir werden für die Anleiter über die Stiftung Supervision und regelmäßige Treffen organisieren.

Wenn aus Elternschulen dann noch längerfristige Selbsthilfegruppen werden, die gemeinsam die Entwicklung ihrer Kinder begleiten, haben wir unsere Vision von Beziehungskultur in Familien mehr als verwirklicht.

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit.