

So viel Kuddelmuddel muss sein

Liebespaare mit Kindern aus einer früheren Beziehung scheitern sehr viel öfter als andere Paare. Die typischen Phasen auf dem Weg zu einer Patchwork-Familie lassen ahnen, warum, meint **Katharina Grünewald**.

Am Ende ist alles selbstverständlich. Der lärmempfindliche Vater und sein 15-jähriger Stiefsohn und Heavy-Metal-Fan wissen, wie sie aneinander vorbeikommen, und die Stiefmutter weiß, dass sie mit der Schwarzwälder Kirschtorte ihrer Vorgängerin nicht in Konkurrenz treten darf. Aber bis sich diese und andere familiäre Selbstverständlichkeiten eingespielt haben, müssen Patchwork-Familien sich durch eine lange Entwicklung arbeiten und manchmal auch kämpfen.

Vier Phasen lassen sich in diesem Prozess unterscheiden:

- » Schnuppern und Kennenlernen
- » Positionsgerangel und Machtkämpfe
- » Fügung
- » Etablierung

Diese Phasen folgen nicht strikt nacheinander, sondern gehen ineinander über, springen manchmal hin und her und dauern mal länger, mal kürzer. Aber: Keine Patchwork-Familie kann eine dieser Phasen und die Aufgaben, die damit verbunden sind, auslassen oder überspringen. Nur die Ausprägung und die Intensität wechseln von Familie zu Familie.

Schnuppern und Kennenlernen

Diese Phase ist für das neue Paar gekennzeichnet durch Vorfreude und Verliebtheit. Beide haben (noch) die rosarote Brille auf, sind hoch motiviert – und nun soll die Liebe auch auf die Kinder übergreifen. Die Liebespartner sind offen für die Welt des jeweils anderen, also auch begierig darauf, seine Kinder kennen zu lernen. Mit besten Vorsätzen und offenen Herzen sehen sie dieser Begegnung entgegen.

Die Kinder ihrerseits haben nach der Trennung ihrer Eltern wieder Halt gefunden im Zusammensein mit Mutter oder Vater. Oftmals mussten sich Vater und Kind oder Mutter und Kind neu sortieren, die Trennung und den Verlust des gemeinsamen Familienlebens ver-

arbeiten; daher sind die Rituale aus dieser Zeit oft sehr bedeutsam für den Zusammenhalt der Restfamilie.

Das erste Zusammentreffen des „neuen“ Liebespaars mit der „alten“ Restfamilie erweist sich oft als Realitätschock. Die zukünftige Stiefmutter strengt sich beispielsweise an, denkt sich die schönsten Überraschungen aus, die „seinen“ Kindern in ihrem Alter eigentlich gefallen müssten, will alles „richtig“ machen – und weiß doch noch gar nicht, was „richtig“ für diese Kinder ist, wer sie eigentlich sind, was sie brauchen, wie sehr sie an ihrem Vater hängen, welche Rituale ihnen wichtig sind, was möglicherweise schmerzhaft Erinnerungen bei ihnen weckt. Dann zeigt sich, dass einerseits die Verliebtheit allein nicht alle Schranken überwindet; andererseits bekommen auch die Kinder zu spüren, dass die gewohnten tröstlichen Familienrituale möglicherweise nicht mehr uneingeschränkt gelten.

Der leibliche Elternteil, in diesem Fall der Vater, der sich neu verliebt hat, kennt seine Kinder und liebt seine Geliebte, ist also sowohl im neuen Liebesglück als auch in den alten Familienritualen zu Hause; er hat dadurch eine Scharnierfunktion. Von seiner Haltung und Steuerung hängt es ab, wie die Kinder die Verliebtheit des Paares und sein Glück miteinander wahrnehmen und akzeptieren können und die „neue“ Frau die Rituale und Familienselbstverständlichkeiten kennen lernen und mitgestalten kann. Wenn er sich noch mit Gewissensbissen und Schuldgefühlen gegenüber seinen Kindern plagt und sich scheut, ihnen sein neues Liebesglück zuzumuten, fühlt die Stiefmutter in spe sich möglicherweise wie „im falschen Film“ oder gar wie ein Möbelstück, das dahin geschoben wird, wo es gerade nicht stört. Umgekehrt: Wenn der leibliche Vater ganz in seiner neuen Liebe gefangen ist, erleben die Kinder das Zusammentreffen vielleicht als verstörend; sie finden die vertraute Einheit mit dem Vater nicht wieder und schieben die Distanz und Missstimmung der Stiefmutter zu. Das kann schon

ein Startschuss für (unbewusste) Strategien sein, um den „Eindringling“ wieder hinauszubugsieren.

Die Herausforderung dieser ersten Phase besteht also darin, Raum zu schaffen für das wechselseitige Kennenlernen der Situation und der Gefühlslage der anderen Beteiligten: Wie sieht die Logik der Restfamilie aus? Welche Rituale sind ihr wichtig? Wo könnte ich als „Neue“ möglicherweise andocken? Das gilt genauso in die andere Richtung: Die Kinder sollen die neue Frau im Leben ihres Vaters (oder den neuen Mann im Leben ihrer Mutter) kennen lernen, nicht als Konkurrenz für ihre Liebe, sondern als Bereicherung für ihr eigenes Beziehungs-Netz. Dazu müssen sie sich an der Seite ihres leiblichen Elternteils sicher fühlen; dann sind sie auch offen für Neues.

Positionengerangel und Machtkämpfe

Oft geht es buchstäblich um einen Platz – am Esstisch, auf der Couch oder den Beifahrersitz im Auto. Nach der Trennung der Eltern war dieser Platz eindeutig für Sohn oder Tochter reserviert – und jetzt sollen sie ihn ganz selbstverständlich wieder räumen? Solche typischen Konflikte in Patchwork-Familien entzünden sich vor allem deshalb, weil es dabei auch im übertragenen Sinne um den Platz, die Position in der Familie geht. Mit dem neuen Mann der Mutter verschieben sich die Positionen und Rollen in der Familie und müssen neu gefunden werden. Der Geliebte findet sich unverhofft im Kampf wieder; er liebt seine Partnerin und geht deshalb auch auf ihre Kinder wohlwollend zu – aber muss er sich ihnen unterordnen?

Wenn aus dem Beschnuppeln mehr wird und es im Zusammenleben der (zukünftigen) Patchwork-Familie enger und ernster wird, sind Gerangel und Kämpfe vorgeplant. Erwartungen, Bedürfnisse, Ansprüche und Ängste der verschiedenen Familienmitglieder prallen aufeinander und sorgen für ein ordentliches Durcheinander. Vermeiden lässt sich dieses Kuddelmuddel kaum; typische Konflikte lassen sich vielleicht vorhersagen oder -ahnen, das seelische Erleben dabei lässt sich aber nicht vorherfühlen und wird erst im Ernstfall deutlich und verständlich.

Wie also kommen Familien durch solche emotional schwierige Zeiten? Pauschale Empfehlungen mit Erfolgsgarantie gibt es dafür nicht; jede Familie ist anders, „tickt“ anders und hat andere Mitglieder mit sehr individuellen Bedürfnissen. Eine wichtige Rolle spielt nicht zuletzt das Alter der Kinder. Als eine hilfreiche Strategie haben sich Familienkonferenzen erwiesen (**» So gelingt der Familienrat**). Dabei können die Beteiligten miteinander zum Beispiel ein Riesens-Patchwork-Puzzle legen: Jede(r) notiert seine/ihre



So gelingt der Familienrat

- » Die Vorbereitung des Raums sorgt für eine gute Atmosphäre. Im Mittelpunkt steht ein Symbol für den Familienrat (Kerze, Blume, Schale, Stein, ...).
- » Die Familie einigt sich auf eine(n) GesprächsleiterIn. Sie/Er trägt die Anliegen und die Ergebnisse in ein Heft ein.
- » Am Anfang steht eine Komplimente-Runde. Reihum erklären die Familienmitglieder, was sie an jeder/jedem (!) anderen schätzen, worüber sie sich gefreut haben und an welches schöne Erlebnis miteinander sie sich erinnern.
- » Alle sammeln die Themen, Anliegen und Konflikte, über die der Familienrat sprechen soll ...
- » ... und einigen sich auf die Tagesordnung. Je nach Alter der Kinder kann der Familienrat zwischen 15 und 90 Minuten dauern.

Für den Austausch zu den Themen, Anliegen und Konflikten gelten einfache Gesprächsregeln:

- » Jede(r) kommt zu Wort und darf ausreden.
- » Wenn eine(r) redet, hören alle anderen zu.
- » Jede(r) darf Meinungen und Wünsche äußern, ohne dass die anderen gleich einen Kommentar dazu abgeben.
- » Das Ziel ist jeweils eine Konsenslösung oder ein Kompromiss, mit dem alle zufrieden sind.

Die Ergebnisse des Gesprächs werden aufgeschrieben. Dabei wird möglichst genau festgehalten:

- » Wer tut was, mit wem?
- » Wie lange gelten die Beschlüsse?
- » Was geschieht, wenn sich jemand nicht an die Abmachungen hält?

Zum Abschluss gibt es ein Spiel, einen lustigen Film, ein schönes Essen oder ein Eis ...

Wünsche auf Zettelchen (Zeit zum Kuscheln mit Papa, gemeinsamer Marktbummel mit Frühstück, Joggen mit Claudia, ...), die alle dann miteinander im verfügbaren Zeitrahmen unterzubringen versuchen. Das muss nicht gleich im ersten Anlauf gelingen, kann sich sogar über mehrere Tage hinziehen – aber allein die Möglichkeit, die eigenen Wünsche und Bedürfnisse nach klaren Regeln anzumelden und mit denen der anderen Familienmitglieder abzuwägen, gibt Halt im Hin und Her der neuen, unbekannteren Situation und schafft ein Stück Sicherheit.

Das schließt gelegentliche Gefühls-Explosionen nicht aus. Momente, in denen geschrien und geschimpft

wird, Gemeinheiten oder sogar Teller fliegen und niemand mehr die Kraft hat, sich an die Regeln des fairen Streitens zu halten. Gut deshalb, wenn die Streithähne sich rechtzeitig ähnlich wie Boxer eine Pause zwischen zwei

Runden verordnen, in ihre „Ecke“ gehen und sich von guten Freunden oder neutralen Dritten (zum Beispiel in einer Beratungsstelle) trösten und beraten lassen. Danach können sie wieder in den „Ring“ zurückkehren und im Rahmen der Regeln weiterkämpfen.

Das ist die große Aufgabe, die vor allem die Erwachsenen in dieser Phase bewältigen müssen: einen stabilen Rahmen schaffen, in dem eine produktive Auseinandersetzung stattfinden kann. Und dabei immer im Auge zu behalten, dass es Kämpfe geben muss. Allein das Wissen darum hilft, sie auszuhalten. Ohne einen sicheren Rahmen könnten sie allerdings „alte“ Trennungs-Ängste wieder wach rufen, vor allem bei Kindern. Dann drohen oftmals nicht nur Teller oder Tassen, sondern ganze Beziehungen kaputtzugehen.

Fügung und Etablierung

Mit der Zeit lassen die Kämpfe nach, und das Zusammenleben beruhigt sich. Die Abläufe und Rituale, die die Patchwork-Beteiligten miteinander entwickelt haben, sind klar, allerdings noch sehr zerbrechlich und leicht zu

irritieren; kleine Verstöße gegen vereinbarte Regeln, ob beabsichtigt oder unbeabsichtigt, können immer noch dazu führen, dass das gesamte System in Frage gestellt wird und ein scheinbarer Rückfall in die zweite Phase droht. Aber Kämpfe gehören immer dazu und sind keine Rückschritte.

Kommunikationsrituale bleiben deshalb in dieser Phase besonders wichtig. Immer noch muss viel überdacht, revidiert und korrigiert werden; in entspannten Zeiten können die Beteiligten aber auch schon weiter überlegen und Neues ausprobieren. Denn je klarer sich die Strukturen abzeichnen, desto deutlicher werden auch die Freiräume, die sie lassen, und erlauben es zu experimentieren. „Wenn du an jedem Wochenende einen Tag allein mit deinen Kindern verbringen willst, dann könnte ich ...“

Mit der Zeit werden so einige Rituale überflüssig und verschwinden wieder, andere bewähren sich und gehen in Fleisch und Blut über. Sie werden zu neuen Familien-selbstverständlichkeiten. Besonderheiten und Macken des Stiefvaters oder der Stieftochter werden als Anderssein wahrgenommen, aber sie stellen das Zusammenleben nicht mehr in Frage. Okay, die Stiefmutter besteht darauf, dass Smartphones am Esstisch nichts zu suchen haben und vor dem Essen in einem Körbchen in der Diele abgelegt werden; bei der Mama war das (und ist das an den Wochenenden) anders, aber Kinder haben keine Probleme damit, dass zu jeder Familie ganz spezifische Regeln gehören, und spielen das Spiel mit – sofern die Regeln klar und überschaubar sind. Sie können gewissermaßen binnen Minuten vom Volleyball- auf das Fußballfeld wechseln. Sie können solche Eigen- und Selbstverständlichkeiten stehen lassen – und bekommen dadurch sogar die Chance, sich später bewusst zu entscheiden: „Und ich mache es ganz anders als Mama in ihrer und Papa in seiner Familie!“



Katharina Grünewald

ist Dipl.-Psychologin, Autorin („Glückliche Stieffamilie“, Kreuz Verlag 2015) und hat ein Beratungskonzept für Patchwork-Familien entwickelt (www.patchwork-familien.com). Sie ist verheiratet und hat „zwei bis vier“ Kinder.

Mit dem neuen Partner verschieben sich die Positionen und Rollen in der Familie und müssen neu gefunden werden.