



Elternschaft und Familienzusammenstellung sind Schlüsselphasen im Leben eines Paares, die Quellen großer Freude, aber auch spezifischer Schwierigkeiten sein können. Die Ankunft eines Kindes stört das eheliche Gleichgewicht und erfordert eine bedeutende Beziehungsanpassung. Die Bildung einer Patchworkfamilie hingegen erfordert die Integration neuer Mitglieder und das Management mehrfacher Loyalitäten. Der Paartherapeut spielt eine wesentliche Rolle bei der Begleitung dieser heiklen Übergänge.

Die Auswirkungen der Geburt eines Kindes auf das Paar werden oft unterschätzt. Wie die Psychoanalytikerin Monique Bydlowski gezeigt hat, stellt dies ein echtes "psychisches Erdbeben" für die neuen Eltern dar. Die physische und emotionale Belastung ist hoch, zwischen Erschöpfung, Babygeschrei und tiefgreifenden Identitätsveränderungen. Jeder muss seinen Platz in einer bisher unbekannten Dreieckskonfiguration finden, indem er mit transgenerationellen Projektionen und Injunktionen umgeht.

Dieses Stadium aktiviert oft die kindlichen Problematiken eines jeden und die Konflikte mit den Ursprungsfamilien. Unterschiede in Bezug auf die Erziehungsstile, die Rhythmen des Kindes, die Aufgabenteilung usw. können im Paar auftreten. Die Kommunikation wird schwierig, wenn sich jeder unverstanden und vom anderen wenig unterstützt fühlt. Auch die Sexualität und Intimität des Paares sind betroffen, zwischen sinkender Libido, postpartalen Dyspareunien und mangelnder psychischer Verfügbarkeit.

Das Risiko besteht dann darin, dass die Partner allmählich auseinanderdriften, da jeder von seiner neuen Rolle als Elternteil in Anspruch genommen wird. Konflikte können über die Erziehung der Kinder entstehen und Wert- oder Persönlichkeitsunterschiede verstärken. Eine Trennung kann sich zwischen einer sehr mit dem Baby fusionierten Mutter und einem Vater durchsetzen, der sich von der Dyade ausgeschlossen fühlt. Im Gegenteil könnte eine

erschöpfte und überforderte Mutter ihrem Gatten mangelndes Engagement gegenüber dem Kind vorwerfen.

Angesichts dieser Schwierigkeiten hilft der Paartherapeut zunächst dabei, die Erfahrungen jedes Einzelnen zu verbalisieren und die Ambivalenz der Gefühle zu legitimieren. Er fördert die Äußerung von Bedürfnissen und die Suche nach konkreter Unterstützung, sei es in der Familie oder professionell. Er arbeitet mit dem Paar an empathischerer Kommunikation und konstruktiver Konfliktlösung, wie in Modul 3 gesehen.

Ein Hauptziel besteht darin, einen ehelichen Raum jenseits der Elternschaft zu bewahren. Der Therapeut kann Paarzeiten vorschreiben, gemeinsame Aktivitäten, die die Komplizenschaft und Intimität stärken. Er hilft dabei, die Grenzen zwischen dem ehelichen und dem elterlichen Teilsystem zu klären, damit das Paar nicht von den Kindern aufgezehrt wird. Es werden auch konkrete Übungen zur Aufgabenteilung und zur Verantwortung für die Erziehung vorgeschlagen.

Die Situation ist in Patchworkfamilien, die heute fast jede zehnte Familie ausmachen, noch komplizierter. Die Bildung einer neuen Familienzelle nach einer Trennung erfordert die Integration des/der neuen Partner(s) und manchmal auch seiner/seiner Kinder. Die Anpassungen sind heikel, zwischen dem ursprünglichen Paar, das den Verlust der Kernfamilie betrauern muss, und dem neuen Paar, das versucht, seinen Platz zu finden.

Die Kinder stehen im Mittelpunkt dieser Neuausrichtungen. Sie müssen mit neuen Elternfiguren zurechtkommen, während sie die Bindung zum externen Elternteil aufrechterhalten. Ihre Loyalität wird auf die Probe gestellt und kann sich in Oppositions- oder Ablehnungsverhalten gegenüber dem Stiefelternteil äußern. Geschwisterrivalitäten werden durch das Auftauchen von Halbbrüdern oder -schwestern verschärft, manchmal mit einem Gefühl der "Vorliebe" für die leiblichen Kinder.

Auf Paarebene muss das neue Paar seine Beziehung aufbauen, indem es mit dem Ex-Partner umgeht, der immer noch durch die Kinder präsent ist. Konflikte können über finanzielle Beiträge, Sorgerechte, Erziehung auftreten... Das Paar könnte Schwierigkeiten haben, einen intimen Raum zu finden, der von den Störungen der alten Beziehungen beeinträchtigt wird. Probleme mit Rivalität oder Eifersucht sind häufig, und jeder muss einen Teil der "Ausschließung" akzeptieren, der mit der Vergangenheit des anderen verbunden ist.

In diesem Zusammenhang hilft der Therapeut zuerst dem Paar, sein Projekt zu klären: Geht es darum, eine Familie zu bilden oder in einer Logik von getrennten "Haushalten" zu bleiben? Dies erfordert die Definition des Platzes und der Rolle jedes Einzelnen gegenüber den Kindern, unter Respektierung ihrer Bindungsbeziehungen. Eine Auseinandersetzung mit der Geschichte und der Trennungserfahrung ist oft notwendig, um Loyalitätskonflikte zu überwinden und neue Investitionen zu ermöglichen.

Der Praktiker unterstützt auch die Kommunikation innerhalb der Patchworkfamilie, indem er die Äußerung von Emotionen und Bedürfnissen jedes Einzelnen fördert. Werkzeuge wie die Familienkarte oder das eheliche Wappen, die in Modul 7 gesehen wurden, helfen dabei, die Territorien der einzelnen Mitglieder und die sie verbindenden Beziehungen darzustellen. Das Ziel ist es, nach und nach ein Gefühl der gemeinsamen Zugehörigkeit aufzubauen, während die Einzigartigkeit der Wege respektiert wird.

Ein Augenmerk gilt intrafamiliärer Gewalt, die in Patchworkfamilien manchmal häufiger vorkommt. Der Therapeut muss wachsam sein für Anzeichen von physischer oder psychischer Misshandlung der Kinder, insbesondere durch die Beurteilung der Qualität stiefelterlicher Beziehungen. Wie im Untermodul 5.3 gesehen, muss die Sicherheit der Opfer oberste Priorität haben und kann spezielle Schutzmaßnahmen erfordern.

Über die therapeutische Begleitung hinaus hat der Praktiker auch eine präventive Rolle und gibt elterliche Anleitung. Er kann Gesprächsgruppen für werdende Eltern oder für Patchworkfamilien leiten, wie im Modul 9 detailliert beschrieben. Ziel ist es, die Schwierigkeiten zu normalisieren, Erfahrungen zu teilen und die Beziehungskompetenzen jedes Einzelnen zu stärken. Es können Informationen über die Entwicklungsstadien des Kindes und die Bedürfnisse der Familien angeboten werden.

Abschließend sind Elternschaft und Familienzusammenstellung große Herausforderungen für das Paar, die tiefgreifende Umgestaltungen der Identität und der Beziehungen erfordern. Der Paartherapeut spielt eine Schlüsselrolle bei der Begleitung dieser Übergänge, indem er die Kommunikation unterstützt, die Rollen klärt und getrennte eheliche Räume bewahrt. Ein integrativer Ansatz, der systemische Werkzeuge und emotionale Regulierungstechniken kombiniert, ermöglicht es, der Komplexität dieser Situationen gerecht zu werden. Die Herausforderung besteht darin, jedem zu ermöglichen, seinen gerechten Platz zu finden, um ein harmonisches und erfüllendes Familienleben zu gestalten.

Zu merkende Punkte:

- Die Geburt eines Kindes ist ein "psychisches Erdbeben" für das Paar, das eine bedeutende Beziehungsanpassung erfordert. Sie reaktiviert die kindlichen Probleme jedes Einzelnen und kann Diskrepanzen im Paar erzeugen (Erziehungsstile, Aufgabenteilung, Verlust der Intimität).
- Der Therapeut hilft dabei, die Erlebnisse zu verbalisieren, fördert die Äußerung der Bedürfnisse und arbeitet an einer empathischeren Kommunikation. Es ist wichtig, einen ehelichen Raum jenseits der Elternschaft zu bewahren.
- Patchworkfamilien erfordern die Integration neuer Mitglieder und das Management von mehrfachen Loyalitäten. Die Kinder müssen mit neuen Elternfiguren zurechtkommen und gleichzeitig die Bindung zum außenstehenden Elternteil aufrechterhalten.

- Das neue Paar muss seine Beziehung aufbauen, während es mit dem Ex-Partner umgeht. Der Therapeut klärt das familiäre Projekt, definiert die Position jedes Einzelnen und unterstützt die Kommunikation, um ein gemeinsames Zugehörigkeitsgefühl aufzubauen.
- Der Praktiker ist wachsam gegenüber intrafamiliärer Gewalt und hat eine präventive und elterliche Beratungsfunktion (Gesprächskreise, Informationen über die Entwicklung des Kindes).
- Ein integrativer therapeutischer Ansatz ermöglicht die Begleitung dieser komplexen familiären Übergänge, indem er jeden dabei unterstützt, seinen gerechten Platz in einem harmonischen Gleichgewicht zu finden.