



## *Kinder aus der Klemme*

# Arbeiten mit der Kindergruppe

**Ein Programm für Familien  
in hochkonflikthaften Trennungen  
zur Befähigung kindbezogenen Handelns**

*nach einer Idee von Justine van Lawick & Margreet Visser vom Lorentzhuis  
und dem KJTC (Traumazentrum für Kinder und Jugendliche) in Haarlem, Niederlande*

Der Text ist der dritten völlig überarbeiteten Auflage des niederländischen Buches zum Programm Kinder aus der Klemme entnommen:

*Van Lamick, J. & Visser, M. (2014/2019): Kinderen uit de Knel. Een interventie voor ouders, kinderen en hun netwerk verwickeld in een conflictscheiding. B.V. Uitgeverij SWP Amsterdam. 3. Aufl.*

Übersetzung aus dem Niederländischen: Christine Heinicke und Markus Föhl

In Deutsch wurde das Buch 2017 vom Carl Auer Verlag verlegt:

*Van Lamick, J. & Visser, M. (2017): Kinder aus der Klemme. Interventionen für Familien in hochkonflikthaften Trennungen. Carl Auer Verlag, 195 Seiten, ISBN 978-3-8497-0170-3*



# Arbeiten mit der Kindergruppe im Programm Kinder aus der Klemme

## INHALT

<b>I. ZIEL DER KINDERGRUPPE.....</b>	<b>4</b>
<b>II. DER AUFBAU DER SITZUNGEN.....</b>	<b>5</b>
<b>III. SCHWERPUNKTE IN DER KINDERGRUPPE .....</b>	<b>7</b>
Struktur und Vereinbarungen .....	7
Haltung.....	9
Altersunterschiede .....	10
Geschwister.....	11
Soziale Medien.....	12
Zukunftswünsche.....	12
Allgemeiner Verlauf einer Sitzung .....	13
Ziel, Hintergrund und Beispiele für die Präsentationen .....	15
<b>IV. DIE SITZUNGEN .....</b>	<b>18</b>
Sitzung 1 Kennenlernen und das Zwei-Häuser Modell.....	18
Sitzung 2 Ein Haus mit beiden Eltern – Wie hat es angefangen?.....	23
Sitzung 3 Konflikte zwischen Eltern, Loyalität und Entscheidungen.....	25
Sitzung 4 Spannungen zwischen Eltern und die Reaktionen der Kinder .....	29
Sitzung 5 Präsentationen fertigstellen.....	32
Sitzung 6 Präsentationen der Kinder für die Eltern.....	32
Sitzung 7 Präsentationen der Eltern für die Kinder.....	33
Sitzung 8 Zukunft und Evaluation.....	34
<b>V. Literaturangaben .....</b>	<b>35</b>
<b>VI. Anhang.....</b>	<b>36</b>
Es ist nicht Dein Job! Brief von Kindern an Kinder getrennter Eltern.....	36
Brief von Kindern getrennter Eltern an ihr soziales Netzwerk .....	37

## I. ZIEL DER KINDERGRUPPE

Der Schwerpunkt im Programm *Kinder aus der Klemme* liegt auf dem therapeutischen Prozess der Elterngruppe. Ziel der Kindergruppe ist es, dass die Kinder ihre Lebenssituation in einer schwierigen Trennungssituation besser verstehen, sich dazu äußern und ausdrücken können, so dass sie ihre eigenen Reaktionen besser verstehen. Die Kinder haben uns im Zuge der Forschung gezeigt (*Schoemaker u.a., 2017*), dass es ihnen gut geht, wenn sie jeweils bei einem Elternteil sind, aber dass sie in der Zeit zwischen den Kontakten, in dem Zwischenraum leiden.

Sowohl ihre positiven und als auch die schmerzhaften Erfahrungen werden in der Gruppe aufgegriffen und dort thematisiert. Die Kinder helfen sich gegenseitig und fördern damit ihre eigene Resilienz. Wenn die Kinder ihre Situation anders sehen und erleben können, sind sie oft auch besser in der Lage, ihren Eltern oder anderen wichtigen Bezugspersonen deutlich zu machen, was sie denken, fühlen und worüber sie sich Sorgen machen.

Wenn die Eltern mit dem Streiten aufhören, gelingt es ihnen auch wieder besser, ihre Kinder wahrzunehmen, ihre Bedürfnisse zu sehen und ihre Anliegen überhaupt zu hören, was wiederum die Beziehung zwischen Kindern und Eltern stärkt.

Wir entwickeln mit den Kindern, also mit denen, die es wollen, anhand der Zwischenraumthemen gemeinsam eine Geschichte über ihr Leben, in der auch die Trennung der Eltern einen Platz bekommen kann. Wir sprechen darüber, was gut gegangen ist, was schwierig war und wie für sie jetzt das Leben in zwei Familien ist.

Wenn die Eltern zur Ruhe kommen, die Häufigkeit der Konflikte abnimmt und sie sich auch weniger destruktiv verhalten, ändern sich auch die Rahmenbedingungen für die Kinder. Sie können dann ihre Situation besser verarbeiten und eine Therapie wird möglich. Wenn die Kinder traumatisiert sind, kann sich auch eine Traumatherapie anschließen.

Wenn Kinder eine zusammenhängende und kohärente Lebensgeschichte entwickeln können, können sie verstehen, dass ihr Verhalten, ihre Gefühle und Gedanken mit dem Verhalten und den Reaktionen der Eltern zusammenhängen und auch mit der Situation, in der sie leben (*Cohen, Mannarino & Murray, 2011*). Sie werden sich wieder sicherer fühlen (*Oppenheim, 2006*). Sie lernen, dass sie nicht für die Konflikte verantwortlich sind und dass es nicht ihre Aufgabe ist, dafür zu sorgen, dass alles problem- und reibungslos abläuft. Sie können sich mehr auf ihr eigenes Leben und ihre eigenen Aktivitäten konzentrieren. Es wird für sie immer deutlicher, dass sie nicht Partei ergreifen müssen und dass beide Elternteile in guter Absicht handeln. Sie erkennen, dass es mit beiden schön sein kann, dass sie ein gutes Leben bei beiden führen können, und auch dass ihnen bei beiden Eltern nicht alle Dinge gefallen müssen.

Wenn wir den Kindern genügend Zeit und Raum geben, können wir sie auch nach den wirklich belastenden Erinnerungen und nach den immer wiederkehrenden Gedanken und Gefühlen in Bezug auf die elterlichen Konflikte fragen. Insbesondere auch dann, wenn andere Menschen daran beteiligt waren, wie die neuen Partner oder die Großeltern. So kann schon ein erster Schritt zur Verarbeitung traumatischer Erfahrungen gemacht werden. Allerdings ist dies nicht immer möglich, denn manchmal streiten sich die Eltern auch während der Gruppenphase weiter. Deshalb ist es in der Kindergruppe wichtig, genügend Raum und Zeit in der Gruppe vor-

zuhalten, um die unterschiedlichen Lebenssituationen der Kinder berücksichtigen zu können. Manche Kinder möchten gern viel erzählen und ausführlicher auf die Situation zu Hause und ihre Lebensgeschichte eingehen, während andere Kinder das gerade nicht wollen. Vor allem, wenn die Situation zu Hause für sie immer noch stark angespannt ist, finden es die Kinder oft schwer, darüber zu sprechen.

## II. DER AUFBAU DER SITZUNGEN

Der Aufbau einer Sitzung der Kindergruppe ist wie folgt:

- Warming-Up
- Thematische Einheit
- Pause
- Arbeit an den Präsentationen<sup>1</sup>
- Spiel

### Themen in den Sitzungen 1 bis 4

Die Kindergruppe ist so aufgebaut, dass die Themen der Sitzung mit Hilfe von kreativen Methoden, Bewegungsübungen und Spielen bearbeitet und anschließend in der Gruppe besprochen werden.

In den ersten vier Sitzungen werden die folgenden Themen behandelt:

- Sich Kennenlernen und das Zwei Häuser - Modell
- Ein einziges Haus mit beiden Eltern: Wie hat es angefangen?
- Streit zwischen den Eltern: Loyalität und Entscheidungsmöglichkeiten
- Streit zwischen den Eltern und die Reaktionen der Kinder

Diese Themen sind für alle Kinder relevant. Wir arbeiten so viel wie möglich mit der ganzen Gruppe, um vom Gruppenprozess, den unterschiedlichen Alters- und Entwicklungsstufen und der Vielfalt der jeweiligen Geschichten und Erfahrungen profitieren zu können. Wir unterstützen den thematischen Prozess mit Hilfe von verschiedenen Methoden, Gesprächen, psychomotorischen und/oder kreativen Übungen.

Ziel ist es nicht so sehr, dass alle Programmpunkte abgearbeitet werden, sondern dass es genügend Möglichkeiten gibt, um dem innerpsychischen Verarbeitungsprozess der Kinder eine Form zu geben. Es wird bei den Methoden immer darauf geachtet, was zu welcher Gruppe, zu welchem Alter und zu welchem Kind passt. Die Kindertherapeut\*innen wägen diese Aspekte jedes Mal gemeinsam mit dem gesamten Team ab.

Danach kann in kleinen Gruppen weitergearbeitet werden, sodass Wertschätzung, Anerkennung und neue Formen der Zusammenarbeit entstehen können. Die kleineren Gruppen kön-

---

<sup>1</sup> Auf das Wort *Präsentation* wird unter der Überschrift *Ziel, Hintergrund und Beispiele für die Präsentationen* ausführlich eingegangen.

nen sich nach Alter oder Entwicklungsstand zusammensetzen oder sich aus Ideen zur Zusammenarbeit für die Präsentationen ergeben, die für die Eltern gemacht werden.

Das Programm der Kindergruppe folgt demnach keinem starren Manual oder einem Rezept, dem man immer akribisch Folge leisten muss. In jeder Sitzung entstehen neue Ideen, die dabei helfen können, sich inhaltlich mit den relevanten Themen in der Gruppe auseinanderzusetzen. So können die Kinder dabei unterstützt werden, ihre Erfahrungen miteinander auszutauschen und das einander mitzuteilen, was sie teilen wollen. Sie können lernen, sich mehr darüber bewusst zu werden, wie sie ihre häusliche Situation erleben, was sie denken und was sie fühlen.

Außerdem werden in der Gruppe Ideen gesammelt, um die Resilienz der Kinder zu stärken.

## **Die Trennungsgeschichte**

Eine Beschreibung des Zwischenraums.

Wie ist die gemeinsame Geschichte der Familie? Wie hat sie begonnen? Wie sind die Eltern damals zusammengekommen? Was hat ihnen aneinander gefallen? Waren sie verliebt? Wollten sie Kinder?

Wie lange haben die Eltern zusammengelebt, wann haben sie sich getrennt? Haben sie jemals zusammengewohnt?

Warum haben sich die Eltern getrennt? Welche Arten von Konflikten gab es zwischen den Eltern? Gab es Streit? Wurden sie jemals geschlagen? Passierte das früher einmal? Haben die Eltern viele Konflikte und Auseinandersetzungen miteinander oder schweigen sie sich eher an? Läuft die Kommunikation viel über das Kind?

Was sind die schönsten und was sind die schlimmsten Erinnerungen des Kindes an die Familie, an die Eltern? Denkt das Kind immer noch daran? Sieht es manchmal noch die Bilder davon vor sich, oder träumt es von ihnen? Wie kann das Kind sich davon lösen?

Welche Tipps kann es anderen Kindern geben und welche Tipps kann es von anderen Kindern bekommen? Zu wem kann das Kind mit seiner Geschichte und seinen Sorgen gehen?

Wie sieht das Leben in zwei Haushalten (mit zwei Plätzen, an denen man sich zu Hause fühlt) jetzt aus und wie ist die Familie überhaupt gegründet worden?

Was denkt, fühlt und tut das Kind, wenn es Konflikte zwischen den Eltern gibt, und was wünscht sich das Kind für die Zukunft?

Durch die Reihenfolge der familiären Themen in der Gruppe entsteht im Laufe des Prozesses für jedes Kind, das dazu bereit ist, eine eigene Familiengeschichte. Der Gruppenprozess sollte aber so gestaltet sein, dass er den Kindern genügend Freiraum bietet, so dass sie nichts erzählen müssen, wenn sie nicht wollen.

Einige ziehen es z.B. vor zu spielen. Und manchmal, während des Spiels, kann ein Kind dann ganz beiläufig anfangen, über all seine Erlebnisse zu sprechen. Es ist hilfreich, wenn der Grup-

penraum für die Kinder so groß ist, dass die Kinder, die an ihrer Geschichte arbeiten, und die Kinder, die etwas anderes tun möchten, im selben Raum arbeiten können. So können beispielsweise die Kinder, die an ihrer Geschichte arbeiten, an einem Tisch sitzen und die anderen Kinder können etwas spielen oder in einer anderen Ecke des Raums etwas lesen oder sich einen Film ansehen.

Es ist wichtig, dass die Kinder sich nicht gegenseitig stören. Das ist etwas, was wir in unserem Ablauf berücksichtigen und worüber wir auch gemeinsame Verabredungen treffen.

### **Sitzung 5 und folgende**

Die 5. Sitzung widmet sich ausschließlich den abschließenden Vorbereitungen für die Präsentationen. In den Sitzungen 6 und 7 finden jeweils vor der Pause die Präsentationen der Kinder und die der Eltern statt. Nach der Pause liegt das Hauptaugenmerk der Arbeit mit den Kindern auf der Stärkung ihrer Resilienz.

In Sitzung 8 geben sich die Kinder gegenseitig Tipps, sie können ihre eigene neu erzählte Trennungs- und Familiengeschichte beenden und nehmen Abschied voneinander und von der Gruppe.

### **Nach der Pause**

Im zweiten Teil der Sitzung nach der Pause wird dann jeweils an den Präsentationen für die Eltern gearbeitet. Fast jede Sitzung beenden wir mit einem Bewegungsspiel, das den Kindern einfach Spaß machen soll.

## **III. SCHWERPUNKTE IN DER KINDERGRUPPE**

### **Struktur und Vereinbarungen**

Die Therapeut\*innen steuern die inhaltliche Arbeit in der Gruppe nur indirekt. Sie folgen zwar einem festen, thematischen Programm für die Kindergruppe, aber es gibt immer auch genügend Raum, um davon abzuweichen, wenn es für ein oder mehrere Kinder besser/sinnvoller ist. Auch gibt es in der Gruppe besondere Regeln. Schließlich handelt es sich oft um Kinder, die bereits seit langem in einer konfliktbelasteten Situation leben und darauf mit vielen starken Emotionen reagieren. Manchmal reagieren sie auch mit unruhigem, aggressivem oder aber auch mit zurückgezogenem Verhalten. Die Kinder brauchen Grenzen und Struktur.

Es sind aber teilweise andere Regeln als die Regeln in der Schule und es ist wichtig für die Kinder, diese Unterschiede zu kennen. In der Schule kann man Fehler machen. In der Therapie hingegen kann man nichts falsch machen. Da gibt es keine richtigen oder falschen Antworten. Die Therapeut\*innen sorgen dafür, dass die Kinder sich in der Therapie nicht gegenseitig stören. Dafür gibt es Regeln, an die sich jeder halten muss. Die Kinder müssen in der Therapie aufeinander Rücksicht nehmen, sollen einander aussprechen lassen, einander nicht auslachen und niemanden verletzen. Die Kinder dürfen alles erzählen, aber sie dürfen auch zögern und schweigen (Rober, 2012).

Wir lassen den Kindern viel Raum, um sich auszudrücken. Wir geben dem eigenen Ausdruck der Kinder in der Arbeit viel Raum. Sie zeigen oft, was mit ihnen passiert, wenn ihre Eltern miteinander streiten. Sie fühlen sich besser, wenn sie sich auf kreative Weise ausdrücken können. Sie können wieder Luft holen und aufatmen. Die Kinder helfen sich gegenseitig, ihre eigenen Stimmen wieder zu hören. Sie erzählen sich gegenseitig, was sie stört, worüber sie sich Sorgen machen, aber auch das, was gut läuft und was sie genießen.

Wir haben die Erfahrung gemacht, dass die Kinder gut in der Lage sind, dem Tempo der Eltern zu folgen. Wenn die Eltern hart daran arbeiten, sich weniger zu streiten und besser zusammenzuarbeiten, können wir sehen, dass sich die Entwicklung bei den Kindern widerspiegelt. Die Kinder werden ruhiger, können besser ausdrücken, was sie fühlen und was sie wollen. Wenn Eltern wieder in einen eskalierenden Konflikt zurückfallen, fallen auch ihre Kinder wieder in ihrer Entwicklung zurück. Sie trauen sich nicht mehr, sich mitzuteilen, oder entscheiden sich doch wieder nur für einen Elternteil. Oft werden sie dann auch wieder unruhiger und reagieren emotionaler.

Wenn die Kinder sehr unruhig sind oder angeben, dass sie nicht mehr in die Gruppe kommen wollen, sprechen wir sowohl mit den Kindern selbst als auch mit ihren Eltern. Die Kindertherapeut\*innen können dann zusammen mit den Elterntherapeut\*innen darüber nachdenken, was sie anders machen können, damit die Kinder wieder gerne und motiviert in die Kindergruppe kommen, oder es wird mit den Eltern konkret besprochen, was die Kinder brauchen und was die Eltern für ihre Kinder tun können. Die Kindergruppe hat dann eine therapeutische Wirkung auf die Kinder, wenn die Eltern gemeinsam Erfolge erzielen und sich der Kontext für die Kinder entspannt. In der Kindergruppe fühlen sich die Kinder gesehen, wahrgenommen und erkennen bei den anderen, dass sie mit den gleichen Schwierigkeiten konfrontiert sind.

Manche Kinder möchten nicht reden und über nichts nachdenken. Sie sagen dann oft, dass sie kein Problem haben. Bei älteren Kindern kann dies eine angemessene Reaktion sein. Sie haben sich von den Konflikten der Eltern gelöst, fühlen sich nicht mehr verantwortlich und wollen ihr eigenes Leben mit Freunden und anderen Dingen, die ihnen selbst wichtig sind, weiterführen. Anders sieht es bei jüngeren Kindern aus, die sich abschotten, um sich selbst zu schützen. Sie tun dies in der Regel aus Angst, dass alles, was sie sagen und ausdrücken, zu einem Teil des elterlichen Konflikts werden könnte. Gerade hier können andere Kinder ihnen dabei helfen, ihre eigene Stimme wiederzufinden.

Manchmal denken Kinder, dass sich ihre Eltern so viel streiten, weil sie als Kind lästig und schwierig sind. Schließlich sagen die Eltern ja oft, dass der größte Teil des Streits „im Interesse der Kinder“ geführt wird. Das empfinden und erleben die Kinder aber nicht so und sie können sich deswegen schuldig fühlen. Indem man jüngeren und älteren Kindern die Möglichkeit gibt, an derselben Gruppe teilzunehmen, können sich Kinder unterschiedlichen Alters und unterschiedlicher Entwicklungsphasen gegenseitig unterstützen.

Häufig findet ein paralleler Prozess in den Gruppen statt. Zum Beispiel geht es in der Kindergruppe gerade vielen Kindern um ihre Angst vor elterlicher Wut und parallel dazu sind in der Elterngruppe die Wutausbrüche der Eltern Thema und wie sehr sie ihre eigenen Ausbrüche sowie auch die des anderen fürchten.

Oder es herrscht eine sehr entspannte und ruhige Atmosphäre in der Kindergruppe, während die Eltern gerade sehr intensiv und konstruktiv miteinander arbeiten. Wenn in der Kindergruppe ein hohes Angstniveau herrscht, scheint dies fast immer ein Zeichen dafür zu sein, dass auch der Prozess in der Elterngruppe von Ängsten erfüllt ist. Die Kinder scheinen sogar aus der Ferne zu spüren, wenn es Spannungen in der Elterngruppe gibt.

Eine kurze Mitteilung aus der Kindergruppe, um diesen Prozess anschließend mit den Eltern in ihrer Gruppe zu besprechen, kann wieder für eine Reduktion der Angst in beiden Gruppen sorgen. Parallele Prozesse zeigen sich oft in der Besprechung zwischen den Kinder- und Elterntherapeut\*innen.

## Haltung

Die Haltung der Kindertherapeut\*innen ist geprägt von einer freundlichen, mitfühlenden, achtsamen und optimistischen Einstellung. Genau wie die Elterntherapeut\*innen müssen sie sehr einfühlsam und verständnisvoll für die verschiedenen Sichtweisen sein. Dadurch gelingt es, dass sich die Kinder über beide Eltern frei äußern können, ohne das Gefühl zu haben, bewertet oder verurteilt zu werden. Die Kinder entscheiden, was sie in der Gruppe sagen wollen und was nicht. Die Therapeut\*innen folgen also dem Prozess der Kinder.

Eine optimistische, hoffnungsvolle Haltung ist notwendig, weil viele Kinder inzwischen das Vertrauen in eine bessere Zukunft verloren haben. Dann ist es schwierig, Veränderungen wahrzunehmen und zu erfahren, dass Anspannungen und Unruhe abnehmen können. Das Vertrauen der Therapeut\*innen in den Gruppenprozess und die Arbeit der Eltern in der Elterngruppe können in dem Kind wieder Hoffnung auf eine bessere Zukunft entstehen lassen. Es bleibt jedoch wichtig, mit den Kindern darüber zu sprechen, dass Eltern es auch manchmal nicht schaffen, mit dem Streiten aufzuhören. Die Therapeut\*innen machen ihnen dabei im Gespräch aber ganz deutlich: *Kinder sind nie daran schuld*. Auch die Eltern können ihren Kindern sehr deutlich mitteilen, dass sie nicht für die elterlichen Probleme verantwortlich sind. Dies kann ein Thema in der Elterngruppe sein.

Manchmal sieht ein Kind einen Elternteil sehr negativ und möchte diesen Elternteil nur wenig oder gar nicht sehen. Wenn dann Bewegung in den Prozess der Elterngruppe kommt und die Eltern damit beginnen einander weniger zu dämonisieren, wird es für die Kinder immer weniger notwendig, sich zwischen ihnen entscheiden zu müssen. Dadurch entsteht mehr Spielraum für kleine Veränderungen und es ist den Kindern dann manchmal möglich, sich positiver über den Elternteil zu äußern, den sie anfangs abgelehnt haben. Es kann aber sein, dass das Kind weiterhin den Kontakt zu einem Elternteil ablehnt. Auch dann ist es wichtig, dass das Kind in der Kindergruppe nicht das Gefühl hat, von den Therapeut\*innen verurteilt zu werden.

Die Zusammenarbeit der Kindertherapeut\*innen untereinander und auch zwischen den Kinder- und Elterntherapeut\*innen ist sehr wichtig. Während der Sitzungen in der Kindergruppe unterstützen sich die Therapeut\*innen gegenseitig und sind stets miteinander in Kontakt. Sie stimmen sich auch während der Sitzungen miteinander ab. Auf diese Weise zeigen sie als eine Art „Elternmodell“, wie "Elternschaft" funktionieren kann und wie man sich gegenseitig unterstützt. Auch wenn sie manchmal unterschiedlicher Meinung sind.

## Altersunterschiede

Weil alle Kinder der sechs Familien in einer Gruppe zusammengefasst werden, unterscheiden sie sich oft stark im Alter. Das hat Vor- und Nachteile. Ein Vorteil ist, dass die älteren Kinder den jüngeren ein Vorbild sein können. Die jüngeren Kinder sorgen mit ihrer Verspieltheit in der Gruppe oft für eine Ablenkung. Ältere Kinder profitieren oft von den Erklärungen, die die Therapeut\*innen den jüngeren Kindern geben. Jüngere Kinder wiederum können sich häufig am Verhalten der Älteren orientieren. Außerdem haben wir festgestellt, dass es gut funktioniert, wenn ältere Kinder eine besondere Aufgabe innerhalb der Gruppe übernehmen. Dies kann sich positiv auf ihr Selbstbild auswirken. Sie helfen den jüngeren Kindern, erklären Dinge und verstehen sich dadurch auch selbst besser.

Ist ein Kind das einzige, das in Bezug auf Alter oder Entwicklungsstand stark abweicht, wird es sich in der Gruppe nicht wohl fühlen. Es findet die Gruppe zu kindisch, wenn es viel älter ist oder fühlt sich eingeschüchtert und kann der Gruppe nicht folgen, wenn es viel jünger ist. Manchmal entscheiden wir uns in Absprache mit den Eltern und dem Kind für ein individuelles Programm mit dem Kind zusätzlich zur Elterngruppe. Wir tun dies, wenn es mindestens noch ein Geschwisterkind in der Kindergruppe gibt. Das Kind, das parallel eine individuelle Begleitung bekommt, nimmt aber an den Sitzungen mit den Präsentationen teil.

Für Kleinkinder ist eine zweistündige Sitzung oft zu lang, um die Aufmerksamkeit zu halten. Und die Gespräche sind ihnen manchmal zu schwierig. Vor der Pause kann ihnen in einer ruhigen Ecke auch ein Film gezeigt werden und nach der Pause können sie dann an den Präsentationen mitarbeiten. Die Kleinkinder können sich den Film auch im selben Raum ansehen, in dem der Rest der Gruppe thematisch arbeitet. Die Kinder brauchen dann nicht zuzuhören, haben aber durchaus die Möglichkeit, manchmal dann doch zuzuhören. Mit den Eltern muss aber immer kurz besprochen werden, warum ein Film gezeigt wird und welche Art von Film am besten für die Kinder geeignet ist.

Die Therapeut\*innen folgen immer der Dynamik in der Gruppe. Es ist hilfreich, nach Gefühlen von Widerstand und Unsicherheit zu fragen. Dies senkt die Anspannung in der Gruppe und die Kinder fühlen, dass sie gesehen, gehört und ernstgenommen werden.

Die Therapeut\*innen bitten auch regelmäßig die Gruppe um ihre Hilfe:

„Wir haben das Gefühl, dass manche Kinder sich in der Gruppe nicht wohl fühlen oder sich nicht trauen alles zu erzählen, was sie erzählen möchten. Was können wir tun, um es für euch so leicht wie möglich zu machen?“

Eine weitere Möglichkeit ist, dass die beiden Therapeut\*innen offen darüber sprechen:

„Wir sollten alle noch ein wenig mehr über dieses Thema sprechen, aber ich merke, dass dies für einige Kinder vielleicht schwierig ist. Hast du das gleiche Gefühl? Was können wir da jetzt am besten machen? Wir könnten weiter in kleineren Gruppen diskutieren, oder zuerst die Kinder fragen, was sie sich wünschen würden, oder hast du noch andere Ideen?“

Wir arbeiten oft in kleinen Gruppen, dem Entwicklungsstand der Kinder entsprechend. Ein Beispiel dafür ist eine Gruppe von Jugendlichen, die über das Leben und die Liebe sprechen wollen. Mal arbeiten sie an der Präsentation und dann reden sie einfach miteinander über sich und über das, was sie tun.

Oder es gibt eine Gruppe von kleinen Kindern, die gerne möchten, dass ihnen vorgelesen wird, oder die auch regelmäßig einfach ein Spiel spielen müssen, um sich wieder konzentrieren zu können. Die Therapeut\*innen müssen auf die Signale der Kinder achten, um zu bemerken, wann es Zeit für eine andere Aktivität ist. Daher bitten sie auch regelmäßig um Feedback und fragen zum Beispiel:

“Können wir noch weitermachen? Es sieht aus, als ob du jetzt erst einmal genug hast oder müde wirst, stimmt das?”

Oder die beiden Therapeut\*innen fragen sich laut vor der Gruppe:

“Ich glaube, sie werden müde. Was denkst du?”

Die Kolleg\*in kann dann antworten:

“Ja, das glaube ich auch. Wir können noch ein Spiel machen, aber wir haben nur noch die nächste Sitzung und dann müssen wir mit den Präsentationen fertig sein.”

Und danach können sie die Kinder fragen:

“Was meint ihr, was ist die beste Lösung?”

Bei unterschiedlichen Bedürfnissen kann es eine gute Idee sein, die Gruppe zu trennen.

„Okay, ich verstehe, dass ihr jetzt lieber ein bisschen Musik hören und miteinander reden möchtet und dass die jüngeren Kinder gerne ein Spiel spielen würden. Sollen wir dann die Gruppe teilen? Dann gehe ich mit euch mit und wir reden, und der Rest kann für ein Spiel hier im Raum bleiben.“

## Geschwister

Geschwister unterstützen sich oft. Sie kommen in eine Gruppe, in der sie sich zumindest schon einmal kennen. Mit vielen Geschwistern in einer Gruppe kann sich ein Einzelkind leicht ausgeschlossen fühlen. Manchmal sorgt die Sicherheit, die ein Geschwisterteil in der Gruppe gibt dafür, dass sich ein Kind nicht so leicht auf die Gruppe einlässt. Manchmal sorgt sie aber auch besonders dafür, mit anderen Kindern in Kontakt zu kommen. Sie können es auch sehr genießen, sich in der Gruppe zu sehen und nicht nur beim vereinbarten Umgang. Manchmal sehen sie sich sogar nach langer Zeit zum ersten Mal, ohne dass ihre Eltern dabei sind. Es kann ihre geschwisterliche Beziehung stärken und ihre Motivation, an der Gruppe teilzunehmen, steigern.

Geschwister pflegen manchmal einen Umgang miteinander, der für die Gruppe störend sein kann. Zum Beispiel, indem sie sich gegenseitig ärgern oder miteinander balgen. Oder es handelt sich um Geschwister, die ohnehin viele Konflikte miteinander haben. Zu Hause geht das manchmal und manchmal geht es auch nicht. In der Gruppe verursacht es aber eine Unruhe,

die nicht gerade angenehm ist, oder es steigert eine bereits vorhandene Unruhe. Dies kann in der Gruppe zu mehr Verunsicherung führen. Das bedeutet also, dass abgeschätzt werden muss, ob die Geschwister zusammen in eine Untergruppe gehen können oder besser nicht. Die Jugendlichen der *Villa Pinedo*<sup>2</sup> haben uns dringend empfohlen, die Kinder auf die Unterstützung hinzuweisen, die sie sich in ihrer Familie gegenseitig geben können. Wir haben damit bereits gute Erfahrungen gemacht.

Wenn Geschwister viele Konflikte haben, kann dies auch in direktem Zusammenhang mit dem Streit der Eltern stehen, z.B. wenn die Kinder sich jeweils für einen Elternteil entschieden mussten. Sie können beispielsweise die Sorge haben, dass alles, was sie erzählen, dem Elternteil mitgeteilt wird, den sie nicht mehr sehen. Es ist hilfreich, dies bereits beim Aufnahmegespräch zu beachten und die Kinder entsprechend danach zu fragen, wie sie die Teilnahme ihres Geschwisterteils an der Gruppe finden und was sie darüber denken. Weil das Aufnahmegespräch mit den Geschwistern zusammen stattfindet, kann sich daraus auch ein gemeinsames Gespräch entwickeln.

In der Gruppe wird immer besprochen, wie es ist, sich zwischen den Eltern entscheiden zu müssen, wie oft das Kind beide Elternteile sieht und wie der Kontakt zwischen den Geschwistern ist.

## Soziale Medien

Neue Medien sind aus dem Leben der Kinder nicht mehr wegzudenken. Sie präsentieren sich gerne gegenseitig ihr Handy, spielen sich gegenseitig Musik vor oder zeigen sich gegenseitig Filme. Sie stellen sich gegenseitig Freundschaftsanfragen auf Facebook, Snapchat, Whatsapp usw. Es ist eine Art der Kontaktaufnahme und ein Weg, um sich auszutauschen.

Sie haben über diesen Weg häufig auch zwischen den Sitzungen miteinander Kontakt. Das kann schön und unterstützend aber auch belastend sein. Manche Kinder finden es schwierig eine Freundschaftsanfrage abzulehnen oder manche Kinder fühlen sich abgelehnt, wenn ihre Anfrage abgewiesen wird. Diese Themen besprechen wir ebenfalls in der Gruppe. Es ist wichtig, den Kindern deutlich zu machen, dass es jedem frei steht, seine Adresse oder Telefonnummer preiszugeben, eine Freundschaftsanfrage abzulehnen und dass jeder einen anderen Grund dafür haben kann.

Während der Gruppe dürfen Kinder manchmal ihr Handy benutzen, wenn sie sich für eine Weile zurückziehen wollen. Für jedes Kind und für jede Situation schätzen wir ein, ob dies angemessen ist oder nicht.

## Zukunftswünsche

Viele Kinder haben Wünsche und Ideen über die gemeinsame Zukunft mit ihren Eltern. Es ist wichtig in der Gruppe, über den Unterschied zwischen den Wünschen und der Realität zu spre-

---

<sup>2</sup> Villa Pinedo ist eine Organisation in den Niederlanden für und mit Kindern getrennter Eltern. <https://www.villapinedo.nl/>

chen und zu reflektieren. Einige Kinder wünschen sich, dass ihre Eltern wieder zusammenkommen oder wieder Freunde werden.

Zum Beispiel sagen manche Kinder:

„Ich möchte, dass meine Eltern wieder zusammenkommen, aber ich möchte es andererseits auch lieber nicht, denn dann wird es wieder Streit geben. Und ich glaube auch nicht, dass es passieren kann, denn mein Vater hat eine neue Freundin und sie haben bereits ein neues Baby.“

Wünsche gehen selten in Erfüllung aber für die Entwicklung von Kindern ist es essentiell wichtig, die eigenen Wünsche und Bedürfnisse zu kennen.

Deswegen handelt es sich um ein sehr wichtiges Thema in der Gruppe, das z.B. auf folgende Weise angesprochen werden kann:

“Wenn eure Eltern sich trennen, wird euer Leben für eine Weile ziemlich auf den Kopf gestellt. Viele Dinge verändern sich und ihr habt als Kinder nur wenige Möglichkeiten, Einfluss zu nehmen oder etwas dazu zu sagen, was alles passiert. Wir sind neugierig darauf, was ihr euch wünschen würdet, wenn ihr bestimmen könntet, wie die Zukunft aussehen soll. Natürlich können wir nicht dafür sorgen, dass alles so passiert, wie ihr es euch wünscht, aber wir finden es wichtig, eure Ideen zu kennen und darüber etwas zu hören. Ihr dürft euch aussuchen, wie ihr das tun wollt. Ihr könnt zeichnen, malen, eine Geschichte schreiben, ein Gedicht machen, einfach davon erzählen oder euch etwas ganz anderes ausdenken.“

Die Kinder verarbeiten ihre Wünsche später oft in der Präsentation.

## Allgemeiner Verlauf einer Sitzung

Vor jeder Sitzung bereiten die Kindertherapeut\*innen die Räume vor und es erfolgt eine kurze Vorbesprechung zusammen mit den Therapeut\*innen der Elterngruppe. Im Anschluss daran holt das Team die Familien ab. Den Kindern wird der Raum der Elterngruppe gezeigt und den Eltern entsprechend der Raum der Kindergruppe. Dann starten Eltern und Kinder gemeinsam in dem Raum, der am besten passt, vornehmlich im Elternraum.

Jede Sitzung beginnt mit einem gemeinsamen Warming-Up mit Eltern und Kindern zusammen. Die Kindergruppe startet dann anschließend immer mit einer Anfangsrunde. Die vorherige Übung kann als Gesprächsanlass genommen werden und die Kinder können, wenn sie wollen, über die letzte/n Woche/n erzählen.

„Gab es etwas Schönes in dieser Zeit? Oder gab es auch weniger schöne Erlebnisse?“

Wenn ein Kind berichtet, dass es zu Hause weniger Streit gibt, dann widmen die Therapeut\*innen dem Thema besondere Aufmerksamkeit. So können die Kinder ihre Erfahrungen miteinander teilen. Was haben sie genau wahrgenommen, wie ist es weitergegangen und was geschieht dann mit ihnen? In der Regel reagieren die Kinder spontan aufeinander und die Therapeut\*innen müssen gar nicht viel tun.

Die Kinder regen sich gegenseitig an und helfen sich untereinander. Manchmal muss der Therapeut ein Kind noch zusätzlich unterstützen, weil das Kind zwar etwas erzählen möchte, aber ihm die Worte noch dafür fehlen. Die besondere Kunst ist es dabei immer, den Kindern dafür entsprechenden Raum zu geben, ohne sie zu drängen.

Im Anschluss arbeiten die Kinder an den Themen des Programms und nach der Pause an ihrer eigenen Präsentation.

### **Die Pause vorbereiten**

Die Kinder werden auf die Pause kurz vorbereitet:

„Bald wird eine der Erwachsenentherapeut\*innen kommen, euch abholen und euch in den Pausenraum bringen, in dem auch eure Eltern sind. Ihr könnt dann eine kurze Pause machen und euch etwas zu trinken und etwas zu Essen nehmen. Einige Kinder finden das etwas aufregend, denn ihre beiden Eltern werden gemeinsam dort sein. Wem von euch geht das so? Und wer freut sich?“

Es folgt ein Gespräch mit den Kindern über die Pausensituation und darüber welche Erwartungen sie an die Pause haben.

Manchmal wird vorher noch gemeinsam ein Bewegungsspiel gespielt. Auf diese Weise können die Kinder etwas entspannter in die Pause gehen. Anschließend verbringen die Eltern und die Kinder die nächsten 15 Minuten zusammen im Pausenraum. Die Therapeut\*innen sind dabei nicht anwesend.

Nach der Pause holen die Kindertherapeut\*innen die Kinder wieder aus dem Pausenraum ab und fragen die Kinder, wie sie die Pause erlebt haben.

“Wer mag etwas von der Pause erzählen? Wie war es, mit beiden Eltern in einem Zimmer zu sein? Wem hat es gefallen? Wer fand es eher komisch? Wer fand es aufregend, aufwühlend? Hatte auch jemand Angst davor, dass die Eltern sich wieder streiten würden? Wer hat seinen Vater oder seine Mutter zum ersten Mal nach langer Zeit wiedergesehen und wie war das?“

Wenn das Kind erzählt, dass es sehr aufwühlend war und dass es eigentlich am liebsten weggerlaufen wäre, wird dies zum Thema des gemeinsamen Gruppengesprächs gemacht.

In der Gruppe kann gemeinsam über verschiedene Ideen nachgedacht werden, wie sie die Pausensituation etwas angenehmer gestalten können. Zum Beispiel kann man ein anderes Kind bitten, in der Pause mit dem Kind zusammenzubleiben oder das Kind kann sich vorher Gedanken darüber machen, was es zu welchem Elternteil sagen könnte, was es in der Pause konkret tun kann usw. Die Therapeut\*innen fragen das Kind, ob sie den Eltern erzählen dürfen, dass ihr Kind die Pause so aufwühlend findet, sodass die Eltern auch ihrem Kind helfen können. Auf diese Weise kann die Verantwortung für den Abbau der Anspannung den Eltern übergeben werden.

In den Gesprächen erzählen die Kinder sich oft gegenseitig, was sie in der Pause gesehen und gehört haben. Es gibt z.B. Kinder die sagen:

“Ich habe gesehen, wie deine Eltern zusammen ein Formular ausgefüllt haben... und sie hatten gar keinen Streit... Hast du das auch gesehen? Voriges Mal saßen sie noch ganz weit auseinander am entgegengesetzten Ende des Zimmers. Ich möchte, dass meine Eltern auch so ohne Streit nebeneinandersitzen können.“

Die Erfahrung hat uns gelehrt, dass die Kinder in der Pause sehr Vieles wahrnehmen und fühlen. Das gibt einen wichtigen Ansatzpunkt für das folgende Gruppengespräch und für den kreativen Prozess zur Erstellung der Präsentationen. Im Anschluss an die Nachbesprechung der Pause arbeiten die Kinder weiter an ihren Präsentationen. Gegen Ende der Sitzung findet als Abschluss wieder ein gemeinsames Spiel statt. So entsteht eine lebendige und offene Dynamik in der Gruppe und man kann auf aktuelle Entwicklungen reagieren.

Die Therapeut\*innen sollten einen guten Kontakt zu allen Kindern halten und auch die Aufmerksamkeitsspanne der Kinder im Auge haben. Zwei Stunden können für die Kinder zu lang sein, um ihre Konzentration aufrecht zu halten. In diesem Fall bieten die Therapeut\*innen einfach zusätzliche Pausen an. Oft fragen die Kinder selbst danach, denn es herrscht eine offene und einfühlsame Atmosphäre in der Gruppe vor, in der die Stimmen der Kinder wirklich gehört werden, und in der es auch genügend Raum dafür gibt. Manchmal spielen sie dann ein kurzes Gesellschaftsspiel (4 gewinnt, Galgenraten usw.), ein Handyspiel oder ein Spiel am Tablett, sie hören Musik, unterhalten sich mit einem anderen Kind oder machen irgendetwas anderes, wozu sie gerade Lust haben.

### **Der Elterngruppe Fragen stellen**

Die Kinder dürfen den Eltern auch während der Sitzungen eine Frage stellen. Wenn die Kinder eine Frage haben, (z.B.: „Warum begrüßt ihr euch manchmal einfach nicht“) dann bringt einer der Kindertherapeut\*innen die Frage zur Elterngruppe. Die Kindertherapeut\*innen dürfen so jederzeit die Elterngruppe unterbrechen und die Fragen der Kinder einbringen. Schließlich fordern Kinder im Alltag auch immer dann Aufmerksamkeit ein, wenn sie sie brauchen, und die Eltern müssen sich dann damit auseinandersetzen. Die Eltern beantworten die Fragen der Kinder entsprechend über die Elterntherapeut\*innen oder sie können eine kurze Nachricht an die Kinder schreiben.

### **Ziel, Hintergrund und Beispiele für die Präsentationen**

In der Gruppe nehmen die Präsentationen, die die Kinder für Ihre Eltern erstellen, einen großen Raum ein. Ziel ist es, die eigene Stimme zu finden, die eigenen Gefühle in schwierigen Situationen wieder zu spüren und sich eigene Gedanken dazu zu machen. Das kann ihre Resilienz vergrößern.

Unseren Erfahrungen nach ist das Wort „Präsentationen“ für manche Kinder mit Stress verbunden, weil sie vielleicht an Schule und Noten denken und dann unter Leistungsdruck stehen oder Angst bekommen. Junge Kinder können sich unter dem Wort vielleicht noch gar nichts vorstellen. Dann hilft es zum Beispiel von einer „Ausstellung“ für die Eltern zu sprechen, oder

gemeinsam eine „Vorführung wie in einem Theater“ für Eltern vorzubereiten. Die meisten Kinder haben Freude daran, etwas präsentieren zu können.

Fast immer hat die Präsentation der Kinder einen großen und auch therapeutischen Einfluss auf die Eltern. Aber das sollte nicht ihr vordringliches Ziel sein, denn die Kinder sind nicht die Therapeut\*innen der Eltern.

### **Einführung für die Kindergruppe**

Um den Kindern die Wahl der Präsentationsform zu überlassen, ist eine sehr offen gestaltete Einführung auf Augenhöhe notwendig. Zu viele Beispiele zu nennen, kann dazu führen, dass die Kinder einfach etwas daraus auswählen und kopieren, anstatt sich selbst etwas auszudenken. Aber sie müssen wissen, welche Möglichkeiten sie haben, zum Beispiel: Computer, Tablets, Fotos, Beamer, Malutensilien, Schreibmaterial, große Papierbögen und Tapetenrollen, Plakate, die auch mit Pflasterkreide beschrieben werden können, Musik und so weiter. Die Kinder sollen sich davon inspirieren lassen und anfangen, kreativ zu sein.

### **Möglichkeiten und Ausdrucksformen**

Um den Kindern möglichst viel Freiraum zu ermöglichen, sich auf ihre eigene Weise auszudrücken, ist es wichtig, dass die Kinder selbst den Weg wählen, der zu ihnen passt und der für sie möglichst keine zusätzliche Belastung bedeutet. Die gewählte Ausdrucksform bestimmt auch weitgehend die Gestaltung der Sitzungen 2, 3, 4 und 5. In manchen Gruppen wollten die Kinder zusammen als Gruppe einen Film für ihre Eltern drehen. Kinder, die keine Lust zum Schauspielern hatten, entschieden sich einfach für eine Rolle als Kameramann oder kümmerten sich um die Musik, so dass der Film so zu einem Gemeinschaftsprojekt der ganzen Gruppe wurde.

In anderen Gruppen wollten die Kinder lieber individuell oder zu zweit kreativ sein. Sie haben gemalt, grafikähnliche Poster erstellt oder ein Gedicht geschrieben. Ihre künstlerischen Werke wurden den Eltern anschließend in einer Art Ausstellung präsentiert. Die Eltern gingen dabei, wie bei einer Ausstellung an den Kreationen der Kinder entlang und die Kinder standen jeweils bei ihrem Kunstwerk, um etwas darüber zu erzählen oder Fragen dazu zu beantworten. Manchmal wollten die Kinder lieber, dass die Therapeut\*innen an ihrer Stelle ihr Kunstwerk erklärten, wobei sie nur bestätigen mussten, dass sie dies richtiggemacht hatten.

In einer Gruppe dachten sich drei Mädchen sehr unterschiedlichen Alters eine Tanzaufführung aus, einen Tanz der Traurigkeit, einen Tanz der Wut und einen "verwirrten" Tanz. Auf so eine Idee wären die Therapeut\*innen von alleine nie gekommen.

Wieder andere Kinder entwickelten einen Film aus aneinander gefügten Standbildern. Sie dachten sich eine Geschichte aus und nahmen die entsprechenden Posen ein, mit denen sie die (stumme) Geschichte darstellten. Die Therapeut\*innen machten die Fotos und fügten sie nacheinander zusammen, wodurch ein sehr beeindruckendes Video entstand.

Musik kann Bilder noch stärker zur Geltung bringen. Die Musik kann von den Kindern selbst ausgewählt werden, aber natürlich können die Therapeut\*innen ihnen hier auch Beispiele nen-

nen. Einige Kinder erstellen auch gerne PowerPoint-Präsentationen, in denen sie Texte, Fotos, Videos oder ähnliches zusammenschneiden und sie möglicherweise auch mit Musik unterlegen

Kürzlich hatten zwei Töchter eine Art Tombola mit Aufträgen für ihre Eltern gemacht. Unter anderem mussten die Eltern sich gegenseitig Komplimente machen und schöne Erinnerungen von früher erzählen, als sie noch zusammen waren. Man kann eine Wandzeitung zum jeweiligen Thema der Sitzungen erstellen. Darauf können die Kinder dann etwas zeichnen oder aufkleben, Geburtstage notieren, eine Nachricht an das Netzwerk schreiben (Nachricht der Woche), einen Comic zeichnen, sich gegenseitig interviewen oder andere Nachrichten und Ideen platzieren. Auch einzelne Aussprüche und Kommentare der Kinder können darauf vermerkt werden (anonym). Die Wandzeitung wird bei jeder Sitzung ergänzt und kann, wenn die Kinder es wollen, ein Teil der Präsentation für die Eltern werden.

### **Der Weg ist das Ziel**

Es stellt sich oft heraus, dass nicht das Ergebnis das Entscheidende ist, sondern der Prozess - der Weg dorthin. Die wichtigsten Gespräche entstehen zwischen Kindern, wenn sie sich gegenseitig von dem erzählen, was sie erlebt und unternommen haben, oder wenn sie gemeinsam über den Inhalt ihrer Präsentation nachdenken. Gerade die Möglichkeit zwischen verschiedenen Ausdrucksformen wählen zu können, gibt den Kindern ein Gefühl von Kontrolle und führt dazu, dass sie gerne an den Präsentationen arbeiten. Sie verspüren dabei nur wenig Anspannung. Diese Aspekte helfen dabei, den Rahmen zu vergrößern, in dem die Kinder fühlen und sich auszudrücken können.

### **Anspannung und Qualität der Arbeiten**

Manchmal fühlen die Therapeut\*innen sich unter Druck, für eine gute Präsentation der Kinder in Sitzung 6 verantwortlich zu sein. Die Anspannung kann sich auf die Kinder übertragen. Es kommt aber vor allem auf eine gute Atmosphäre an, in der Kinder etwas tun, was für sie stimmig ist und zeigt, was sie erleben. Auch gute Erfahrungen können in die Präsentation einfließen.

### **Für Sicherheit sorgen**

Im Rahmen der Präsentation machen sich die Kinder oft sehr verletzlich. Daher ist es die Aufgabe der Therapeut\*innen während des Prozesses, dafür zu sorgen, dass die Kinder ihre eigenen Grenzen nicht überschreiten. Obwohl wir mit den Kindern immer vorher absprechen, dass die Präsentation den Eltern vorgeführt wird und dass sie allein die Kontrolle darüber haben, was sie zeigen und was sie nicht zeigen wollen, kann das Endergebnis sie dennoch überraschen, insbesondere in Verbindung mit der Anwesenheit der Eltern. Aus diesem Grund zeigen wir den Kindern vorab noch einmal, was sie gemacht haben, bevor sie die Präsentation den Eltern vorführen. Auf diese Weise sind sie besser vorbereitet und haben noch die Möglichkeit, etwas dazu zu sagen oder auch ggf. noch etwas an der Präsentation zu ändern.

### **Präsentationen nicht zeigen**

In Ausnahmefällen kann das Team entscheiden, dass eine Präsentation für ein Kind oder für einzelne Eltern nicht hilfreich ist. Das kommt manchmal vor, wenn ein Kind einen Elternteil

nicht sehen will und eine stark dämonisierende Botschaft an einen Elternteil richten möchte. Wenn die Therapeut\*innen der Ansicht sind, dass das Kind die Auswirkungen für das spätere Leben noch nicht absehen kann, sollten sie das Kind schützen und nach einer anderen Form suchen, in der das Kind gehört werden kann, ohne sich selbst, die anderen Kinder in der Gruppe oder die Eltern zu verletzen. Es ist ratsam, diese Situationen immer gut im gesamten Team zu besprechen, denn es gibt immer eine Lösung, wenn die Therapeut\*innen zusammenarbeiten und wenn sie die Situation für die Kinder und die Eltern ausreichend sicher gestalten können.

### **Nach der Vorführung der Präsentationen**

Nach den Präsentationen herrscht in der Sitzung oft eine erleichterte und manchmal auch ausgelassene Stimmung. Das zeigt auch, was für eine Anspannung die Kinder bei der Präsentation für ihre Eltern empfinden und wie sehr sie sich damit beschäftigt haben:

"Wird es ihnen gefallen? Wird mein Vater traurig sein?  
Wird meine Mutter wütend werden?"

Mit den Eltern wird vereinbart, dass sie positiv auf die Präsentation der Kinder reagieren sollen. Auch wenn wir sehen, wie die Kinder vor oder während der Präsentation ein wenig nervös auf dem Stuhl hin und her rutschen, sind sie danach aber oft stolz und erleichtert.

Direkt nach der Präsentation der Kinder und vor der Pause in Sitzung 6 bleiben Kinder und Eltern kurze Zeit voneinander getrennt. So hat jede Gruppe die Möglichkeit noch auf die Präsentation zu reagieren. Nach der Pause können sich die Kinder weitererzählen und austauschen und dabei entspannen oder etwas spielen. In Sitzung 7 zeigen die Eltern ihren Kindern die Präsentationen, die sie vorbereitet haben. Im Anschluss an diese Präsentationsphase kommen die Kinder ebenfalls noch kurz in der Kindergruppe zusammen, um miteinander auf das, was ihre Eltern gezeigt haben, reagieren und sich äußern zu können.

## **IV. DIE SITZUNGEN**

### **Sitzung 1**

#### **Kennenlernen und das Zwei-Häuser Modell**

Warming up

Im Anschluss an den gemeinsamen Sitzungsteil gehen die Kinder in den Gruppenraum für die Kinder. Wir erzählen den Kindern noch einmal, was wir hier gemeinsam tun wollen und warum sie hier sind.

„Seid alle herzlich willkommen! In der nächsten Zeit kommt Ihr alle zwei Wochen gemeinsam mit euren Eltern hierher. Ihr habt uns vermutlich alle schon einmal gesehen, aber wir stellen uns trotzdem noch einmal vor. Ich bin Danielle und das ist Jeroen. Wie ihr seht, steht dort eine Kamera. Die filmt alles, was wir sagen und tun, um dafür zu sorgen, dass wir nichts vergessen. Manchmal wollen wir es uns hinterher anschauen, um zu überprüfen, ob wir alles richtig verstanden haben. So können wir immer noch etwas dazulernen. Die Aufnahmen sind nur für uns gedacht. Wir zeigen sie also nicht Euren Eltern oder

irgendjemand anderem. Ihr seht euch heute ja zum ersten Mal. Nennt uns doch kurz euren Namen, was ihr gerne macht oder welches Hobby ihr habt und ob ihr noch einen Bruder oder eine Schwester in der Gruppe habt.“

Und wir fragen die Kinder, wer von ihnen sehr aufgeregt ist, wenn man sich zum ersten Mal hier trifft oder wenn alle Eltern und Kindern gemeinsam in einem Raum zusammen sind. Bei beiden Gelegenheiten melden sich auch die Therapeut\*innen und einer von ihnen erklärt, dass es immer spannend und aufregend ist, eine neue Gruppe zu beginnen.

„Ich finde es immer spannend mit einer neuen Gruppe anzufangen. Ich bin auch immer neugierig darauf, alle Kinder kennenzulernen. Einige von euch habe ich ja schon mal gesehen, aber nicht jeden von euch und ich bin neugierig, wie es wird, gemeinsam in der Gruppe zu sein.“

Und ich finde es aufregend, dass alle Eltern und Kinder in einem Raum zusammentreffen, weil ich weiß, dass einige Eltern das schon jahrelang nicht mehr gemacht haben, oder dass einige Eltern sehr schnell miteinander streiten, wenn sie sich gemeinsam in einem Raum befinden oder dass andere Eltern sich gar nicht mehr anschauen. Ich finde, das sind immer wieder aufregende und spannende Momente in einer neuen Gruppe.“

Wenn eine Gruppe leicht miteinander ins Gespräch kommt, können die Therapeut\*innen direkt mit den Kindern darüber sprechen. Wenn die Anspannung der Kinder zu groß ist, schlagen die Therapeut\*innen der Gruppe vor, einander erst noch besser kennenzulernen. Anschließend wird einfach die Kennenlernübung mit den Kindern noch einmal wiederholt.

Wir machen eine Runde, in der sich die Therapeut\*innen mit ihren Namen vorstellen und davon berichten, wo sie arbeiten und dass sie häufig mit Kindern von getrennten Eltern arbeiten. Und sie sagen den Kindern, dass sie das gerne tun. Dann stellen die Kinder einander jeweils mit ihrem Namen und ihrem Alter vor, und erzählen davon, was sie gerne machen. Jeder bekommt einen Aufkleber, auf den er seinen Namen schreibt und den er auf seine Kleidung klebt, sodass man sich die Namen merken kann.

### **Das Kennenlernen geht weiter**

Als nächstes findet ein Spiel statt, bei dem zum Beispiel eine Therapeutin mit dem Rücken zu den Kindern steht, die Augen schließt und sich die Ohren zuhält. Der andere Therapeut schickt ein oder zwei Kinder heimlich gemeinsam auf den Flur. Dann darf sich die Therapeutin umdrehen und muss raten, welche der Kinder wohl auf dem Flur stehen. Die Therapeutin denkt dabei laut nach und nennt die Namen der Kinder, die noch im Raum verblieben sind, so dass auch die Kinder noch einmal die Namen aller Gruppenteilnehmer hören. Das Spiel wird so lange wiederholt bis jedes der Kinder einmal dran war, es sei denn ein Kind möchte nicht rausgehen oder traut sich nicht. Es macht den Kindern oft großen Spaß, zu zweit auf den Flur zu gehen.

Es gibt noch andere Kennlernspiele, aus denen die Therapeut\*innen sich ein passendes auswählen können. Danach setzen die Kinder sich in einen Kreis und sie bekommen folgende Erklärung:

„Wir sind hier zusammengekommen, weil ihr alle Väter und Mütter habt, die nicht mehr zusammenleben und oft unterschiedlicher Meinung sind, oder sich gegenseitig die Schuld für alles Mögliche geben, sich streiten oder auch gar nicht mehr miteinander reden. Sie wissen, dass das nicht gut für Euch ist. Sie möchten aufhören, aber sie wissen nicht wie. Deshalb nehmen sie an der Gruppe teil.“

Manche Kinder sagen:

"Meine Eltern streiten nicht. Sie reden nicht miteinander. Oder die Kinder sagen: 'Sie streiten nicht, sie schreien nie, aber sie sind meistens unterschiedlicher Meinung.“

Andere Kinder sagen:

"Meine Eltern streiten sich ständig. Sie sagen sich gegenseitig schlimme Dinge und manchmal müssen Mama oder Papa dann auch weinen.“

„Wie nennt ihr das? Streitereien oder Gezanke? Oder habt ihr ein anderes Wort dafür? Wie wollen wir es hier nennen? Ihr könnt in dieser Gruppe zeigen, was für euch schwierig ist und auch was bei euch gut läuft. Ihr könnt darüber sprechen und euch gegenseitig Tipps geben, wenn ihr wollt. Ihr werdet etwas vorbereiten, um den Eltern zu zeigen, wie es euch damit geht, dass sie sich oft nicht einig sind oder sich so sehr streiten.

Eure Eltern sind hier, um daran zu arbeiten, dass ihre Streitereien oder Konflikte euch weniger belasten, und auch um zu lernen, wie sie besser miteinander umgehen können, so dass es für euch zu Hause leichter und angenehmer wird. Manchmal sehen wir, dass es den Eltern gut gelingt und dass sie sich nach der Gruppe viel weniger oder gar nicht mehr miteinander streiten. Manchmal sind sie wieder viel freundlicher zueinander und manchmal beleidigen sie sich gegenseitig auch nicht mehr. Manchmal sehen wir aber auch, dass dies Eltern nicht gut gelingt und dann suchen die Therapeut\*innen der Elterngruppe eine andere Lösung.“

Die Kinder besprechen dieses Thema in der Gruppe anhand folgender möglicher Fragen:

„Was denkt ihr dazu?“ „Wer von euch fragt sich manchmal, ob das Streiten und die Konflikte jemals aufhören?“ „Manche Eltern sagen Gemeinheiten übereinander oder sie schicken sich gemeine Nachrichten. Wer hat so etwas schon einmal mitgemacht?“

Es ist wichtig, die Kinder von Schuldgefühlen zu entlasten und den Eltern die Verantwortung für die Konflikte zurückzugeben:

„Wer von euch denkt manchmal, dass ihr an dem Streit und den Konflikten Schuld seid? Wir sind der Meinung, dass die Streitigkeiten zwischen den Eltern niemals die Schuld der Kinder sind. Die Eltern müssen dafür sorgen, dass ihre Streitereien aufhören. Was findet ihr? Wir denken, dass Eltern über die Kinder, die Regeln zu Hause oder über das, was wichtig ist, durchaus verschiedene Ansichten haben dürfen und darüber diskutieren sollten, aber wir finden auch, dass die Eltern dafür verantwortlich sind, wie und auf welche Art und Weise sie ihre Konflikte lösen oder wie sie sich streiten und dass sie ihre Kinder nicht damit belasten sollten. Was meint Ihr dazu?“

So können die Kinder sich darüber bewusst werden und selbst formulieren, dass sie nicht die Ursache des Konfliktes sind und die Kinder können einander dabei helfen. Gerade die älteren können die jüngeren Kinder dabei unterstützen zu verstehen, dass sie nicht die Schuld an dem Streit der Eltern haben, dass sie das früher auch manchmal gedacht haben, aber dass es nicht stimmt. Eine andere Frage könnte lauten:

„Wer von euch hat schon mal versucht, den Eltern dabei zu helfen, ihren Streit zu beenden? Manche Kinder versuchen es, aber es hilft oft nicht und dann fühlen sich die Kinder ebenfalls manchmal schuldig. Wir glauben, dass die Väter und Mütter selbst den Streit beenden müssen. Die Kinder müssen das nicht für sie lösen. Eure Eltern sind in der Gruppe, damit sie einander dabei helfen, mit dem Streiten aufzuhören. Was sagt ihr dazu?“

Es wird wieder ein Gespräch zwischen den Kindern angeregt, aber ohne Druck auszuüben. Manche Kinder berichten ein paar Beispiele und erzählen gern, andere sind noch still, aber reagieren nonverbal auf das, was gesagt wird, manche reagieren auch gar nicht. Wenn es in der Gruppe zu viel Unruhe gibt, spielen wir zwischendurch noch gemeinsam ein Spiel.

### **Beginn der Pause**

Es ist Pause, wenn die Therapeut\*innen der Elterngruppe an die Tür klopfen. So haben die Eltern das Zeitmanagement in ihrer Hand und die Kindergruppe passt sich entsprechend an. Die Kinder brauchen auf jeden Fall nie im Flur zu warten, bis die Eltern fertig sind, sondern arbeiten in ihrem Raum bis zum Beginn der Pause.

### **Die zwei Häuser und der Zwischenraum**

Erzählen Sie den Kindern noch einmal, was sie ihnen bereits im Vorgespräch über das Leben in zwei Haushalten erzählt haben. Sagen Sie ihnen, dass wir noch etwas mehr über das Leben in zwei Häusern sprechen, zeichnen und schreiben wollen oder wie es ist, nur bei einem Elternteil zu leben und den anderen Elternteil nicht zu sehen. Ziel dieses Gespräches ist es, dass die Kinder Gemeinsamkeiten finden und Anerkennung bekommen für ihr Leben mit zwei Eltern, die getrennt voneinander wohnen und miteinander noch viele Konflikte austragen.

### **Über Fragen ins Gespräch kommen**

Alle bereits genannten Fragen sind von Kindern als wichtige Themenbereiche benannt worden. Dies bedeutet jedoch nicht, dass sämtliche Fragen auch gestellt und beantwortet werden müssen. Die Kinder sollen nicht mit einer Flut von Fragen überhäuft werden. Die Fragen sind jedoch eine Art von Leitfaden für die Therapeut\*innen, damit sie keine wichtigen Themen vergessen. Beginnen Sie anhand der Fragen über den Zwischenraum ein Gruppengespräch, wenn die Kinder dafür offen sind.

Manche Kinder erzählen lieber etwas über sich während sie spielen, andere Kinder hingegen erzählen besonders dann etwas, wenn Sie direkt gefragt werden. Die Therapeut\*innen stimmen sich auf die Kinder, auf die Gruppe und aufeinander ein. Die Abstimmung zwischen den Therapeut\*innen ist hierbei ein besonders wichtiger Aspekt.

Es kann z.B. eine Wandzeitung mit dem Thema des Tages erstellt werden, auf der gezeichnet und auf die etwas geklebt werden kann. Es können Geburtstage aufgelistet oder andere Neuigkeiten verfasst werden. Es kann auch eine Botschaft an das Netzwerk darauf verfasst werden (die Nachricht der Woche) oder andere Ideen haben dort einen Platz. Sie kann z.B. Aussprüche der Kinder und Fragen an die Eltern enthalten (anonym). Die Wandzeitungen können, wenn die Kinder es wollen, auch Teil der Präsentationen für die Eltern sein.

### **Das „Über die Linie“-Spiel**

Das "Über die Linie"-Spiel ist oft eine gute Warming-Up Übung. Markieren Sie mit einem Seil eine Linie auf den Fußboden. Die ganze Gruppe steht auf einer Seite der Linie. Stellen Sie eine Frage bzw. fordern Sie die Kinder folgendermaßen auf:

"Steigt über das Seil, wenn ..."

Zum Beispiel, wenn eure Eltern geschieden sind. Alle Kinder, die der Aussage zustimmen können, treten über die Linie. Kinder, die stehen bleiben, können ggf. sagen, dass ihre Eltern nie verheiratet waren und dass sie deshalb stehen bleiben. Nach jeder Runde ist es möglich, zu einem Kind noch direkt etwas zu sagen oder ihm eine Frage zu stellen. Man muss es aber nicht. Es ist eine gute Möglichkeit, Erfahrungen über das Leben mit geschiedenen Eltern zu teilen, die für die Kinder nicht mit großem Stress verbunden ist. Die Kinder müssen nichts sagen, nur über die Linie gehen oder eben nicht. Kinder, denen es schwer fällt bei der Übung mitzumachen, können in aller Ruhe etwas anderes spielen gehen und machen nur so weit mit, wie sie wollen.

### **Körperorientierte Übung**

Stehen sie mit den Kindern auf. Erzählen Sie den Kindern, dass die Teilnahme an einer Gruppe oder das Reden über schwierige Themen, wie über eine Trennung, ziemlich viel Stress im Körper verursachen kann. Fragen Sie, wer das manchmal in seinem Körper fühlt und geben Sie ein persönliches Beispiel:

„Wenn ich etwas schwierig oder aufregend finde, dann fühle ich in meinem Bauch so ein Kribbeln.“

Bitten Sie die Kinder ihre Hand auf die Stelle zu legen, wo sie die Anspannung wahrnehmen oder fühlen könnten. Fragen Sie die Kinder, welche Art von Bewegung ihnen hilft, ihren Stress zu reduzieren. Und fragen Sie, was sie selbst tun, wenn sie angespannt sind und was ihnen hilft. Denken Sie an Beispiele, wie gut ausatmen (genau wie beim Seifenblasenpusten), mit zwei Füßen fest auf dem Boden stehen und sich von den Zehen auf die Fersen stellen, bis zehn zählen, an etwas Lustiges denken, herumspringen und so weiter.

## Sitzung 2

### Ein Haus mit beiden Eltern – Wie hat es angefangen?

„Kennst du die Namen der anderen Kinder noch?“ Um die Namen besser kennenzulernen, führen sie in der Kindergruppe noch einmal ein entsprechendes Warming up durch.

#### Ein Haus – Wie hat es angefangen?

Für die Trennungsgeschichte der Kinder geht es in dieser Sitzung um die Frage, wie die Eltern sich überhaupt kennengelernt haben. Für Kinder ist es wichtig, das Gefühl zu haben, dass sie gewollt waren, dass die Eltern über ihre Geburt sehr glücklich waren und dass es eine schöne gemeinsame Zeit zwischen den Eltern gab, wie kurz oder lang auch immer sie war. Es geht darum, ein Gespräch zwischen den Kindern anzuregen, in dem sie neugierig auf die Geschichten der Anderen und auf ihre eigene Geschichte werden. Beginnen Sie beispielsweise ein Gespräch auf folgende Art und Weise:

"Alle Eltern haben einmal gemeinsam begonnen. Manche Eltern haben jahrelang zusammen gewohnt. Einige Eltern lebten viele Jahre lang gemeinsam mit ihren Kindern zusammen. Einige Eltern waren zwar verliebt, haben aber nicht zusammen gewohnt. Jedenfalls haben alle Eltern gemeinsam Kinder bekommen. Und das seid ihr! Wisst ihr eigentlich, was euren Eltern einmal aneinander gefallen hat? Und wie sie sich kennengelernt haben? Oder gibt es immer noch Dinge, die sie aneinander mögen? Und habt ihr noch schöne Erinnerungen an die Zeit, als ihr als Familie zusammengelebt habt? Oder an schöne Sachen, die ihr zusammen gemacht habt?"

Fragen Sie die Kinder, ob sie dazu Fragen an ihre Eltern haben und ob sie sich auch trauen, diese zu stellen. Vielleicht gibt es andere Menschen in ihrem sozialen Netzwerk, die die Fragen beantworten können.

Nach dem Gruppengespräch können die Kinder etwas über diese Anfangszeit aufschreiben, eine Zeichnung anfertigen oder Bilder aus Zeitschriften auf ein Blatt aufkleben. Manchmal finden Geschwister es schön, die Aufgabe gemeinsam zu machen, manchmal gerade nicht. Die Therapeut\*innen können den Kindern immer dabei helfen, wenn sie etwas aufschreiben wollen. Die Kinder können eventuell zu Hause noch nach entsprechenden Bildern suchen. Dann ist erstmal Pause.

#### Erklärung zu den Präsentationen

Erklären Sie den Zweck der Präsentation für die sechste Sitzung.

„Wir werden heute, beim zweiten Treffen, noch nicht direkt daran arbeiten, aber es ist hilfreich voneinander zu wissen, was eure Hobbys sind. Was euch Spaß macht und was ihr gut könnt, sodass wir darüber nachdenken können, ob wir davon etwas benutzen können, wenn ihr an der Präsentation arbeitet. Wenn ihr etwas mehr voneinander wisst, habt ihr vielleicht die Idee, gemeinsam mit einem anderen etwas präsentieren zu wollen, denn ihr braucht nicht alles allein zu machen. Ihr könnt gerne zusammenarbeiten. Das wird sehr oft gemacht.“

## Das „Ja/Nein/?“ - Spiel

Das Spiel ist als Warming-Up für die Präsentationen gedacht, um die Kinder über die verschiedenen Arbeitsweisen und die möglichen Themen der Präsentationen nachdenken zu lassen. Schreiben Sie auf drei Din-A3 Papierbögen die Worte „Ja“, „Nein“ und „?“ . Legen Sie die drei Blätter an drei verschiedene Plätze im Raum. Die Kinder stellen sich in eine andere Ecke und beantworten die Fragen der Therapeut\*innen, indem sie zu dem entsprechenden Blatt gehen. Die Fragen können zuerst ganz allgemein sein z.B. zum besseren Kennenlernen. Auf Grundlage der Antworten der Kinder können anschließend kurze Fragen gestellt werden.

Beispielfragen:

- » Wer spielt gerne Computerspiele?
- » Wer mag Rosenkohl?
- » Wer hat einen Hund?
- » Wer findet es schwer, sich in der Schule zu konzentrieren?
- » Wer mag Pfannkuchen?
- » Wer hat ein Lieblingstier? (und anschließend fragen, welches genau?)
- » Wer erlebt manchmal einen Streit zwischen seinem Vater und seiner Mutter mit?
- » Wer gerät schon mal in einen Streit zwischen Mama und Papa?
- » Wer geht in die Grundschule?
- » Wer ist manchmal traurig, weil sich Mama und Papa nicht gut verstehen?
- » Wer ist manchmal wütend, weil sich Mama und Papa nicht gut verstehen?
- » Wer hat einen Lieblingssport (und dann fragen, welchen)?
- » Wer macht gerne Fotos, tanzt, singt oder mag Schauspielerei?
- » Wer hat schon einmal einen Blog oder ein Video gemacht?
- » Wer hat schon mal versucht, den Streit zwischen den Eltern zu stoppen?
- » Wer hat jemals versucht, einen Streit zwischen Eltern zu verhindern?
- » Bei wem ist schon mal ein Teller durch das Zimmer geflogen?
- » Welche Eltern beschimpfen sich manchmal, tun sich weh, schlagen und treten sich?
- » Welche Eltern schreien sich schon mal gegenseitig an und beleidigen sich?
- » Wer kann gut andere interviewen?
- » Hat schon mal jemand eine (Schüler-)Zeitung gemacht?

Geben Sie den Kindern die Gelegenheit, auch eigene Fragen zu stellen.

Bei den weiteren Fragen ist wichtig, offene Fragen zu stellen. Oft neigen Therapeut\*innen dazu, einfach zu fragen: "Wer traut sich, etwas über die Streitereien zu erzählen?" Meistens lautet die Antwort der Kinder dann: "Nein, ich nicht!" Es geht besser, die Kinder zu fragen:

"Wir haben gefragt, wer manchmal einen Streit zwischen den Eltern miterlebt, und du hast dich bei dem Ja-Plakat hingestellt. Erzähl mir, wie ist das bei dir?"

Und um dann ein anderes Kind, das auch bei „Ja“ steht, zu fragen:

„Wie passiert es bei deinen Eltern?“ „Und du stehst beim Fragezeichen. Erzähl mal, was meinst du damit?“

## Wählen Sie die Form der Präsentation

Dann lassen Sie die Kinder darüber nachdenken, wie sie Ihre Präsentation gestalten wollen. Manchen Kindern wird dies schwerfallen. Beachten Sie, ob sich bereits Gruppen gebildet haben. Vergewissern Sie sich, ob es Kinder gibt, die gerne malen, fotografieren, basteln oder etwas Ähnliches machen wollen. Wenn Kinder es schwierig finden, sich selbst etwas auszudenken, kann es helfen, mit ihnen über ihre Gefühle während der Trennung oder bei den Auseinandersetzungen der Eltern zu sprechen.

Den jüngeren Kindern kann es helfen, zuerst kleine Bilder von den vier Grundgefühlen zu zeichnen (ängstlich, glücklich, wütend und traurig) und dann mit ihnen herauszufinden, was sie fühlen, wenn die Eltern sich streiten, nicht mehr miteinander reden oder schlecht übereinander reden. Oder auch wenn die Eltern glücklich miteinander sind. Mit dem Wissen, welches Sie über die Beziehung zwischen den Eltern eines Kindes haben, sprechen Sie es für das entsprechende Kind möglichst konkret an. Dann können Sie mit ihm besprechen, wie es seine Gefühle entsprechend ausdrücken will.

Knüpfen Sie dabei an das an, was den Kindern Spaß macht und was sie gut können. Manche Kinder wollen zeigen, was ihrer Meinung nach bereits gut läuft. Viele Eltern und Kinder können daraus durchaus etwas lernen. Zum Beispiel eine gelungene Übergabesituation, bei der die Eltern freundlich miteinander umgehen und sich ein schönes Wochenende wünschen.

## Sitzung 3

### Konflikte zwischen Eltern, Loyalität und Entscheidungen

#### Warming up

In der Kindergruppe beginnt das Gruppengespräch damit, dass die Kinder gefragt werden, wer manchmal zwischen den Eltern Nachrichten überbringen muss. Fragen Sie die Kinder, wie sie das erleben. Ziel ist es, dass die Kinder sich bewusst darüber werden, was sie tun, wenn sie Nachrichten überbringen, ob sie dies selbst wollen, ob sie die Möglichkeit haben sich zu weigern oder nicht, und darüber, dass dies auf alle Fälle *nicht* ihre Aufgabe ist.

#### Streit zwischen den Eltern

Eltern sind unterschiedlich. Sprechen Sie mit den Kindern darüber, wie sich ihr Vater und ihre Mutter verhalten. Worin ähneln sie einander (sie lieben beide ihre Kinder) und worin unterscheiden sie sich? Erklären Sie ihnen, dass die Unterschiede zwischen den verschiedenen Elternteilen auch deshalb besonders deutlich werden, weil es bei beiden unterschiedliche Regeln gibt. Machen Sie mit ihnen eine kurze Bestandsaufnahme dessen, was es schwierig macht. Gibt es unterschiedliche Regeln?

Folgende Punkte können besprochen werden:

„Musst du dich erst daran gewöhnen, wenn du zu Papa gehst oder nicht? Findest du es schade, wenn du wieder von Papa weggehst? Findest du es für dich oder für Papa schade?“

Denkst du viel an Mama, wenn du bei Papa bist oder musst du an Papa denken, wenn du bei Mama bist?

Ihr seid in dieser Gruppe, weil es euren Eltern schwer fällt, miteinander zu reden. Sie reden kaum, grüßen sich vielleicht nicht oder haben gerade viel Streit. Manche Väter und Mütter schicken einander Emails oder Schreiben viele Nachrichten über WhatsApp, andere schreiben fast gar nichts. Manchmal sollt ihr Nachrichten an den anderen Elternteil überbringen. Dann heißt es zum Beispiel: *„Sag deinem Vater, dass ....“* und dein Vater macht das auch so und du sollst es dann wieder deiner Mutter sagen. Wie ist das bei euch?

Wenn die Kinder das Bedürfnis haben, lassen Sie sie einander Fragen stellen und regen Sie ein Gruppengespräch dazu an.

„Was wisst ihr über die Trennung? Wer hat euch erzählt, dass Mama und Papa sich trennen? Und warum haben sie sich getrennt?“ Erzählen beide dieselbe Geschichte über die Trennung?

Und für Kinder, deren Eltern nie zusammengelebt haben:

„Wisst ihr, warum Mama und Papa so wütend aufeinander sind, oder warum es ihnen so schwerfällt, sich als Eltern zu einigen?“

## Loyalität

Alle Kinder in der Gruppe leiden unter Loyalitätsproblemen. Die Therapeut\*innen können das Thema in einer Gesprächsrunde diskutieren. Sie geben ein paar Erklärungen und stellen dazu Fragen.

„Welche Kinder kennen Loyalitätsprobleme, wie fühlen sie sich und wie können sie damit umgehen?“

Es soll dabei genug Raum und Zeit dafür geben, um die mit dem Streit der Eltern einhergehenden Gefühle ausdrücken zu können und um die positiven und negativen Seiten beider Elternteile anzusprechen. Die Kinder können auch untereinander Gefühle erkennen und sich gegenseitig unterstützen. Die Therapeut\*innen legen im Vorfeld fest, ob dieses Thema in der gesamten Gruppe oder in Untergruppen besprochen werden soll. Sie entscheiden sich auch, ob es in einem Gesprächskreis thematisiert werden soll oder ob sie eher spielerische Arbeitsformen, wie z.B. die oben erwähnte Wandzeitung, nutzen wollen.

Ziel ist es, dass die Kinder sich ausdrücken können, indem sie darüber sprechen, spielen oder zeichnen. Obwohl das Thema von den Therapeut\*innen aktiv eingebracht wird, ist die Haltung der Therapeut\*innen immer die folgende: Die Kinder dürfen sich äußern, sie dürfen aber auch zögern, schweigen oder einfach etwas zeichnen.

Hier folgen einige Beispiele, um ins Gespräch zu kommen:

„Wenn Eltern miteinander streiten oder nicht mehr miteinander reden, ist das für die Kinder häufig schwierig. Wir haben darüber viel von den Kindern aus den vorherigen Gruppen gelernt. Der zehnjährige Tom erzählte, dass er sich immer in der Klemme erlebt

hat und sich zwischen den Eltern hin und hergerissen gefühlt hat. Wem von euch ging es auch schon einmal so ähnlich?“

„Wir haben die Gruppensitzung gerade wieder gemeinsam mit den Eltern begonnen. Von den Kindern in den anderen Gruppen haben wir gehört, dass es ihnen manchmal schwer gefallen ist, sich zu entscheiden, ob sie sich zu Mama oder zu Papa setzen sollten. Geht es jemandem von euch auch manchmal so?“

„Und manche Kinder nehmen sich z.B. vor, abwechselnd bei Mama oder Papa zu sitzen oder warten erst ab, wo ihr kleiner Bruder oder ihre kleine Schwester sitzen und wählen dann erst selbst ihren Platz. Wer von euch hat das schon mal so gemacht? Und gibt es Kinder, die nicht mehr wissen, was sie selber wollen? Oder es zwar wissen, aber es nicht tun oder sagen mögen? Weil sie zum Beispiel Angst haben, Mama oder Papa zu verletzen?“

„Nadia wollte nicht mehr so oft zu ihrem Vater gehen, und Joost wollte nicht mehr zu seiner Mutter gehen. Wem von euch geht es auch so? Glaubt ihr, dass Nadia und Joost nicht mehr beide Elternteile lieben?“

„Wir hören manchmal, dass es schwer ist, bei jedem Elternteil eine schöne Zeit zu haben, wenn sie sich oft gegenseitig schlecht machen. Findet ihr das auch? Wie ist das bei euch?“

„Wer von euch findet es zum Beispiel unangenehm, seiner Mutter etwas über seinen Vater zu erzählen oder umgekehrt? Dies geschieht oft, weil Väter und Mütter manchmal wütend oder traurig reagieren. Wegen dieses Streits zwischen den Eltern kann man alle möglichen ganz unterschiedlichen Gefühle haben, die auch verwirrend sein können. Geht das einem von euch manchmal auch so?“

„Ella und Sadir sagten, dass sie sich oft einsam fühlen, weil sie denken, dass ihr Vater oder ihre Mutter nicht wirklich verstehen, wie sie sich fühlen, oder dass sie zu sehr mit der Trennung beschäftigt sind und zu wenig mit ihnen. Könnt ihr euch das vorstellen?“

„Einige Kinder sind einfach nur wütend, sowohl auf ihre Eltern, ihren Vater, ihre Mutter, oder auch auf sich selbst. Manche Kinder fühlen sich wegen der Streitereien traurig, oder sie vermissen ihren Vater oder Mutter ganz stark, wenn sie beim anderen Elternteil sind. Und manche Kinder sind gerade froh, dass es zu Hause weniger Streit gibt oder dass sie ihren Vater oder ihre Mutter nicht so oft zu treffen brauchen. Man kann auch alle möglichen Gefühle durcheinander haben, dann ist es noch komplizierter! Diese Gefühle sind ganz normal, wenn deine Eltern sich streiten und einander gegenseitig schlecht machen.“

Um die obigen Fragen zu beantworten, initiieren Sie entweder eine Gruppendiskussion, beginnen Sie mit einer Wandzeitung oder wählen Sie eine andere Ausdrucksform aus, die zu den Kindern und dieser Gruppe passt.

Fragen Sie die Kinder, wie sie die Situation erleben und worauf sie bei ihren Entscheidungen achten. Fragen Sie die Kinder, ob sie bestimmte Situationen der anderen Kinder bei sich wieder erkennen und laden Sie sie ein, miteinander in einen Austausch zu gehen.

## Entscheidungen

Fragen Sie die Kinder danach, ob es noch andere Situationen gibt, in denen sie sich entscheiden müssen. Falls den Kindern nichts einfällt, können Sie fragen:

„Wer hat beim Streit der Eltern recht? Wer ist schuld an der Trennung?  
Mit wem willst du am Weihnachtstag zusammen sein?“

Sie können auch entsprechende Videos oder Clips zeigen. Das kann den Kindern dabei helfen, sich auszudrücken.

Kinder berichten oft, dass sie beim gemeinsamen Warming-Up mit den Eltern auf die Geschwister schauen, wo sie sich hinsetzen, so dass sie sich entsprechend zwischen den Eltern aufteilen können. Fragen Sie immer wieder nach, was z.B. Einzelkinder in so einer Situation machen? Oder wie Kinder mit einer ungeraden Geschwisterzahl das machen, die sich also nicht gleich aufteilen können? Manche Kinder teilen ihre Aufmerksamkeit zwischen Vater und Mutter dann zeitlich auf. Wenn sie also in Sitzung 1 auf dem Schoß der Mutter sitzen, sitzen sie in Sitzung 2 auf dem Schoß des Vaters.

Wichtig ist, dass die Therapeut\*innen am Ende benennen, dass es ziemlich viel gibt, worauf die Kinder achten müssen. Die Kinder möchten ihren Eltern ihre Aufmerksamkeit widmen und Zuwendung zeigen und ihre Eltern nicht verletzen. Aber dabei ist es manchmal ziemlich schwierig, noch das zu fühlen, was man selbst eigentlich will. Fragen Sie die Kinder, ob sie es innerlich eigentlich noch fühlen können, was sie selbst wollen? Und wenn sie es wissen, trauen sie es sich dann auch zu, es den Eltern zu sagen?

Besprechen Sie auch, dass es sein kann, dass sie sich manchmal für einen Elternteil entscheiden müssen, während sie in bestimmten Situationen am liebsten beide Eltern sehen möchten. Aber sie wissen auf der anderen Seite, dass das nicht gut gehen wird oder sie wissen, dass ein Elternteil es nicht will.

Zum Beispiel kann es ein Problem sein, wenn eine Schulaufführung oder ein Sportwettbewerb stattfindet. Kennen die Kinder solche Situationen? Wie gehen sie damit um? Trauen sie sich, eine Wahl zu treffen oder zeigen sie ihre Wünsche dann lieber nicht? Wie treffen sie eine Wahl? Danach können die Kinder wieder einen weiteren Schritt machen, diese Gefühle entsprechend darzustellen und kreativ auszudrücken.

## Arbeiten an der Präsentation

Nach der Pause arbeitet jeder wieder an seiner Präsentation weiter. Die Therapeut\*innen helfen, wenn es notwendig ist und bieten ihre Hilfe an.

## Sitzung 4

### Spannungen zwischen Eltern und die Reaktionen der Kinder

Warming-Up

#### Streitthemen zwischen den Eltern

Es liegt in der Verantwortung der Eltern, ob und wie sie streiten. Machen Sie eine Bestandsaufnahme mit den Kindern, worüber sich die Eltern häufig nicht einig sind. Hängen Sie z.B. Karten im Raum auf mit Themen wie: Geld, Kinder, Kleidung, das Wochenende, Mutter- und Vattertag, Feiertage, Ferien, Schule, Geburtstage, Weihnachten, Zuckerfest und eine leere Karte. Die Kinder können in der Mitte stehen und die Therapeut\*innen fragen sie:

"Wessen Eltern streiten sich manchmal über Geld?"

Alle Kinder, deren Eltern sich um Geld streiten, können sich neben diese Karte stellen. Oder die Therapeut\*innen fragen:

"Was sind die Hauptstreitpunkte zwischen euren Eltern?"

Oder:

"Welches Thema stört Euch am meisten, wenn Eure Eltern eine Auseinandersetzung haben oder nicht darüber miteinander sprechen können? Worauf können sich deine Eltern leicht einigen?"

Jedes Mal im weiteren Gespräch mit einem Kind geht es darum:

„Wie geht es dir? Was fühlst du? Was denkst du? Was machst du dann? Was würdest du am Liebsten tun und kannst du es uns erzählen? Was kannst du selber tun, wenn du merkst, dass es einen Streit gibt?“

Erklären Sie, dass es oft eine Menge Streit über die Kinder gibt, auch wenn Eltern zusammenleben. Denn Eltern wollen immer das Beste für ihre Kinder. Deswegen strengen sie sich bei einem Streit auch so sehr an, den anderen Elternteil von ihrer Meinung zu überzeugen.

Meistens haben beide Eltern beim Streit ein wenig Recht, aber manchmal hat nur ein Elternteil wirklich Recht oder ein Elternteil liegt sehr falsch. Oftmals wollen viele Kinder aber wissen, wer denn jetzt im Recht ist, können es aber selbst nicht gut beurteilen. Viele Kinder interessiert es aber auch nicht, wer Recht hat und sie wollen sich damit gar nicht auseinandersetzen. Streit selbst ist gar nicht unbedingt schlimm, Menschen sind oft nicht einer Meinung. Aber wie die Eltern Lösungen für ihre Konflikte finden, liegt in der Verantwortung der Eltern. Damit haben die Kinder nichts zu tun.

Geben Sie den Kindern den offenen Brief von der *Villa Pinedo* „Ein Brief von Kindern an alle Kinder getrennter Eltern“ mit dem Thema „Es ist nicht dein Job!“ (siehe Anhang). Es ist aber wichtig zu lernen, wie man sich auf eine gute Art und Weise streiten oder auch mal nicht der gleichen Meinung sein kann und wie man sich danach auch wieder versöhnen kann. Kinder fühlen oft, dass die Eltern sich nicht einig sind und dass es Spannungen zwischen den Eltern

gibt. Manchmal bekommen sie auch mit, dass die Eltern sich streiten. Das beunruhigt und belastet die Kinder. Manchmal versuchen die Eltern sich nicht vor den Kindern zu streiten. Aber auch dann können Kinder noch spüren, dass es einen Streit gibt oder gegeben hat.

### **Körperorientierte Übung – Wie sieht Streit aus?**

„Wem passiert das manchmal? Und woran merkst du es dann?“

„Wie sieht die Wut oder der Ärger zwischen deinen Eltern aus?“

Wir machen eine Übung, wie man bei den Eltern erkennen kann, ob es einen Konflikt oder einen Streit gibt. Die Kinder denken darüber nach, was sie dabei bei ihren Eltern bemerken. Die Therapeut\*innen machen die Übung gemeinsam vor. Ein Therapeut zum Beispiel stellt sich vor, wie es aussehen soll, nimmt eine bestimmte Pose ein, guckt auf eine bestimmte Art und gibt der anderen Therapeutin den Auftrag, wie diese stehen und gucken soll. Beide Therapeut\*innen führen also eine Körperhaltung und Mimik vor. Dann kann jemand ein Foto von dieser Skulptur machen (ein Praktikant oder ein Kind).

Fragen Sie die Kinder, wer von ihnen die Übung auch machen würde. Das Kind darf dann hervortreten und wählt sich ein anderes Kind zur gemeinsamen Darstellung aus. Wenn sie ihre Pose eingenommen haben, wird wieder ein Foto gemacht.

Nach einer Darstellung werden die anderen Kinder gefragt, was sie bei sich wahrnehmen können. Fragen Sie die Kinder, was sie fühlen, wenn es solche Spannungen oder solch einen Streit zwischen den Eltern gibt. Lassen Sie die Kinder auch ihre Gefühle darstellen. Kinder können auch zusammen einen „guten Streit“ und einen „schlechten Streit“ darstellen und filmen lassen. Sie können das Bildmaterial auch für die Präsentationen nutzen. Mit den Fotos können die Therapeut\*innen den Eltern zeigen, wie sie gearbeitet haben. Selbstverständlich müssen aber alle Kinder ihre Zustimmung geben.

Wenn die Therapeut\*innen merken, dass jedes Mal ungefähr dieselben Posen eingenommen werden, können sie noch andere Beispiele zeigen. Denken Sie an die drei destruktiven Muster, die eskalieren können zu *Vorwurf-Vorwurf*, aber auch *Vorwurf-Mauer* oder *Mauer-Mauer*.

Fangen Sie mit den Kindern ein Gespräch an: über das Streiten der Eltern, verschiedener Meinung sein oder einen Konflikt zu haben. Oder wählen Sie eine andere Arbeitsform. Was geschieht mit den Kindern? Was ist eine gute und was ist eine schlechte Art von Streit oder Ärger? Besprechen Sie das z. B. auf die folgende Weise:

„Ihr habt jetzt allerlei Skulpturen von Menschen gezeigt, wenn sie einen Streit haben oder wenn es Konflikte gibt. Einiges beim Streiten findet ihr nicht gut. Zum Beispiel sich gegenseitig zu beschimpfen, einander zu bedrohen, zu schlagen oder zu treten. Also eigentlich jemanden mit Absicht zu verletzen. Streiten an sich ist gar nicht so schlecht. Jeder streitet sich mal. Wenn ihr auf jemanden sehr wütend seid, oder weil die andere Person sehr wütend auf euch ist. Denke mal daran, wie das mit deinen Freunden oder Freundinnen ist, oder wenn du auf deinen Vater oder deine Mutter wütend bist.“

Es geht bei einem Streit nicht nur darum, dass man „auf eine gute Art wütend ist oder sich so streitet“, sondern es ist auch wichtig, dass man sich wieder verträgt und dass man „sich entschuldigen“ kann, wenn man weiß, dass der andere auch Recht hat, oder wenn man den anderen in seinem Zorn verletzt hat.

Streit oder Schweigen verursachen viel Stress, wenn sie keine Lösung bringen, wenn sowohl der Konflikt als auch die Unterschiede bestehen bleiben. Stress verursacht auch, wenn man beim Streit nur zuhört und man nichts dazu sagen kann. Oder wenn sie dich nach deiner Meinung fragen, wenn du aber keine Ahnung hast, was du sagen sollst. Oder wenn es um dich geht, aber deine Meinung nicht gefragt ist. Der eine findet dies, der andere das. Und sie wiederholen diese Argumente immer wieder, oder sie sagen überhaupt nichts dazu. Kinder belastet das oft."

Fragen Sie die Kinder, was mit ihnen geschieht, wenn es Ärger oder Streit zwischen den Eltern gibt. Was fühlen sie, was denken sie und was tun sie? Laufen sie weg oder stellen sie sich dazwischen? Mischen sie sich ein oder versuchen sie die Aufmerksamkeit auf sich zu ziehen und vom Streit abzulenken?

### **Traumabarbeitung**

Manche Kinder haben zu Hause sehr schlimme Konflikte erlebt, bei denen manchmal noch andere Personen, wie zum Beispiel die Stiefeltern oder die Großeltern beteiligt waren. Wenn die Eltern zur Ruhe kommen, viel weniger Streit haben und ihre Kinder wieder besser sehen können, ist es manchmal möglich, mit der Bewältigung des Traumas zu beginnen.

Dann kann nach den schlimmsten Erfahrungen gefragt werden: Was war vielleicht die schlimmste Situation, die die Kinder zwischen ihren Eltern miterlebt haben? Das kann der furchtbarste Streit gewesen sein oder das Schlimmste, was einer dem anderen gesagt hat oder etwas, das die Kinder in einer E-Mail der Eltern gelesen haben. Gibt es Situationen, an die sie noch regelmäßig denken müssen oder die sie sich vorstellen, wenn sie im Bett liegen? Wer fühlt sich manchmal einsam und allein? Und wer weint manchmal im Bett oder irgendwo anders? Und zu wem können sie mit ihrer Geschichte gehen?

Eine weitere Alternative, um mit den Kindern über Konflikte und Streit zwischen den Eltern ins Gespräch zu kommen, könnte sein, sich zusammen den Film „*Der Kleine und das Biest*“ über eine hochstrittige Trennung aus Sicht eines Jungen anzusehen<sup>3</sup>. Fragen Sie die Kinder nach ihren Reaktionen und schreiben Sie diese auf ein Flipchart in Form von Sprechblasen. Falls gewünscht, kann ein solches Flipchart von den Kindern auch während der Präsentationen verwendet werden, oder es kann von den Therapeut\*innen in der Elterngruppe gezeigt werden, um zu illustrieren, was in der Kindergruppe gemacht wurde - natürlich nur mit Zustimmung der Kinder.

---

<sup>3</sup> Der Film ist auf der Seite von ZDFtivi (Siebenstein) zu finden und anzusehen.

<https://www.zdf.de/kinder/siebenstein/der-kleine-und-das-biest-102.html> (5:38 min)

## **Präsentationen besprechen**

Besprechen Sie alle Kinderpräsentationen mit ihnen, sodass es in Sitzung 5 noch Zeit gibt, möglicherweise ein paar Dinge zu verändern. Manche Kinder wollen doch häufig noch etwas verändern und dafür haben sie jetzt die Zeit. Schauen Sie sich genau an, was jedes Kind bereits in seiner Präsentation gemacht hat und welche Texte oder Bilder verwendet werden.

Auch bei den Präsentationen der Kinder muss den Eltern respektvoll begegnet werden. Die Therapeut\*innen achten darauf, dass dies auch geschieht. Wenn dies nicht der Fall ist, besprechen Sie dies mit dem Kind und erklären Sie es ihm. Dann überlegen Sie gemeinsam mit dem Kind, wie es die Präsentation ggf. ändern kann.

## **Sitzung 5**

### **Präsentationen fertigstellen**

Warming-Up

Die Präsentationen werden vor der Pause fertiggestellt. Nach der Pause findet eine Art Generalprobe statt. Auf diese Weise können die Kinder selbst sehen, wie die Präsentation geworden ist. Und die Kinder können die Präsentationen der anderen Kinder sehen und wie sie geworden sind.

## **Sitzung 6**

### **Präsentationen der Kinder für die Eltern**

Eltern und Kinder fangen dieses Mal nicht zusammen an, sondern sie gehen jeweils gleich in ihren eigenen Raum.

#### **Vorbereitung auf ihre Präsentationen**

Wir erklären den Kindern noch einmal, wie wir die Präsentationen den Eltern vorführen. Außerdem besprechen wir die Reihenfolge der Präsentationen. Wir sorgen für genügend Sitzplätze im Raum. Die Kinder können selbst entscheiden, ob sie bei ihren Eltern sitzen wollen oder nicht. Dann bekommen die Eltern ein Zeichen, dass sie kommen können.

#### **Präsentationen und Nachbesprechung**

Die Kinder zeigen den Eltern ihre Präsentation. Die Kindertherapeut\*innen bleiben dabei anwesend. Wenn alle Präsentationen gemacht worden sind, bitten wir die Eltern, in ihren eigenen Raum zurückzukehren.

Wir führen mit den Kindern eine kurze Nachbesprechung durch. Und fragen Sie, ob sie mitbekommen haben, wie sich die Eltern gefühlt und wie sie reagiert haben. Oft haben die Kinder nicht mehr viel Energie und sind unruhig, weil die Präsentation für sie sehr aufregend gewesen ist. Man kann dann gemeinsam ein kurzes Spiel mit ihnen spielen, sodass sie kurz ihre Anspannung abbauen können.

Nach der Pause sollte es Gelegenheit für die Kinder geben, etwas zu tun, was ihnen Spaß macht. Manchmal führt die nachlassende Anspannung dazu, dass die Kinder ganz ausgelassen werden. Darum raten wir, etwas vorbereitet zu haben, wie einen Film oder eine besonders schöne Aktivität. Die Therapeut\*innen achten auf die Struktur und sorgen dafür, dass sich auch weiterhin jeder in der Gruppe sicher fühlt. Dabei können sich die Kinder immer noch weiter zu den Präsentationen, den Reaktionen der Eltern oder zu anderen Themen äußern.

## Sitzung 7

### Präsentationen der Eltern für die Kinder

Auch diesmal fangen Eltern und Kinder nicht zusammen an, sondern sie gehen jeweils gleich in ihren eigenen Raum – wie in Sitzung 6.

#### Vorbereiten der Kinder auf die Präsentation der Eltern

Wir erzählen den Kindern, dass die ganze Kindergruppe gleich gemeinsam zu den Eltern gehen wird. Denn alle Väter und Mütter haben etwas für die Kinder vorbereitet oder werden den Kindern etwas vortragen. Die Kindertherapeut\*innen kennen die Elternpräsentationen zwar nicht, sorgen aber dafür, dass die Kinder informiert sind, falls ein Elternteil abgesagt hat oder angekündigt hat, keine Präsentation zu machen. Sie können dies dann vorher dem betreffenden Kind in der Kindergruppe erzählen.

Erklären Sie den Kindern, dass es für alle Eltern und Kinder ein wichtiger Moment ist und dass alle es verdienen, dass ihnen gut zugehört wird und dass die Kinder die Eltern nicht unterbrechen sollen. Danach gehen die Kinder dann in die Elterngruppe.

#### Präsentationen der Eltern und Nachbesprechung

Die Eltern stellen ihre Präsentation der Reihe nach den Kindern vor. Nach der Präsentation der Eltern gehen die Kinder wieder für eine kurze Zeit zurück in die Kindergruppe und die Eltern bleiben in der Elterngruppe. Es gibt so die Gelegenheit, kurz miteinander über die Präsentationen zu sprechen. Anschließend folgt die Pause.

Im Anschluss der Präsentation nehmen wir uns für die Reflexion mit den Kindern noch etwas Zeit. Was haben sie von den Präsentationen der Eltern behalten? Haben sie verstanden, welche Nachricht ihr Vater und ihre Mutter ihnen mitgeben wollten? Durch die große Anspannung kann es sein, dass die Kinder nicht sehr gut zuhören konnten, was ihnen ihre Eltern erzählt haben. Manchmal ist die Geschichte der Eltern auch etwas schwer für die Kinder zu verstehen. Dann kann die Gruppe genutzt werden, und man kann in die Gruppe fragen, was die anderen von der Geschichte verstanden haben?

Achten Sie gut auf die nonverbalen Signale und nutzen Sie die Gruppe, um verschiedene Aspekte der Elternpräsentationen wahrzunehmen. Manche Kinder haben sich so sehr daran gewöhnt, das Verhalten eines Elternteils negativ zu interpretieren, dass es helfen kann, die anderen Kinder zu fragen, ob sie die Präsentation auch so interpretieren. Es gibt dann in der Gruppe immer auch Kinder, die das Positive an einer Präsentation benennen können oder die elterliche

Liebe sehen, die ausgedrückt wurde. Achten Sie darauf, wie Geschwister untereinander reagieren. Können sie einander erklären, was die Eltern ihnen gesagt haben?

### **Der Brief an das Netzwerk**

Nachdem bei der Reflexion alle Kinder ausreichend berücksichtigt wurden, gibt es die Möglichkeit einen Brief an das Netzwerk zu verfassen, also z.B. an die Großeltern, die Stiefeltern und andere wichtige Menschen in ihrem Leben. Um was möchten die Kinder sie bitten? Welche Fragen haben sie oder was möchten sie ihnen sagen?

Der Brief von *Villa Pinedo* (siehe Anhang) kann hierbei eventuell eine Inspiration sein. Die Kinder können ihrem Netzwerk eine Nachricht schreiben oder sich gegenseitig interviewen, alles ist möglich. Wenn die Kinder bereits zu angespannt oder zu müde sind, sollte natürlich immer Zeit für ein Spiel oder eine Entspannungsübung sein.

## **Sitzung 8**

### **Zukunft und Evaluation**

Warming-Up

#### **Tipps für die Zukunft**

Besprechen Sie mit den Kindern, was sie tun können, wenn es zu Hause doch weiterhin Spannungen und Streit gibt, wenn der eine Elternteil etwas Negatives über den anderen sagt oder wenn jemand aus dem Netzwerk das tut. Stellen Sie in der Kindergruppe (am besten im Kreis herum) die Frage so oft, bis keine Ideen mehr genannt werden. Die Tipps können von den Therapeut\*innen oder den Kindern selbst gesammelt und aufgeschrieben werden. Die Kinder können eine kleine Schachtel oder Schatzkiste gestalten, in der die Tipps verwahrt werden. Die Kinder, die das Gefühl haben, dass sich noch gar nichts geändert hat, benötigen hier noch extra Unterstützung.

#### **Evaluation**

Werten Sie die Kindergruppe aus und stellen Sie folgende Fragen:

„Ihr seid jetzt achtmal zu Kinder aus der Klemme gekommen. Ihr seid dort gemeinsam mit anderen Kindern in einer Gruppe gewesen, die in einer ähnlichen Situation sind wie ihr. Fast alle Sitzungen haben zunächst einmal zusammen mit euren Eltern begonnen. Ihr habt euch drüber unterhalten, wo ihr wohnt, wie der Umgang geregelt ist und über die Art und Weise wie eure Eltern miteinander umgehen, oder ihr habt dazu etwas gezeichnet oder etwas dargestellt.“

Aber auch über das Gefühl, das man hat, wenn man sich zwischen den beiden Eltern entscheiden muss, haben wir gesprochen und darüber, was ihr verändert haben möchtet. Ihr habt eine eigene Präsentation für die Eltern erstellt und ihr habt die Präsentationen gesehen, die eure Eltern für euch gemacht haben.“

Wir möchten euch über die Gruppe gerne noch ein paar Fragen stellen:

„Was hat dir an der Gruppe gut gefallen?“

„Was war für dich in der Gruppe schwierig?“

„Was wirst du von der Gruppe in Erinnerung behalten, sowohl von dem was in der Gruppe passiert ist als auch von dem, was du gelernt hast?“

„Was hat dir nicht so gut gefallen, oder was sollen wir in der Gruppe zukünftig nicht mehr so machen?“

„Hast du noch Ideen für eine nächste Gruppe?“

„Hast du Veränderungen bei deinen Eltern bemerkt, oder hat sich etwas in deinem Leben verändert? Was denkst/fühlst du darüber?“

### **Abschied**

Sorgen Sie für eine Anzahl großer schöner Karten oder machen Sie aus buntem Tonpapier selbst welche. Schreiben Sie auf jede Karte den Namen eines Kindes, sodass es für jeden eine eigene Karte gibt.

Lassen Sie die Kinder und die Therapeut\*innen jeweils etwas Nettes über jedes Kind sagen und schreiben sie es auf die Karte. Jeder darf am Ende der Sitzung seine Karte mit nach Hause nehmen. Eventuell kann die Karte auch bei den Auswertegesprächen überreicht werden. Erzählen Sie den Kindern, wie das Nachtreffen mit der Familie aussieht und wann der Termin ist.

## **V. LITERATURANGABEN**

- Cohen, J. A., Mannarino, A. P. & Murray, L. K. (2011). Trauma-focused CBT for youth who experience ongoing traumas. *Child Abuse & Neglect*, 35(8), 637-646.
- Elst, E. van der, Wierstra, J., van Lawick, J. & Visser, M. (2020): *Kinder aus der Klemme – Arbeitsbuch für Eltern*. Carl Auer Verlag, 120 Seiten, DIN-A4, ISBN 978-3-8497-0335-6
- Lawick, J. v. & Visser, M. (2017): *Kinder aus der Klemme. Interventionen für Familien in hochkonflikthaften Trennungen*. Carl Auer Verlag, 195 Seiten, ISBN 978-3-8497-0170-3
- Oppenheim, D. (2006). Child, parent, and parent–child emotion narratives: Implications for developmental psychopathology. *Development and Psychopathology*, 18(03), 771-790.
- Rober, P. (2012). *De praktijk van de gezinstherapie*. Leuven: Acco.
- Schoemaker, K., Kruijff, A. de, Visser, M., Lawick, J. van & Finkenauer, C. (2017). *Vechtscheidingen. Beleving en ervaringen van ouders en kinderen en verandering na kinderen uit de knel*. Onderzoeksrapport. Academische Werkplaats aanpak Kindermishandeling.

## VI. ANHANG



### Es ist nicht Dein Job! Brief von Kindern an Kinder getrennter Eltern



Villa Pinedo ist eine Organisation in den Niederlanden für und mit Kindern getrennter Eltern. Dieser Brief ist für alle betroffenen Kinder.



### Es ist nicht Dein Job!!

Hey!

Wie gut, dass Du das liest! Denn dieser Brief ist nämlich speziell für Dich geschrieben: Deine Eltern haben sich getrennt. Wir möchten Dir mit diesem Brief total gern eine Sache deutlich machen. Etwas, wovon Du sofort etwas hast!

Beschäftigst Du Dich schon im Sommer mit den Festtagen an Weihnachten? Tröstest Du Deine traurigen Eltern? Fühlst Du Dich **verantwortlich** für ihr Glück? Denkst Du manchmal, dass die Trennung Deine Schuld ist? Musst Du selbst regeln, wann Du bei wem bist? Hörst Du die negativen Dinge, die Deine Eltern sie übereinander sagen? Hast Du das Gefühl, dass Du für Deine Schwester oder Deinen Bruder sorgen musst? Verhältst Du Dich ganz erwachsen, um Deinen Eltern nicht weh zu tun?

Dann möchten wir, dass Du weißt: Das ist alles **nicht Dein Job!** Wir möchten Dir Tipps geben, wie Du diese Situation verändern kannst.

#### Was kannst Du tun?

- ♥ Deinen Eltern (Vater/Mutter) sagen, dass Du keine negativen Dinge über den anderen Elternteil hören willst, weil es Dir weh tut und Dich verletzt
- ♥ Sicher sein, dass Du sowohl deine Eltern lieben darfst als auch von ihnen geliebt wirst
- ♥ Deine Eltern nach klaren und deutlichen Absprachen fragen
- ♥ wissen, dass Du das **Recht hast**, bei einem Elternteil auch über den anderen zu sprechen
- ♥ Mit jemand anderem sprechen, wenn Deine Eltern nicht zuhören
- ♥ Deinen Eltern erzählen, wie Du Dich fühlst und was Du brauchst
- ♥ Deinen Eltern sagen, dass Du nicht für ihre Trennung verantwortlich bist, und dass Du ihnen die Verantwortung dafür zurück zu geben willst

#### Du musst das nicht alleine schaffen!

Wir wissen, wie schwierig es manchmal sein kann, ehrlich zu seinen Eltern zu sein. Zum Glück bist Du **nicht allein!** Wenn Du willst kannst Du uns schreiben, um Dein Herz auszuschütten, nach Rat fragen oder anderen Kindern und Eltern Tipps geben. Liebe Grüße von allen Villa Pinedo Kindern

P.S. Jetzt kannst Du anfangen, Dich wieder um echt wichtige Dingen zu kümmern, nämlich nur Du selbst zu sein.



## Brief von Kindern getrennter Eltern an ihr soziales Netzwerk



*Villa Pinedo* ist eine Organisation in den Niederlanden für und mit Kindern getrennter Eltern. Dort haben Kinder diesen Brief die Menschen aus ihrem sozialen Netzwerk verfasst.

### Ein Brief an das Netzwerk!



**Wir** haben dem Netzwerk von getrennten Eltern – **also euch!** – einen Brief geschrieben. Darin möchten wir euch einmal aus unserer Sicht einiges erklären und euch ein paar Dinge fragen. Wir haben den Brief bei unserem letzten Treffen mit der Kindergruppe gemeinsam zusammengestellt. Die Kindertherapeuten haben uns dabei geholfen, ihn aufzuschreiben. Das hier ist das Ergebnis:

Dass sich unsere Eltern getrennt haben, hat auch Vorteile: Wir können jetzt zum Beispiel zweimal Weihnachten feiern ;-) Es ist auch schön, wenn uns zweimal vorgelesen wird. Und zuhause ist es jetzt ruhiger. Und wenn wir uns mal mit einem Elternteil gestritten haben, ist immer noch der andere da, zu dem wir gehen können. Aber oft fühlen wir uns doch hin- und hergerissen zwischen zwei Eltern, die wir beide lieben. Euch ist bestimmt auch aufgefallen, wie schwierig und stressig alles geworden ist.

#### **Doch ihr könnt helfen!**

Also: Dürfen wir euch um ein paar Dinge bitten?

- » Könnt ihr bitte zu beiden unseren Eltern nett sein und euch zu uns und unseren Eltern genau so verhalten, wie ihr es vor der Trennung getan habt?
- » Könnt ihr euch bitte nicht streiten, sondern nett zueinander sein?
- » Könnt ihr es bleiben lassen, schlecht voneinander zu reden und dumme Sachen zueinander zu sagen? Könnt ihr Freunde sein?
- » Könnt ihr uns helfen, damit wir miteinander Spaß haben können? Ihr sollt wissen, dass es für uns nicht schön ist, wenn unsere Eltern und ihr euch miteinander streitet.
- » Und wenn unsere Eltern doch miteinander streiten, könnt ihr uns dann dabei helfen, an etwas anderes zu denken und nette Sachen miteinander zu machen?
- » Könnt ihr uns Mut machen, wenn wir keine Lust haben, zu unserem Papa oder zu unserer Mama zu gehen?
- » Und an die Stiefeltern: Könnt ihr unsere Eltern bestimmen lassen und euch nicht zu sehr einmischen? Das ist für uns angenehmer und relaxter. Es geht uns dann auch besser mit euch.
- » Und könnt ihr bitte nicht dazwischenreden oder -rufen, wenn ich gerade mit meinem Vater oder meiner Mutter telefoniere?

Wir danken euch für alles, womit ihr uns schon geholfen habt.

Alles Liebe

im Namen aller Kinder