

## Coaching für Eltern

### in komplexen traumatischen Konstellationen

Karl Heinz Pleyer, Viersen

1

### Grundannahmen im Elterncoaching

- ☉ Information plus Energie als Input ins „Familiensystem“
- ☉ Gezielte Beeinflussung der Kräfteverhältnisse  
Positionierung an der Seite eines Erziehungsverantwortlichen
- ☉ Schutz gebende Begleitung,  
Überlastungen/ Bedrohungen kontrollieren, aktive Schutzmaßnahmen
- ☉ Nutzen des vorhandenen Lösungspotentials  
Mitgehen und einen Schritt dahinter bleiben
- ☉ (auch) direktives Anleiten zur Schaffung von Optionen  
(angemessen bei extremer Unterstützungsbedürftigkeit)

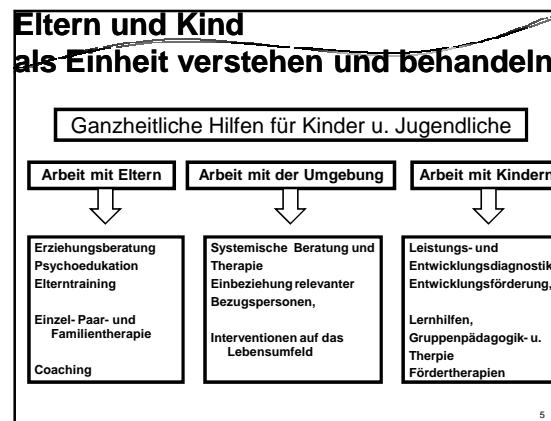
### Systemische Prämissen

- Das Kind ist kein Vertragspartner. Das Kind wird nicht verantwortlich gemacht für den Prozess. Problemlösung ist Elternsache. Eltern sind Kunden.
- Coachingprozess als Übergangsritual mit zeitlich limitierten Zielsetzungen, neu festgelegten Regeln (Privilegien und Pflichten für alle Beteiligten)
- Hilfeprozess ist als Mannschaftsspiel definiert.

### Weitere Grundannahmen

- Eltern stärken ist beste (unverzichtbare) Hilfe für das Kind, Eltern sind Kunden, Kind ist Nutznießer unserer Dienstleistung.
- Förderung der kindlichen Entwicklung, Stärkung seiner Ressourcen bzw. Selbstorganisationskräfte im Auftrag der Eltern und möglichst vor ihren Augen. Arbeit am Kind nie hinter dem Rücken der Eltern!
- Alternative Definition der familientherapeutischen Arbeit:  
„Supervision schlecht gelingender Lösungs-/ Selbstheilungsversuche“ bzw. misslingender Versuche, das „Problem“ des Kindes zu lösen.

4



### Was brauchen Familien für eine erfolgreiche Mitarbeit

1. **Sicherheit:**
  - bei akuter Bedrohung: Schutz vor Retraumatisierung
  - Abschirmung gegen traumatische Stresseinflüsse,
2. **Stressoren und „Trigger“ aufdecken:**
  - - wovor haben Familienmitglieder besondere Angst?
  - - was vermeiden sie?
  - - in welchen Situationen verhalten sie sich so, dass sie soziale Unterstützung verlieren, sich isolieren?
3. **Unterstützernetzwerk einrichten**
  - - wer hilft aktiv mit, wer wird als Hilfe erlebt
4. **Maßnahmen zur Vertrauensbildung**
  - - Z. B. wechselseitige Befürchtungen offenlegen

6

### Traumabezogene Arbeitsziele

- **desorganisierte, destabilisierte Bindungsmuster der Eltern zu ihrem Kind (als gelernte Schutzreaktionen) respektieren, erkunden und thematisieren;**
- **die Bewusstmachung dissoziierter Erinnerungsanteile anregen:**
  - Erinnerungen und aktuelles Erleben (Alpträume) durcharbeiten (erzählen lassen).
  - Neukonstruktionen (Metaphern) entwickeln, die der Vergangenheit einen Sinn geben und eigenes Erleben plausibel machen können.

**Achtung: Alltagsbewältigung geht vor!**

- **Geschwindigkeit der Betroffenen bei der Verarbeitung akzeptieren,** Verdrängen oder Vermeiden etc. können (lange Zeit oder dauerhaft) funktional sein.
- **Das Lebensumfeld ressourcenbezogen neu organisieren**

7

### Erstellen eines Arbeitsrahmens, der gewünschte Veränderungen ermöglicht

- Zielklärung und Machbarkeit der Ziele beidseitig prüfen
- Chemieprüfung
- Hilfeangebot (eigene Möglichkeiten und vor allem Grenzen) detailliert erläutern
- Können wir Sicherheit, die Eltern brauchen, gewährleisten?
- Gründe für Hoffnung auf Erfolg explizit herausarbeiten.
- Für eine „affektive Rahmung“ (nach erfolgter Chemieprüfung) sorgen.
- Gegenseitige Verbindlichkeit (evtl. mit Konventionalstrafen) vereinbaren.
- Konsens über ein Offenheitsgebot zwischen Eltern und prof. Helfern herstellen?
- Erreichbarkeit der erziehungsverantwortlichen Bindungsperson (physische und „virtuelle Präsenz“) als Bedingung sicherstellen.

8

### weitere Arbeitsschritte

- „Bejahungsritual“ als Ergebnis der „Chemieprüfung“ beim Start
- Einführung des „verantwortlichen Elternteils“ (Lenkradmetapher)
- Erwartungen auf Mehrstimmigkeit prüfen
- Lösungshypothesen auf Konsensfähigkeit mit Helfern überprüfen
- Regeln für das Kind als Arbeitsorientierung für Helfer
- Verbindliche Vorgaben für erzieherische Maßnahmen
- Abbruchkriterien festlegen
- Nachbetreuung (als Sicherheitsgurt) vorankündigen

9

### Zentrale Ziele des Elterncoaching

Wiederherstellung von erzieherischem Wirksamkeitserleben und elterlicher Autorität

- **Bindungstheoretische und entwicklungspsychologische Begründung:**
- Zur Entwicklung eines „psychologischen Selbst“ ist (ganz besonders in der Adoleszenz) die innere, aber auch die lebendige reale Auseinandersetzung mit der Bindungsperson bzw. den leiblichen Eltern und mit den historisch gewachsenen Bildern, mit den erinnerten Erfahrungen wichtig.
- Merkmal der parentalen Hilflosigkeit ist das Vermeiden dieser Auseinandersetzung, ein Rückzug aus der elterlichen Präsenz.

10

### Elterncoaching nach Haim Omer und Arist von Schlippe – ein Exkurs

Zentrale Konstrukte:

- **Präsenz**
- **Gewaltloser Widerstand**




**Systemische Fundierung und begriffliche Aufbereitung**

- „**Neue Autorität**“

11

### Die „Neue Autorität“

Autorität der Eltern als Therapieziel galt lange Zeit als „politisch nicht korrekt“

- **Neue Autorität:** Präsenz + Nähe
- **Traditionelle Autorität:** Furcht + Distanz

Säulen elterlicher Autorität:

- **Präsenz**
- **Selbstkontrolle**
- **Unterstützungssysteme**
- **Transparenz, Öffentlichkeit**
- **Gewaltloser Widerstand**
- **Versöhnung - Beziehung**
- **Wiedergutmachung**

12

### Aspekte elterlicher Präsenz

- **Psychische Präsenz:** Angst und Sorgen mitteilen, Gefühle zeigen und zumuten, Botschaft: du bist mein Kind und ich bin für dich da, ich lasse nicht zu, dass du verwahrlost
- **Physische Präsenz:** bleiben, nicht wegschicken, auf das Kind zugehen, Umarmen, festhalten, den Händen, den Schultern fassen, Blickkontakt einfordern,
- **Räumliche Präsenz:** Privatsphäre respektieren, schützen, sich einladen lassen, Einlass erbiten, gemeinsame Aktivitäten/ Arbeiten, Spiele
- **Zeitliche Präsenz:** gemeinsame Zeiten vereinbaren, vorgeben, (Essen, Freizeit, Familienkonferenz), unvorhergesehene Kontakte
- **Präsenz d. soz. Umgebung** Veröffentlichung, Rundumtelefonieren/ Vernetzung (z. B. mit Schule, anderen Eltern etc.), Helfer zur Beaufsichtigung
- **Virtuelle Präsenz** Schriftstücke mit Anweisungen, Erwartungen, Vertragstexte Bilder, Photos, Plakate, Schilder (Stop)

13

### Trainingsfelder

in der traumabezogenen systemischen Arbeit mit Eltern (Pleyer)

#### Die vier Phänomenbereiche der Parentalen Hilflosigkeit

- Wahrnehmung**  
sensibilisieren (durch interaktive Übungen)
- Verantwortung**  
stärken (durch Wirksamkeitserfahrung)
- Konfliktregulierung**  
Konflikte (für Lösungen) nutzen, anstatt zu vermeiden bzw. unterdrücken
- Kooperation**  
vorleben, stärken und alltäglich trainieren

14

### Trainingsfeld Wahrnehmung


#### 1. Beziehungswahrnehmung verbessern wechselseitige Botschaften angemessen entschlüsseln durch geleitete Interaktion

- Mentalisierungsübungen als (spielerische) Alltagsroutine,
- Achtsamkeitsaufgaben, Entspannungstrainings
- die Sprache über Gefühle (wieder-)beleben
- offene Aussprachen über die wechselseitigen Wahrnehmungen fördern

15

### Mentalisieren – ein Exkurs

- **Peter Fonagy**
- englischer Professor für Psychologie in London
- (Psychoanalytiker)
- entwickelte aufgrund empirischer Forschungsergebnisse das
  - Konzept der Mentalisierung
- und die darauf aufbauende mentalisierungsgestützte Psychotherapie (*Mentalisation-Based-Treatment*, kurz: *MBT*) zur Behandlung von
  - Persönlichkeitsstörungen,
  - Borderline-Störungen und
  - Dissoziative Persönlichkeitsstörungen.
- Theoretische Fundierung in Konzepten der
  - Bindungstheorie und der
  - Theory of Mind- Forschung



16

### Was ist Mentalisieren?

- **Mentalisieren heißt:** sich vorstellen, was im Kopf des anderen, auch im eigenen, vorgeht.
- **Empathiefähigkeit:** sich in andere hineinzuversetzen, zu fühlen, was der andere fühlt und sich selbst und die eigenen Gefühle quasi von außen zu betrachten und zu beurteilen.
- **Fähigkeit, die Realität drinnen und die Realität draußen zu unterscheiden.**
- **Das Mentalisierungsdefizit korrespondiert bei Autisten mit einer reduzierten Ausstattung des Frontalhirns mit „Spiegelneuronen“.**

17

### Stress und Mentalisieren

- **Leichter Stress fördert die Aufmerksamkeit als Voraussetzung zum Mentalisieren. Starker Stress blockiert diese Funktion.**
- **Wenn Angst oder Stress die Bewältigungsgrenze überschreiten, geht das Frontalhirn offline und gibt an das limbische Systems ab, welches für Überlebensfunktionen zuständig ist. Die Funktion des Mentalisierens schaltet sich ab.**
- **Im Falle der Chronifizierung reduziert sich die Fähigkeit, sich in den Anderen hineinzuversetzen. Durch einen dauerhaft bevorzugten Bindungsstil entwickeln sich zeitstabile Muster der Beziehungsregulierung, die dann als Merkmal der Persönlichkeit oder als „Persönlichkeitsstörung“ identifiziert werden.**

18

### Trainingsfeld Verantwortung

2. Verantwortlichkeit stärken:

- Keine Erziehungsverantwortung abnehmen, (Kinder nicht adoptieren)
- Eltern: hauptverantwortliche Gestalter des Programms
- Permanent auffordern, sich zu positionieren,
- Anregen bzw. zwingen, Entscheidungen zu treffen
- Hilflosigkeit akzeptieren

19

### Trainingsfeld Konfliktgestaltung

3. Konflikte zwischen Eltern und Kindern als Lösungsprozesse begreifen und deren Chancen nutzen

- Fördern, herbeiführen, coachen von Konflikten
- Lösungen und Versöhnung erarbeiten helfen
- selbst Konflikte mit Eltern eingehen

20

### Methoden der Konfliktregulierung

bei aggressiven Tendenzen von Kindern/ Jugendlichen

**Gewaltspiralen vermeiden:**  
10 Regeln für Erzieher und Eltern, die (nicht nur) der Deeskalation dienen:

- Nicht spontan Schimpfen, sondern Abkühlen eigener angetriggelter Emotionen, nicht „Einsteigen“ in Diskussionen (ggf. Schweigen),
- Empfangsbestätigung für emotionale Botschaft geben ohne Abwertungen und psychologisierende Deutungen, (Ich- anstatt Du- Botschaften)
- Gültigkeit gesteckter Ziele betonen und verletzte Regeln (Gewalt) und Grenzen benennen,
- spätere Lösung (möglichst mit Zeitangaben) verlässlich ankündigen,
- Autorität der Bindungsperson (evtl. durch sofortiges Kontaktieren) nutzen
- Handlungsmöglichkeiten als Wahlmöglichkeiten anbieten,
- Unterstützer kontaktieren, evtl. aktivieren,
- Öffentlichkeit ankündigen und herstellen,
- Versöhnungsmöglichkeiten (in der relevanten Gruppe) sondieren, Wiedergutmachungen (Individuen, Familie, Gruppe) ankündigen.
- Deutung krisenhafter Ereignisse als „Vorfall oder Rückfall“?

21

### Trainingsfeld Kooperation

4. Kooperation stärken, Isolation überwinden

- Kooperation als Arbeitsbedingung einfordern
  - Kooperationsvereinbarungen schriftlich
  - Leistung und Gegenleistung verdeutlichen
  - Verbindlichkeit herstellen
  - Übertretungsklauseln ausarbeiten
- Kooperation modellhaft vorleben,
- Kooperation psychoedukativ lehren und trainieren

22

### Weitere spezielle Methoden

- Wertschätzung und Verantwortlichkeit in der Sprache als verbindliche Vorgabe
- Entschuldigungs- Versöhnungsrituale
- Wiedergutmachungsregelungen
- Reflektierendes Team routinemäßig für Eltern (und Kinder)
- Das „Ich-schaffs“- Programm für Kinder als Instrument für die Eltern!

23