

Coaching für Eltern von Kids und Teens

Dr. Sabine Vökl-Kernstock

Univ.klinik für Psychiatrie des Kindes-
und Jugendalters

Medizinische Universität Wien

Was ist „Eltern(Paar)coaching“ NICHT

- Paartherapie
- Paarmediation
- Familientherapie
- Familienmediation
- Erziehungsberatung
- Eltern-Trauma-Gruppe
- Familienaufstellung

Was I S T Eltern(Paar)coaching

- Anleitung,
- Moderation,
- Input

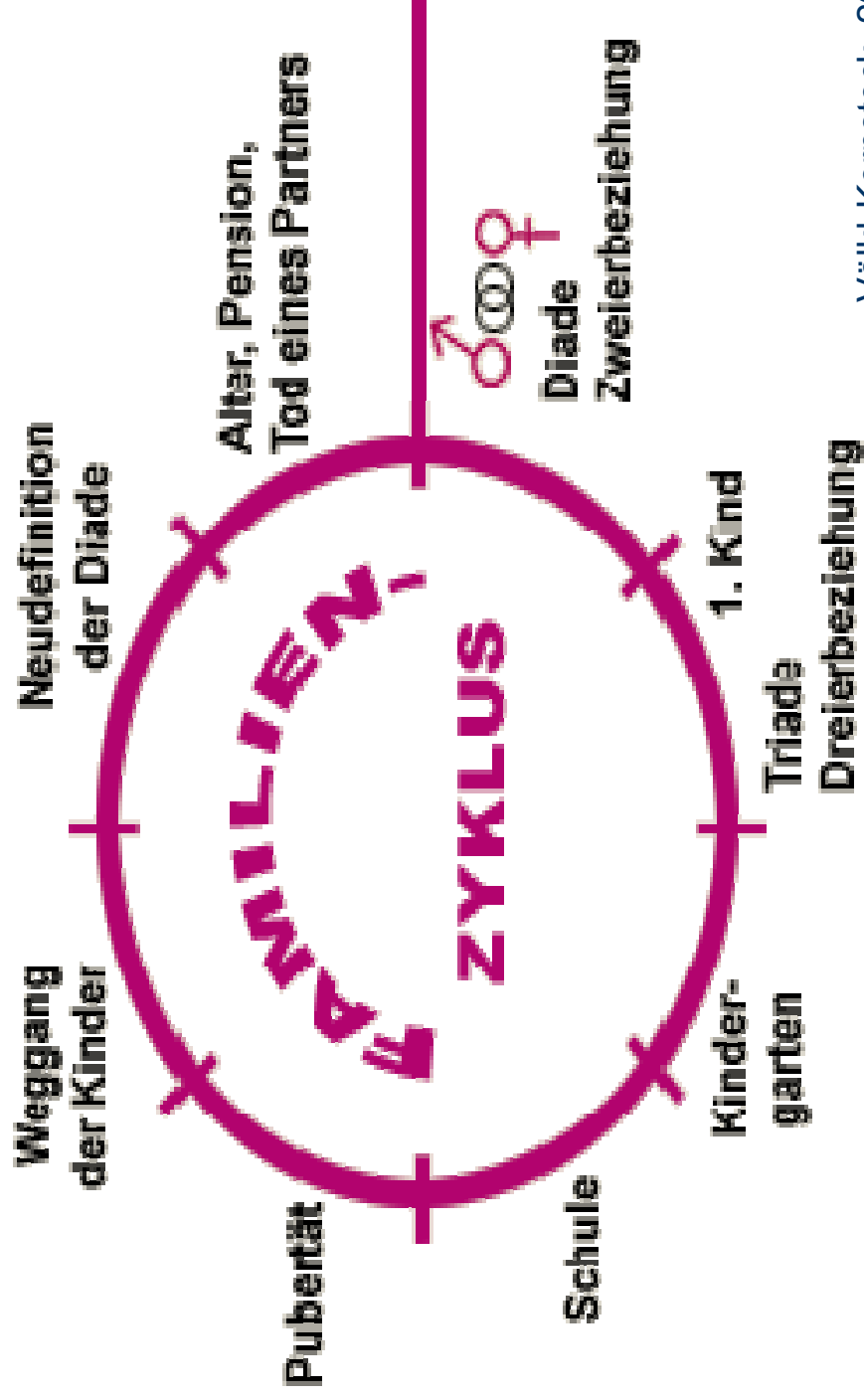
für Paare die Eltern werden bzw. Eltern sind, um mit kindbezogenen Lebensveränderungen entsprechend ihren individuellen und gemeinsamen Bedürfnissen umgehen zu können.

Lineares Modell: 7 Phasen des Familienzyklus

(Duvall, 1971; Aldous, 1978)

- Phase 1: Heirat und Partnerschaft ohne Kinder
- Phase 2: Familien mit Kleinkindern
- Phase 3: Familien mit Kindern im Schulalter
- Phase 4: Familien mit Kindern in der Adoleszenz
- Phase 5: Familien im Ablöseprozess bis alle Kinder das Elternhaus verlassen haben
- Phase 6: Die Familie in der Lebensmitte nach Auszug der Kinder bis zur Pensionierung
- Phase 7: Die Familie im Alter bis zum Tod der Eltern

Zirkuläres, lebenszyklisches Modell



Der Übergang zur Elternschaft

- Von der Dyade zur Triade

Das Kind wirkt auf die Partnerschaft
sowohl verbindend als auch trennend!

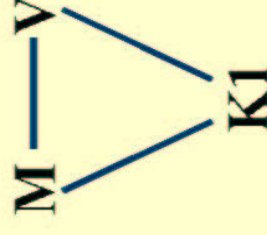


Triade oder drei Dyaden

Mutter

Vater

Einkindfamilie





Der Übergang zur Elternschaft II

- **Verbindend:**
Die gemeinsame Aufgabe des Umsorgens und Beschützens.
- **Trennend:**
Partner nehmen sich im ihren persönlichen Bedürfnissen zurück und teilen die Liebe und Aufmerksamkeit des anderen mit dem Kind.

Der Übergang zur Elternschaft III

- Die Auseinandersetzungen mit der Elternschaft
- Die Veränderungen in der Partnerschaft
- Generationenkonflikte



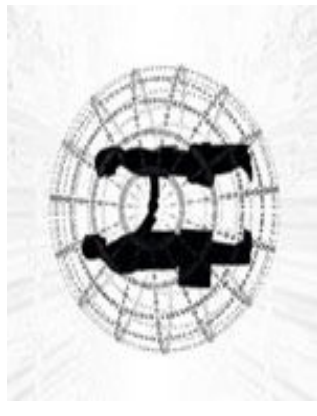
Veränderungen in der Partnerschaft

- Verteilung von Aufgaben und Funktionen werden neu ausgehandelt.
- Übereinkünfte über Kindererziehung, zukünftige berufliche Entfaltung, Art der Sozialkontakte und der Beziehungen zu ihren Herkunftsfamilien

Partnerschaftliches Gleichgewicht!!

Veränderungen in der Partnerschaft II

Dieser Verständigungsprozess wird erleichtert, wenn zwischen den Partnern Offenheit für die Bedürfnisse des anderen herrscht und der emotionale Austausch ein wesentlicher Bestandteil der Beziehung ist.



Zusammenleben mit Kleinkindern

- Von der Geburt bis zur Einschulung steht das Kind völlig im Zentrum der elterlichen Aufmerksamkeit.
- Das Paar ist zumeist von der Ernährung, Versorgung und Erziehung okkupiert.
- Durch entwicklungsbedingte Interessen des Kindes werden im fam. Beziehungsgefüge Krisen generiert, die einen Wandel der etablierten Beziehungen herausfordern.

Zusammenleben mit Kleinkindern II

- Beziehungsgestaltung zwischen Eltern und Kind (Attachment-Forschung: sichere Basis!)
- Grenzregulation
 - Kind darf nicht als unbewusste narzisstische Bedürfnisbefriedigung der Eltern verwendet werden.



Zusammenleben mit Kleinkindern III

- Die Beziehung zwischen Kind, Eltern und Großeltern

Sind Großeltern ent- oder belastend für die Familie? (Erziehungsstil, Autorität, Generationengrenzen)

Zusammenleben mit Kleinkindern IV

- Veränderungen in der Paardyade (elterliche Zufriedenheit nimmt bis zum Schulalter des Kindes weiter ab; Cierpka & Frevert, 1995).

CAVE: Kindererziehung wird zum ehelichen Machtkampf!



Ankunft eines zweiten Kindes

Innerfamiliärer Konsolidierungsprozess
(Rollenwechsel, organisatorische Veränderungen,
Mehrbelastung für Mutter und Vater)

Neues Gleichgewicht muss für alle familiären
Beziehungen gefunden werden
(kann bis zu 2 Jahren dauern!)

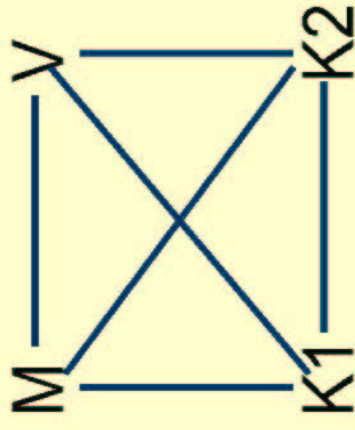
Zweikindfamilie



6 Dyaden

4 Triaden

1 Tetrade

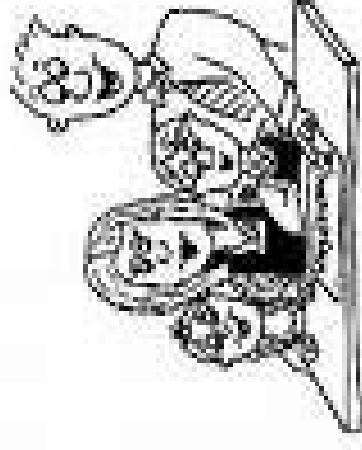


Die Latenzzeit: Phase der Familienkohäsion

- Balance des affektiven Austausches zwischen Eltern- und Paarfunktionen

Das Paar erlebt i.H. auf die partnerschaftliche Zufriedenheit eine Stabilisierung in der emotionalen Verbundenheit und eine weitgehende Übereinstimmung hinsichtlich familiärer Wert- und Normvorstellungen.

Auseinandersetzung mit Berufskarriere!



Völl

Die Adoleszenz: Der Ablöseprozess

- Krisenanfällige Zeit für alle Beteiligten durch tiefgreifende Veränderungen und eine Neugestaltung der bestehenden Beziehungsstrukturen.

Wechsel zwischen
Abhängigkeit und Ablösung
Progression und Regression



Die Adoleszenz: Der Ablöseprozess

Wichtige diagnostische Fragen:

- Kann die Familie unterschiedliche Auffassungen und Meinungen zulassen und gewinnbringend für sich nutzen?
- In welcher Weise wird auf die unterschiedlichen Erwartungen und Phantasien der einzelnen Familienmitglieder eingegangen?

Die Adoleszenz: Der Ablöseprozess

- Durch welche Ängste, Erwartungen, Phantasien der einzelnen Familienmitglieder wird der Ablösungsprozess erschwert oder blockiert?
- Wie haben sich die Eltern von den Großeltern in ihrer Adoleszenz abgelöst?
- Wie stellt sich jeder in der Familie die Zeit nach der Ablösung eines Jugendlichen von zu Hause vor?

Familien in der Lebensmitte: Die Neuformulierung der Beziehungen

- Ob und welche Ressourcen hat das Familiensystem und die Paarbeziehung, um Neuformulierung der familiären Beziehungen zu erreichen?
- „Empty-Nest-Syndrom“

Mögliches Setting I

EINZELPAAR-SETTING

- Paar, das Eltern ist oder wird bzw. sich in einer der zuvor genannten Phasen des Lebenszyklus befindet.

Mögliches Setting II



GRUPPENSETTING

- Paare, die Eltern sind oder werden (mit homogener Lebensphase)
- Gruppengröße: 10 bis maximal 12 Personen
- Geschlossene Gruppe (8 bis 10 Sitzungen)

Mögliche Themen

- Selbstbild/ Selbstwert
- Umgang mit Gefühlen
- Stressverhalten
- Kommunikation in Systemen
- Entwicklungspsychologie
-

**Vielen Dank für Ihre
Aufmerksamkeit!**



sabine.voelkl-kernstock@meduniwien.ac.at