

Was Familien heute gefährdet

BEZIEHUNGEN Neue Formen des Zusammenlebens führen auch zu neuen Konflikten. Etwa dann, wenn in Patchworkfamilien Rollenkonflikte entstehen oder wenn das Projekt Kind zu wichtig wird.

INTERVIEW PIRMIN BOSSART
wissen@luzernerzeitung.ch

Frau Nelevic, Wie haben sich die gesellschaftlichen Veränderungen auf die Familie ausgewirkt?

Christine Nelevic: Die Gesellschaft ist mobiler und flexibler geworden. Man ist weniger in traditionellen Werten verankert. Frauen sind selbstständiger, bilden sich aus, sind wirtschaftlich unabhängiger. Aber es bleibt ein Spagat, die verschiedenen Rollen als Mutter, Ehepartnerin und berufstätige Frau erfüllen zu wollen.

Und die Männer?

Nelevic: Sie müssen sich nebst Erfolg im Beruf als aufmerksame Partner, liebevolle Väter und Haushaltshilfe auszeichnen. Das führt zu Spannungen, die grösser geworden sind. Auffallend ist, dass vermehrt traditionelle Rollen gelebt werden, sobald ein Paar Kinder bekommt. Frauen nehmen wieder mit grösserer Selbstverständlichkeit den Namen des Mannes an.

Auch Kinder haben für Familien eine andere Bedeutung bekommen.

Nelevic: In der modernen Gesellschaft machen Paare das Kind zu einem Projekt. Früher haben Kinder einfach dazugehört. Heute geben Kinder dem Leben einen Sinn. Eltern investieren sehr viel in ein Kind. Ein Kind soll optimal gefördert werden. Deshalb hat auch eine gute Schulbildung eine grosse Bedeutung bekommen. Eltern schalten sich ein, sie wollen für ihre Kinder das Optimum an Unterstützung herausholen, damit diese bei der wirtschaftlichen Entwicklung bestehen können.

Wie beurteilen Sie diese Fokussierung auf das Kind?

Nelevic: Es wird dann problematisch, wenn Eltern dem Projekt Kind nahezu alles unterordnen. Und wenn das Kind, seine Wünsche den Alltag, das Leben der Familie, der Eltern bestimmen. Das ist eine Tendenz, die zunimmt. Durch diesen Erziehungsstil erfährt es keine Grenzen, keinen Halt. Kinder können der Überforderung mit unterschiedlichen Auffälligkeiten wie etwa aggressivem Verhalten, Ängsten, Depression Ausdruck geben. Auch kann es sein, dass man damit kleine Egomane heranzieht, die es gewohnt sind, eine grosse Bedeutung zu haben.

Das dürfte für die Gesellschaft vermutlich keine gute Entwicklung sein.

Nelevic: Das ist so. Auch die Zunahme von Einkindfamilien verstärkt die Tendenz, dass die Sozialisation in Gruppen später einsetzt für Kinder. Viele beginnen erst im Kindergarten, mit anderen Kindern in Kontakt zu treten. Sie haben kaum gelernt, nicht im Mittelpunkt zu sein. Sie müssen lernen, mit Gleichaltrigen umzugehen und das zu erwerben, was man soziale Kompetenz nennt.

Was beschäftigt im Therapiealltag Familien heute am meisten, was gefährdet ihren Zusammenhalt?

Nelevic: «Wir haben Konflikte untereinander, seitdem wir Kinder haben», ist ein häufig genannter Grund, wenn Eltern in die Therapie kommen. Unter den heutigen gesellschaftlichen Anforderungen ist es nicht mehr klar, wer von den Eltern welche Aufgabe hat. Verschiedene Erziehungskonzepte, die die Eltern selbst erlebt haben, treffen aufeinander. Ratgeber von allen Seiten führen zusätzlich zu Verwirrungen. Hier gilt es, die Kommunikation wieder in Gang zu setzen, den gemeinsamen Familiengestaltungsprozess zu aktivieren.

In welchen Problembereichen sind Sie sonst noch gefragt als Familientherapeutin?

Nelevic: Wenn Kinder heftig streiten miteinander und ein Elternteil nicht mehr klarkommt damit. Oder wenn etwa Alleinerziehende darunter leiden, dass der Vater einen coolen Job hat und die Kinder gezielt verwöhnen kann. Gleichzeitig muss die Mutter die ganze Last der Betreuung übernehmen und sich anhören, wie lieblos oder unfähig sie sei. Umgekehrt kann der Vater unter der Trennung



Alle am Anschlag – aber man kann auch da wieder gemeinsam den Rank finden.

Getty

leiden. Das alles sind für die Betroffenen wirklich enorme Herausforderungen.

Wie reagieren Sie darauf?

Nelevic: Hier muss eine Therapeutin zunächst schlicht Unterstützung bieten, einen Boden geben, Rollen klären und helfen, die ganze Problematik aus einer gewissen Distanz zu betrachten. Auch zum Wohle des Kindes, das ja mit beiden Elternteilen umgehen muss und selber oft ein schlechtes Gewissen hat.

Man kann annehmen, dass auch Patchworkfamilien mit neuen Partnern und anderen Kindern oft Rollenkonflikte haben?

Nelevic: In Patchworkfamilien ist eine häufige Frage: Wie schaffe ich es, dass ich den neuen Partner meiner Frau oder meines Mannes mögen und gleichzeitig die Loyalität als Mutter oder Vater aufrecht erhalten kann.

Wie kann das funktionieren?

Nelevic: Nehmen wir an, der Vater hat eine neue Partnerin. Diese muss bei der lieblichen Mutter sozusagen das Einverständnis abholen, dass sie mit deren Kind etwas Gutes machen kann. Es ist wichtig für ein Kind, dass es auch mit der neuen Partnerin des Vaters eine Beziehung haben darf. Allerdings darf die neue Partnerin der Mutter auf keinen Fall den Platz streitig machen. Sonst treibt man das Kind in Loyalitätsprobleme.

Sie sind systemische Familientherapeutin. Was ist das Charakteristische dieses Ansatzes?

Nelevic: Nach 1968 gab es in Europa einen Aufbruch auch in der Psychologie und Psychiatrie. Nebst der klassischen Psychoanalyse und anderen einzeltherapeutischen Verfahren beanspruchten neue Therapieformen Platz. Diese konzentrieren sich nicht mehr primär auf das Individuum und seine frühkindliche Geschichte, sondern beziehen das soziale Umfeld mit ein. Die Art und Weise der Beziehung zwischen den Mitgliedern wird als wichtige Ursache für Konflikte, Probleme, Krankheiten betrachtet. Folglich ist auch hier die Lösung gemeinsam zu erarbeiten.

Sie holen also ganz verschiedene Leute in die Therapiestunde?

Nelevic: Es ist sinnvoll, wenn möglichst alle Mitglieder einer Familie dabei sind. Je nach Konflikt kann das auch mal ein Bekannter oder ein Nachbar sein, der die Familie gut kennt. In der Multifamilientherapie können auch Familien einbezogen werden, die ähnliche Konflikte, Probleme erleben und nun als Potenzial genutzt werden, ihre Erfahrungen und ihr Wissen einzubringen.

Und was macht der Therapeut?

Nelevic: In dieser Konstellation agiert er als Moderator. Er bringt den Austausch zwischen den Familienmitgliedern oder den Familien in Gang und sorgt dafür, dass möglichst alle wieder ihre Bedürfnisse einbringen und sowohl Eigenständigkeit

als auch Verbundenheit erleben können. Die systemische Therapie fokussiert sich generell nicht nur aufs Kaputte, sondern fragt immer nach dem Potenzial, das noch vorhanden ist. Dort setzen wir an. Es gibt auch bei Konflikten immer Sachen, die noch gut funktionieren. Uns interessiert, in welchen Momenten und Kontexten etwas gut läuft, was dahintersteckt und wie man heute damit umgehen könnte, damit das ganze System wieder ins Lot kommt.

Heute ist Internationaler Tag der Familie. Was bietet eine Familie nach wie vor Unerlässliches, das andere Institutionen so nicht leisten können?

Nelevic: Eine Institution bietet eine professionell gestaltete Beziehung über Auftrag und Entgelt für eine gewisse Zeit an. Mütter und Väter dagegen übernehmen als Eltern eine bedingungslose, lebenslange Rolle. In einer Familie lassen sich Liebe, Verbundenheit, Verlässlichkeit und Sicherheit erfahren, das ist für Kinder lebensnotwendig. Man unterstützt sich gegenseitig. Ich kann Vertrauen haben, dass jemand da ist, wenn ich Hilfe brauche. Die Familie bietet einen Raum, in dem ich auftanken kann, wenn es mir nicht so gut geht. Als Kind bekomme ich eine Orientierung via Eltern. Gewisse Sachen laufen immer gleich ab, es gibt eine bestimmte Ordnung, das ist wichtig.

Ist bei Patchworkfamilien diese Orientierung für Kinder nicht noch herausfordernder?

Nelevic: Es ist für alle Beteiligten immer

eine Herausforderung. Eine wichtige Frage ist: Wie können wir trotz neuer Beziehungen Eltern bleiben und dem Kind Verlässlichkeit bieten? Der Elternteil, der nicht in einer neuen Beziehung ist, muss diesen Part aushalten können. Das erzeugt sicher eine grosse Verunsicherung. Generell gilt: Das Schlimme für ein Kind ist nicht die Scheidung, sondern die Kämpfe zwischen den Eltern vorher, die über die Kinder hinweg ausgetragen werden. Die Wahrnehmung des Kindes wird erschüttert. Wie soll es damit umgehen, dass jetzt plötzlich ein Elternteil böse sein soll, den es doch immer geliebt hat?

Was haben Sie für eine Grundhaltung, mit der Sie Ihre Arbeit angehen?

Nelevic: Ein Mensch ist immer in Beziehung zu anderen. Alle beeinflussen einander gegenseitig. Auch eine Familie hat spezifische Entwicklungsphasen. In den Übergängen, wenn Kinder dazukommen, Kinder sich ablösen oder Kinder sich in schwierigen Entwicklungen befinden, kann es zu Krisen kommen. Solche Krisen sind auch förderlich. Das Leben ist Veränderung. Jede Veränderung heisst, etwas herzugeben und etwas Neues zu entwickeln. Bis eine Situation wieder stabil ist, gibt es Spannungen. Die Frage ist: Wie gehen wir damit um?

An diesem Punkt kommt als Unterstützung die Therapie ins Spiel?

Nelevic: Zum Beispiel. Aber es müssen nicht alle eine Therapie haben. So, wie es ganz unterschiedliche Familien gibt, gibt es auch ganz unterschiedliche Lösungen für ein Problem. Ich habe als Therapeutin die Wahrheit nicht gepachtet. Jeder hat seine Themen, seinen Erfahrungshintergrund. Mit einer Familie erarbeite ich das Ziel für die Therapie und definiere meine Aufgabe, wie ich sie bei der Erreichung ihres Ziels unterstützen kann.

Und das hilft?

Nelevic: Eine aktuelle Studie zeigt, dass ein Therapieerfolg zu 65 bis 70 Prozent von der Beziehung zwischen Therapeut und Klient abhängt und nur etwa zu 8 Prozent von der gewählten Therapie-Methode. Das zeigt, dass eine gute Beziehung etwas Tragfähiges auslösen kann – eben auch in der Therapie.

HINWEIS

* Christine Nelevic ist Fachpsychologin für Psychotherapie FSP in Luzern. Sie gehört der Schweizerischen Vereinigung für Systemische Therapie und Beratung (Systemis) an, die ihre Geschäftsstelle in Luzern hat. Mehr Informationen dazu unter www.systemis.ch

Magensäureblocker in der Kritik

deab. Sogenannte Protonenpumpen-Inhibitoren (PPI) oder, einfacher ausgedrückt, Magensäureblocker gehören zu den am häufigsten verordneten und teilweise rezeptfrei erhältlichen Medikamenten. Gemäss neuer Forschungen sind die beliebten Mittel aber nicht so unbedenklich wie bislang gedacht. Langfristig genutzt, können sie die Funktion von Endothelien stören und die Zellalterung beschleunigen. Das

KALEIDOSKOP

untermauert epidemiologische Studien, in denen die häufige Einnahme von PPI mit erhöhtem Risiko von Herzinfarkten, Nierenschäden oder Demenzen assoziiert war. Unter den Top 10 der verordneten Medikamente befinden sich Omeprazol und Pantoprazol. 2015 berichteten Forscher der Stanford Universität, dass Langzeitanwender bis zu 21 Prozent häufiger an Herzinfarkten erkranken. Nach einer jüngst veröffentlichten Studie haben sie auch ein erhöhtes Risiko auf chronisches Nierenversagen. Eine weitere Studie bringt die Mittel mit Demenzerkrankungen in Verbindung.

Mäuse schauen auf eigenen Nutzen

idw. Hausmäuse ziehen ihre Jungen häufig in einem gemeinschaftlichen Nest auf. Wie eine neue Studie von Biologinnen der Universität Zürich zeigt, sind die Weibchen eher zur gemeinschaftlichen Jungenaufzucht bereit, wenn sich ihre Wurfgrössen ähneln und sich dadurch der Aufwand gleich verteilt. Sobald die Wurfgrössen variieren, gibt es weniger gemeinschaftliche Nester. Die Mäuse passen ihre Bereitschaft zur Kooperation folglich den zu erwartenden Vorteilen und auch dem Konfliktrisiko an. «Haben die Mäuse ähnliche Wurfgrössen, können sie sich vor Ausbeutung schützen», so Studienautorin Manuela Ferrari.

An Kinoluft sind Gefühle messbar

idw. Bei manchen Filmen liegt die Spannung förmlich in der Luft – und das nicht nur im übertragenen Sinn. Wissenschaftler des Max-Planck-Instituts für Chemie haben während verschiedener Filmvorführungen die Luft in Kinosälen analysiert und festgestellt: Jeder Film hinterlässt ein charakteristisches Muster in der Atemluft. Ob eine Filmszene spannend, lustig oder langweilig ist, lässt sich chemisch bestimmen. Am eindeutigsten sind die chemischen Muster demnach bei spannenden oder lustigen Szenen.

ANZEIGE

Geborgenheit

Zentrum für seelische Gesundheit

Privatklinik Meiringen

CH-3860 Meiringen, Telefon +41 33 972 81 11
www.privatklinik-meiringen.ch