

Der Elternchat bei Trennung und Scheidung

Von Ulric Ritzer-Sachs

2015 gab es einen ersten Bericht von mir zu diesem Thema: »Der Hochkonflikt-Chat« (Ritzer-Sachs 2015). Allein schon der Titel des vorliegenden Beitrages zeigt: Es hat sich seitdem etwas getan. Der »Elternchat«, um den es hier nun geht, ist nicht mehr nur wie damals für Eltern gedacht, die als »hoch strittig« bezeichnet werden, sondern vor allem für Eltern, die sich getrennt haben und wo es für alle von Vorteil ist, sich in einem Chatroom – schriftbasiert, ohne Ton und Bild – und nicht face to face zu treffen.

Von der Software der bke-Onlineberatung wurde ein separater Chatroom abgetrennt. In diesem virtuellen Zimmer treffen sich die Eltern mit mir. Die Kinder dieser Eltern wohnen in unserem Landkreis. Der Elternchat ist fachlich nicht an die bke-Onlineberatung angebunden (nur technisch durch die Software). Die Zuständigkeit liegt hier bei der örtlichen Erziehungsberatungsstelle. Im Gegensatz zur bke-Onlineberatung handelt es sich also nicht um eine anonyme Beratung. Fachkraft und Eltern kennen sich.

Die Gründe für die Inanspruchnahme des Elternchats haben sich seit seiner Konzeptionierung als Hochkonfliktchat erweitert (und sind noch lange nicht abschließend zusammengestellt). Insbesondere können es diese Gründe sein:

- Hochstrittigkeit; Eltern können und wollen sich nicht hören, sehen und

riechen. Mindestens ein Elternteil kann sich nicht vorstellen, gemeinsam in einem Raum zu sein.

- Zwischen den Eltern besteht eine große räumliche Distanz.
- Die Arbeitszeiten verhindern, zu den Öffnungszeiten der Beratungsstelle zu kommen (z.B. bei Schichtarbeit). Der Elternchat ist z.B. in der Mittagspause möglich.
- Eltern sind hörgeschädigt, bzw. ein Elternteil ist davon betroffen.
- Jugendliche verweigern den Kontakt zu einem Elternteil, sind aber bereit, diesen virtuell zu treffen.
- Es gibt in der Familie noch ein Baby oder sehr kleine Kinder, wodurch eine Beratung vor Ort schwierig wahrzunehmen ist.

Geändert hat sich auch: In unserem Landkreis ist der Elternchat mittlerweile etabliert. Für zwei Amtsgerichtsbezirke und das Jugendamt ist es inzwischen selbstverständlich, den Elternchat zu empfehlen bzw. mit Nachdruck eine Elternvereinbarung zu erwirken, sich gemeinsam auf den Chat einzulassen.

Gleich geblieben sind die Software und auch die Konzeption dazu. Natürlich sind die Methodenvielfalt und auch die Anzahl der Beratungen gestiegen. Der Elternchat selbst ist keine Methode, sondern nur ein besonderes Setting. Noch lange sind nicht alle methodischen Möglichkeiten ausge-

schöpft, was die Arbeit aufregend und facettenreich hält.

Manchmal ist eine Trennungsberatung in der Beratungsstelle, mit Beratungstermin, gemeinsamen Sitzungen mit einem Menschen, der im eigenen Befinden von unangenehm bis gehasst wahrgenommen wird, fast nicht möglich. Doch auch in diesen Fällen brauchen Eltern Unterstützung, fordern diese auch ein, auch wenn es ihnen schwerfällt, Hilfe und Unterstützung anzunehmen. Das Bundesfamilienministerium möchte deshalb getrennte Eltern auch besonders unterstützen: »Auch die getrennt Erziehenden verdienen angemessene Unterstützung – passend zu ihrer Lebenssituation und ihren Bedürfnissen. Hier müssen die Rahmenbedingungen teilweise noch geschaffen werden« (BMFSFJ 2018). Die besonderen Möglichkeiten der schriftbasierten Form der Trennungsberatung haben auch Gehör im aktuellen 9. Familienbericht des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend gefunden. Unter der Überschrift »Was erleichtert und erschwert Coparenting? Hinweise für die Beratungspraxis und Präventionsangebote« (BMFSJ 2021, S. 262) wird der Elternchat vorgestellt.

Gerade Eltern in den oben genannten Konstellationen haben es schwer, selbst wenn sie unbedingt wollen, ein geeignetes Hilfsangebot zu finden. Die Beratung im Elternchat kommt diesen

Eltern sehr entgegen. Deshalb hat die bke dazu auch einen Projektantrag gestellt, um die Beratung im Elternchat innerhalb der Erziehungsberatung weiter zu verbreiten und unabhängig von der bke-Onlineberatung anzubieten, damit bundesweit viele Fachkräfte mit diesem Medium arbeiten können. Bisher wurde über den Antrag noch nicht entschieden, allerdings ist er wohlwollend aufgenommen worden.

Seit 2013 habe ich viele Elternpaare im Elternchat beraten. Nachdem es vor allem zu Beginn eher schleppend angelaufen ist, hat sich die jährliche Anzahl der Fälle sukzessive erhöht. 2020 waren bisher die meisten Eltern im Elternchat in Beratung. 2021 gibt es bereits einige neue Fälle.

Während der Coronapandemie, und der damit verbundenen Notwendigkeit, neue – virtuelle – Möglichkeiten der Beratung zu schaffen, haben einige Fachkräfte der Erziehungsberatung den Elternchat in ihr Beratungsangebot aufgenommen. Die Fachkräfte der bke-Onlineberatung arbeiten alle in Erziehungsberatungsstellen vor Ort. Sie sind mit einem unterschiedlichen Stundenkontingent (i.d.R. zwischen 5 und 10 Stunden) für die Onlineberatung freigestellt. Sie nutzen die Technik für Ratsuchende vor Ort, wie weiter oben schon beschrieben.

Der Elternchat läuft insbesondere dort gut, wo es eine Kooperation mit Familiengericht und Jugendamt gibt. Gibt es diese Kooperation nicht, muss die Fachkraft alleine die Eltern gewinnen, sich auf das Setting Chat einzulassen. Was das »richtige« Beratungssetting ist, kann dann schnell zu einem eigenen Streitthema werden. Mit der Herstellung einer guten Beratungsbeziehung lassen sich dennoch viele Eltern auf den Chat ein. Allerdings ist dann meist das Konfliktniveau nicht auf Stufe 3 (vgl. Alberstötter o.J.). Grundlegend ist die Zusammenarbeit mit Familiengericht, Jugendamt, Gutachterinnen und Gutachtern, Verfahrenspflege, Rechtsanwaltschaft und anderen Professionen, die mit Trennungsfamilien arbeiten, eine der Grundsäulen der Trennungs- und Scheidungsberatung (vgl. Ritzer-Sachs 2007, S. 48 ff.)

Elternchat während der Coronapandemie

Nach dem ersten Lockdown kam es bei vielen Beratungsstellen wie auch bei der bke-Onlineberatung zunächst zu einer vorübergehenden Stagnation der Anzahl der Anfragen von Ratsuchenden. Alle Menschen und natürlich auch alle Familien mussten sich zuallererst sortieren und schauen, wie sie handlungsfähig bleiben und sich versorgen konnten. Und sie mussten Möglichkeiten des Ausgleichs schaffen, für die vielen Dinge, die plötzlich nicht mehr möglich waren.

Vereinbarungen zu finden, als das face to face möglich ist.

- Überleitungen in die Beratung vor Ort sind meist nicht notwendig.
- Die Kooperation mit dem Jugendamt erleichtert die Arbeit.
- Chats mit Eltern und einem Berater: tandem sind möglich.
- Die Entschleunigung im Elternchat (tippen dauert meist länger als reden, die Botschaft des Gegenübers muss zuerst gelesen werden), hilft Eltern dabei herauszufinden, was wirklich wichtig ist.
- Beraterische Grenzen, um eine Gesprächsführung überhaupt zu

Der Elternchat läuft insbesondere dort gut, wo es eine Kooperation mit Familiengericht und Jugendamt gibt.

Fast alle Beratungsstellen haben ihr Angebot in dieser Zeit in veränderter Form, mit Telefonberatung, Beratungsspaziergängen oder Videochats aufrechterhalten. Ziemlich bald stiegen die Fallzahlen wieder an, vor allem auch im Bereich der Trennungs- und Scheidungsberatung. Gerade die Kontaktbegrenzungen und Einschränkungen der Freizeitmöglichkeiten haben Papa- und Mamazeiten³ erschwert und leider auch weitere Streitthemen in den Familien generiert. Auch hier war der Elternchat ein geeignetes Mittel, Themen zu versachlichen und überhaupt eine gemeinsame Beratung zu ermöglichen. Während des ersten und zweiten Lockdowns wurde die Möglichkeit, im virtuellen Raum zu beraten, von Fachkräften der bke-Onlineberatung, die das für Ratsuchende vor Ort bisher noch nicht getan haben, verstärkt genutzt. Diese Fachkräfte berichten von ihren Erfahrungen mit dem Elternchat u.a Folgendes:

ermöglichen, können im Elternchat leichter durchgesetzt werden.

- Nonverbale Störsignale fallen weg.
- Es gibt die Chance, durch wiederholtes Lesen die Worte des/der anderen wirklich zu verstehen.

Idealtypischer Zugang zum Elternchat

Um nicht selbst für den Chat werben zu müssen, hilft es sehr, wie oben schon erläutert, wenn Familiengericht und Jugendamt als Kooperationspartner zur Verfügung stehen. Idealtypisch beginnt eine Zusammenarbeit so:

Eine Kollegin der Trennungs- und Scheidungsberatung des Jugendamtes ruft an und fragt, ob es Kapazitäten für den Elternchat gibt. Im Vorfeld hat das Jugendamt schon die Idee, dass der Chat passen könnte.

Während der familiengerichtlichen Anhörung werden die Möglichkeiten des Elternchats erörtert. Die Eltern einigen sich auf eine gemeinsame Beratung im Chat.

Beide Eltern erklären bei der Anhörung (mit Hilfe und falls nötig Druck des Gerichtes), sich in der Beratungsstelle zu melden. Es wird jeweils ein Elterngespräch vor Ort in der Bera-

³ Das Wort »Umgangsrecht« verwende ich sehr ungern. Vor allem nicht während der Beratung. Begriffe wie »Umgangsrecht« oder »Kindsvater« wirken technisch, abwertend, »juristisch« und können dazu führen, Konflikte eher zu verschärfen.

tungsstelle vereinbart. (Während des ersten und zweiten Lockdowns fanden diese Gespräche telefonisch statt. Mit guter Vorbereitung und Sorgfältigkeit ist auch das möglich.) Die Eltern bekommen die Gelegenheit, sich frei zu äußern und die Besonderheiten des Elternchats werden erklärt.

Idealtypischer Ablauf der Beratung

Bei jedem Chattermin werden zu Beginn des Chats von jedem Elternteil Themen vorgeschlagen. Der Berater sichtet, benennt nochmal die möglichen Themen und klärt mit den Eltern, mit welchem Thema begonnen wird.

Nach jedem Chat gibt es ein Protokoll der Vereinbarungen, das den Eltern per Post zugeschickt wird.

Wenn die Eltern sich nicht einigen können, bestimmt der Berater das Startthema.

Nach jedem Chat gibt es ein Protokoll der Vereinbarungen, das den Eltern per Post zugeschickt wird. Ein Themenspeicher wird erstellt für die Themen, für die die Zeit nicht ausgereicht hat bzw. kein Ergebnis gefunden wurde.

Die Beratung kann abgeschlossen werden, wenn die Eltern es schaffen, Vereinbarungen auch ohne Beratung und Moderation zu treffen. Es kann auch vereinbart werden, dass es unregelmäßige Treffen gibt, um z.B. die Ferienregelung zu klären. Auch eine Überleitung des Elternchats in die Beratung vor Ort kann hilfreich sein, wenn das Konfliktniveau dies erlaubt.

Systemische Onlineberatung

Ich möchte einen ganz kleinen Einblick in die systemischen digitalen Möglichkeiten der Onlineberatung geben. Mit der Gewissheit, dass es sich lohnen könnte, dies zu vertiefen und zu evaluieren:

In den vielen Jahren, in denen ich

Trennungsberatung per Chat anbiete, hat es sich gezeigt, dass sehr viel des »Handwerkszeugs« von vor Ort auch online angewandt werden kann. Die Schere im Kopf »das geht doch online nicht« darf weggelegt und durch Neugier, Kreativität und Experimentierfreude ersetzt werden. Da ich mich besonders in der systemischen Beratung zu Hause fühle, habe ich mich relativ früh entschlossen, Techniken aus der systemischen Arbeit auch in der Onlineberatung einzusetzen. Meine systemische Grundhaltung habe ich dabei (hoffentlich) sowieso immer schon behalten. Mit dieser Einstellung bin ich glücklicherweise nicht alleine. Martina Hörmann (2020) beschreibt, wie in der Onlineberatung durch systemisches

Denken die Handlungsmöglichkeiten erweitert werden. Auch wenn es hier nicht explizit um die Chatberatung, aber die Möglichkeiten der digitalen Beratung geht. Sie benennt insbesondere (Hörmann 2020, S. 144):

- **»Vielfältigere Zugänge«**
Uhrzeit und Ort spielen keine Rolle. Gerade in der Mailberatung kann unabhängig davon ein Anliegen weggeschickt (und damit auch schon etwas losgelassen) werden.
- **»Vielfältigere Themen«**
Die Anonymität (z.B. bei der bke-Onlineberatung) ermöglicht eher, laut Hörmann, »schambesetzte Beratungsthemen« anzusprechen.
- **»Vielfältigere Kommunikationskanäle«**
Durch die vielfältigen digitalen Zugangsmöglichkeiten, Mailberatung, Chatberatung, Videoberatung, Forum, Messenger kann Abwechslung geschaffen werden. Und der Beratungs-Kanal genommen werden, der gerade am besten passt (natürlich auch face to face).

Systemische Beraterinnen haben auch digital eine große Spielwiese. Vor allem

zirkuläre systemische Fragen können sehr hilfreich sein: *Woran würde Ihr Kind zuerst merken, dass Sie sich nicht mehr streiten?*

Viele Eltern bis zu einer mittleren Eskalationsstufe bestätigen (nach einer Psychoedukation zu diesem Thema), dass es hilfreich ist, wenn es beiden Elternteilen gut geht. Auch dem und der Anderen. Weil es damit dem Kind, den Kindern auch besser geht. Es gibt überhaupt kein vernünftiges Argument, dass dagegen sprechen würde. Diese Frage kann helfen, das zu vertiefen: *Welchen Vorteil hätte Ihr Expartner, wenn Sie sich einigen würden?*

Die MiniMax-Interventionen von Manfred Prior sind für die Onlineberatung, auch für den Elternchat sehr geeignet. So z.B. die VW-Regel (vgl. Prior 2015, S. 88). Es geht darum, Vorwürfe in Wünsche umzuformulieren. Statt: *Warum bringst du Zoe immer zu deiner Mutter, wenn du keine Zeit hast? Das Kind hat auch noch einen Vater!, könnte helfen: Ich wünsche mir mehr Zeit mit Zoe. Mittwochnachmittags kann ich mir sehr gut früher frei nehmen.*

Das muss natürlich geübt werden. Und natürlich merken Eltern gegenseitig, dass es schwer ist. Und es wird erstmal nur gemacht, damit der nerviger Berater endlich Ruhe gibt. Die Eltern merken aber auch: Bei konsequenter Einhaltung hilft die VW-Regel dennoch sehr, Vereinbarungen zu erzielen.

Für Mutige sind auch Symptomverschreibungen möglich (aber nur dann, wenn es Anerkennung und Respekt für die zu beratenden Eltern gibt): *Es hat sich gezeigt, dass es in Trennungsfamilien ungefähr 3 Jahre dauert, bis es wieder »normal« ist und alle einen guten Umgang mit der Situation gefunden haben. Sie sind erst seit einem Jahr getrennt. Es wäre ein Fehler, jetzt schon mit dem Streiten aufzuhören. Sie werden mindestens noch 2 Jahre brauchen, bis Sie wieder vernünftig miteinander sprechen können. Diese 2 Jahre sind sehr wichtig, um alles zu verarbeiten. Das sollten Sie nicht leichtfertig ändern. Danach ist dann die Chance, dass es wieder gut ist, viel größer.*

Fallvignetten

Nach diesem kleinen Ausflug in das Systemische der Onlineberatung möch-

te ich zwei anonymisierte Fallvignetten vorstellen, um den Elternchat noch etwas anschaulicher zu machen:

Gehörlose Eltern

Das Familiengericht bittet die Erziehungsberatungsstelle, einen betreuten Umgang durchzuführen. Der Vater ist gehörlos, die Mutter schwerhörig. Die Eltern beherrschen beide die Gebärdensprache. Der Hintergrund des betreuten Umgangs ist eine verbal und körperlich eskalierte Situation bei der Übergabe des Kindes von Vater an die Mutter. Der Mann stellte eine Strafanzeige gegen die Frau, die jedoch staatsanwaltschaftlich nicht verfolgt worden ist.

Es war nicht möglich, eine Dolmetscherin, einen Dolmetscher zu bekommen, bzw. war die einzig verfügbare Person dafür nicht zu finanzieren. Der eigentliche betreute Umgang wäre kein Problem gewesen, die Elterngespräche, die den entscheidenden Teil der betreuten Umgänge darstellen, waren aber ohne Übersetzung nicht möglich. So fanden die Elterngespräche im Chat statt. Nebenbei: Die Kommunikation verläuft nicht analog zu Hörenden, da die Art der Kommunikation anders und besonders ist. Das war eine Herausforderung, mit oft sogar lustigen und auch sehr – für den Berater anspruchsvollen weil ungewöhnlichen – Wortwechseln, aber mit einem sehr erfolgreichen Ausgang. Kind und Mutter haben wieder eine unbegleitete, umfangreiche Mama-Zeit. Zweimal jährlich finden noch Chats statt, um wichtige Vereinbarungen zu treffen. Diese Chats verlaufen sehr harmonisch und ergebnisorientiert.

Ein Elternteil wohnt weit weg

Frau Einsam und Herr Sorglos lernen sich bei einer Party kennen. Sie sind beide ungebunden, es kommt zu einem One-Night-Stand. Frau Einsam wird schwanger. Die Eltern wohnen 700 km voneinander entfernt. Eine Partnerschaft können sich beide nicht vorstellen, allerdings möchten sie beide die Verantwortung für das Kind übernehmen. Das Konfliktniveau zwischen den Eltern ist anfangs nicht hoch – bis der Vater das Kind 5 Stunden später als vereinbart zurückbringt. Es gibt darüber hinaus Themen, bei denen sie sich nicht einigen können: Umfang der Papa-Zeiten, wie lange soll ein kleines

Kind im Auto sitzen, Tageseltern oder Ganztagskita und noch einige mehr. Ohne den Elternchat könnten die Eltern diese Themen nur persönlich, entweder bei den Übergaben oder per Telefon bzw. Messenger oder E-Mail besprechen. In einem moderierten Elternchat fällt es viel leichter und Ergebnisse werden jedes Mal im Konsens erzielt. Durch Absprachen, die beide zuverlässig einhalten, gelingt es, das Konfliktniveau wieder abzusenken. Die Beratung

kann beendet werden, mit folgender Sicherung: Sobald Mutter oder Vater die Beratung wieder aufnehmen möchte, erklärt sich der/die Andere bereit, sich wieder darauf einzulassen.

Diese beiden Familien sind nicht typisch. Aber die typische Trennungsfamilie gibt es sowieso nicht. Es lohnt sich, jedes Mal neu hinzuschauen.

Schlussbemerkungen

In meinen Überlegungen zum »Hochkonflikt-Chat« hatte ich seinerzeit vermutet, dass es einer der großen Vorteile des Elternchats ist, dass die Eltern sich nicht hören, sehen und riechen; dass die Kanalreduktion unterstützend für die Beratung ist. Heute bin ich noch überzeugter, dass genau das die Stärke des Chats ist. Wie viele Kolleginnen und Kollegen konnte ich aktuell auch Erfahrungen mit Videoberatungen machen. In der Trennungsberatung zeigt sich – zumindest in meiner Beratungspraxis (und auch Kolleginnen und Kollegen berichten davon) – auch wenn die Stichprobengröße noch überschaubar ist, dass die vermeintlichen Vorteile der Videoberatung gegenüber dem Chat, Ton und Bild, nicht wirklich Vorteile sind. Mein Eindruck ist, dass die Bühne für Streitgespräche dadurch wieder größer wird, dass Tränen, Schreien, gegenseitige Vorwürfe und eskalierende Gesprächsführung mehr im Vordergrund stehen. Zudem kommen noch technische Schwierig-

keiten: Der Video-Chat bricht zusammen, Bewegungen und Ton sind nicht synchron, je nach Software unpassende Bildschirmdarstellungen, Rückkopplungen und noch einige andere Besonderheiten. (Das alles kommt im rein schriftbasierten Elternchat kaum vor, da die benötigte Datenmenge viel kleiner ist und der Chat somit in der Regel stabiler läuft.) Ich bin sehr gespannt, welche Erfahrungen hier noch gemacht werden und freue mich auf

ein gemeinsames Lernen zusammen mit den Eltern und den Kolleginnen und Kollegen.

Ulric Ritzer-Sachs, Diplom-Sozialpädagogin, ist Mitarbeiterin der Beratungsstelle für Eltern, Kinder- und Jugendliche des Diakonischen Werkes Worms-Alzey sowie Fachkoordinatorin bei der bke-Onlineberatung.

Literatur

- Alberstötter, Uli (o.J.): Hocheskalierte Elternkonflikte – professionelles Handeln zwischen Hilfe und Kontrolle im begleiteten Umgang, https://www.praxis-institut.de/fileadmin/Redakteure/Sued/Praxis-Dialog/dio4_3.pdf
- Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (2018): Partnerschaftlichkeit nach der Trennung ermöglichen. Hintergrundmeldung vom 1. 9. 2018 <https://www.bmfsfj.de/bmfsfj/themen/familie/chancen-und-teilhabe-fuer-familien/gemeinsam-getrennt-erziehen>, vom 01.09.2018, abgerufen am 05.03.2020.
- Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (2021) (Hrsg.): Neunter Familienbericht. Referat Öffentlichkeitsarbeit, Berlin.
- Hörmann, Martina (2020): Systemisch beraten in digitalen Welten – Perspektiven und Herausforderungen. In: Zeitschrift für systemische Therapie und Beratung. JG 38 (4), S. 143ff
- Ritzer-Sachs, Ulric (2007): Vernetzte Kooperation. Die Arbeit mit hochstrittigen Eltern. In: Sozialmagazin, 32. Jg. S. 48ff
- Prior, Manfred (2015): Minimax-Interventionen, 12. Auflage, Heidelberg: Carl Auer, S. 88.
- Ritzer-Sachs, Ulric (2015): Der Hochkonflikt-Chat. Hoch eskalierte Elternkonflikte im virtuellen Beratungszimmer. In: Informationen für Erziehungsberatungsstellen, 2, S. 4-7.