

Gruppenangebot für Kinder aus Trennungs- und Scheidungsfamilien

➤ **Kurzdarstellung der im Rahmen der Trennungs- und Scheidungsberatung durchgeführten Kindergruppen im Winnicott Institut Hannover**

von Tanja von Seggern

I. Gruppenarbeit mit Kindern

Unser Ziel ist, die Unterstützung möglichst frühzeitig im Trennungsprozess, wenn noch keine Symptomatik von Krankheitswert entwickelt werden musste, zur Verfügung zu stellen. Dabei fällt auf, dass sich das Ausmaß der seelischen Not nicht unbedingt an der Stärke einer Symptomatik ablesen lässt und die Hilfebedürftigkeit von Kindern, die mit regressivem Rückzug oder angstgetönter Überanpassung auf die Trennung reagieren, von den Eltern, die sehr mit sich selbst beschäftigt sind, übersehen werden.

Die Gruppe als präventive Maßnahme bietet Kindern die Möglichkeit, ihren Kummer nicht nur als individuelles Leid zu erleben. Sich gegenseitig zu trösten, Affekte wie z.B. Schuldgefühle, Enttäuschung, Angst und Wut ohne Schuldgefühle zeigen zu dürfen, gemeinsam nach Ressourcen und Bewältigungsstrategien zu suchen, wieder aktiver handeln zu können, Gefühle von Ohnmacht und Ausgeliefertsein zu bewältigen, sind wichtige Aspekte. Durch Struktur, Transparenz, Sicherheit, Orientierung und Gemeinsamkeit kann die Gruppe für die Kinder zu einem Gegenpol zu Chaos, Unsicherheit, Ohnmacht, Angst, Abspaltung und Alleinsein werden.

II. Unterschiedliche Motivationssysteme von Kindern: Für wen ist die Gruppe geeignet bzw. wer ist für die Gruppe geeignet ?

Zwei Motivationssysteme spielen eine Rolle: Einmal sollen lebensnotwendige Bedürfnisse befriedigt werden, zum anderen geht es ums Überleben, um einen Überlebenskampf. Die Trennung der Eltern löst bei Kindern eine existentielle Krise aus, in dem Sinne, dass die bisherigen notwendigen sicheren Beziehungen und Strukturen auseinandergebrochen sind, das, was gestern noch galt, gilt heute nicht mehr. Entsprechend können die lebensnotwendigen Bedürfnisse bei Kindern heruntergeschraubt sein bzw. werden. Zu diesem Zeitpunkt ist Psychotherapie, auch wenn bereits vor der Trennung der Eltern krankheitswertige Symptome bestanden haben, die eigentlich einer psychotherapeutischen Behandlung bedürfen, nicht möglich, da kein ausreichender Reflexionsraum vorhanden ist. Das, was die Kinder nun vor allem brauchen, ist ein sicherer Ort, ein Erfahrungsraum, in welchem sie mit sich selbst und mit Gleichaltrigen in Kontakt kommen. Daher ist die dargestellte Kindergruppe eine strukturierte Gruppe geleitet und unterstützt durch Erwachsene.

Die Kindergruppe ist somit für Kinder gedacht, deren Eltern sich in der Scheidungsphase (von der Trennung zur Scheidung) befinden. Die Gruppe zeichnet sich entsprechend durch einen haltgebenden Rahmen (Struktur), sicherheitsstiftende Rituale (siehe Gruppenablauf) und einer ausdrucksfördernden Symbolik aus. Voraussetzung für die Teilnahme an der Gruppe ist, dass die Kinder gruppenfähig sind und bereit sind, den angebotenen Rahmen zu achten und zu akzeptieren.

III. Die Kindergruppe

a) Anfänge

Die erste Kindergruppe begann im Herbst 2003 und bestand zunächst aus 10

Kindern im Alter von 5 bis 9 Jahren. Die Leitung der Gruppen sowie die Entwicklung und Erarbeitung des Konzeptes für das Winnicott Institut erfolgte durch Frau Ulla Krüger und Frau Renate Engelhardt-Tups. Es fanden insgesamt 12 Termine an einem Dienstagnachmittag von 15.15 Uhr bis um 16.45 Uhr statt. Voraus ging ein Beratungsgespräch mit den Eltern und Kindern, in dem einerseits die Möglichkeit des gegenseitigen Kennenlernens gegeben war, andererseits kurz Form und Ziel unserer Arbeit vorgestellt wurde. Nach 5 Terminen wurde die Gruppe geteilt: Von 15.15. Uhr bis um 15.50 Uhr kamen die 5-6 Jährigen, im Anschluss von 16.00 Uhr bis 16.50 die 7-9 Jährigen. Auf diese Weise konnten den individuellen Anliegen der einzelnen Kinder altersgerecht und angemessen begegnet werden.

Nach Abschluss der Kindergruppenarbeit wurden nochmals Elterngespräche (ohne Kinder) durchgeführt, in denen wir unseren Eindruck des jeweiligen Kindes mitteilten und die Eltern ihrerseits eine Rückmeldung geben konnten.

b) Setting der Kindergruppe seit 2007

Die Gruppe trifft sich an 10 Terminen à 100 Minuten im wöchentlichen Abstand.

Die Größe der Gruppe variiert je nach Anmeldungszahlen, die maximale Teilnehmerzahl beträgt 9 Kinder, jährlich konnten bisher stets zwei Gruppen angeboten werden. Eine etwa gleiche Verteilung von Jungen und Mädchen ist wünschenswert, momentan werden deutlich mehr Jungen angemeldet. Das Angebot richtet sich an Kinder in der Latenzphase (also 6-11 Jahre).

Seit 2010 wird parallel zu der Kindergruppe eine Elterngruppe für die betroffenen Eltern angeboten, in denen sie die Möglichkeit des Austausches haben, aber auch ein besseres Verständnis für das emotionale Erleben und die Bedürfnisse ihrer Kinder erlangen sollen.

Es gilt, die Eltern in ihrer Elternrolle zu stabilisieren, damit sie ihre Kinder nicht aus dem Blick verlieren.

c) Rahmen der einzelnen Stunden

Die Stunden beginnen immer in einem Stuhlkreis und mit einem kurzen Blitzlicht, jeder kann etwas sagen, muss es aber nicht. Anschließend folgt ein selbst gewähltes Spiel. Hiernach beginnt die eigentliche Gruppenarbeit zu verschiedenen inhaltlichen Schwerpunkten, wobei die von den Kindern geäußerten Themen der Blitzlichtrunde aufgegriffen werden. Zwischendrin gibt es eine Essenspause, die GruppenleiterInnen stellen Getränke, Obst und Kekse. Die Kinder können sich entspannen und anders als über die Schwere der Thematik miteinander in Kontakt kommen, gleichzeitig begegnen sie Erwachsenen, die für sie sorgen. Den Rest der Stunde bestimmt der gemeinsame Austausch über die Gruppenarbeit, die Visualisierung der Ergebnisse hilft, einen Denkraum zu dem Erlebten zu schaffen. Am Ende der Stunde bleibt meist noch Zeit für ein Spiel. Jede Stunde endet wie sie begonnen hat, im Stuhlkreis mit Verabschiedung.

d) Elemente in der Kindergruppe

Ein zentrales Anliegen der BeraterInnen bzw. TherapeutInnen in der Kindergruppe ist es, mit den Kindern in Beziehung zu treten. Über die Beziehung, die aufgrund des Settings bewusst keine therapeutische sein soll, treten die Kinder in einen vertrauensvollen Kontakt, der es ihnen erlaubt, sich ihrer familiären Situation behutsam zu nähern und von ihr zu berichten. Die Gruppe über diese Beziehungsarbeit zu stärken und damit auch das Vertrauen unter den Kindern zu fördern, ist ein weiteres Ziel.

Wahrnehmen, Zulassen und Ausdrücken von Gefühlen: Malen und Collagengestaltung, Geschichten vorlesen („Papa wohnt jetzt in der Heinrichstraße“), Märchenkarten:

Das Vorlesen von Geschichten zum Thema Trennung & Scheidung kann ein behutsamer Einstieg sein, sich der Thematik überhaupt zu nähern. Das Medium Malen oder die Gestaltung einer Collage hilft den Kindern, ihre Gefühle in der eigenen Art & Weise leichter zum Ausdruck zu bringen. In der anschließenden Bildbesprechung wird den Kindern ermöglicht, ihre Gefühle zu verbalisieren und damit bewusst zugänglich zu machen.

Kennenlernen verschiedener familiärer Systeme: Familienaufstellung mit Tierfiguren

Gemeinschaft, Trost in der Gruppe: Rollenspiele:

Die LeiterInnen der Kindergruppe spielen z.B. Streitsituationen der Eltern nach. Mit Hilfe von Handpuppen haben die Kinder dann die Möglichkeit, zu erzählen, wie sie sich dabei fühlen. Verschiedene Ausgänge werden gestaltet, gemeinsam wird nach möglichen entlastenden Verhaltensweisen geschaut. Spielregeln in der Gruppe werden festgelegt.

Persönliches Erleben in Streitsituationen und danach: Ausprobieren verschiedener Ausdrucksformen von Affekten. Wie komme ich aus der Hilflosigkeit heraus, wie gewinne ich Sicherheit/Geborgenheit: Körperübungen.

Töpfern:

Die Kinder haben die Möglichkeit zum Thema „Was gibt mir Mut und Kraft?“ ein persönliches Symbol für die eigene Stärke zu töpfern. Dieses können sie dann zum Andenken an die Gruppenerfahrung mit nach Hause nehmen.

IV. Weiterführende Überlegungen

Es sollte nicht vergessen werden, dass das Thema Trennung und Abschied nehmen auch in der Kindergruppe auftaucht, wenn diese nach 10 Terminen zuende geht. Anders als bei der Trennung ihrer Eltern, wo die Kinder das Ende nicht mitbestimmen konnten, sondern sich ohnmächtig gegenüber der Situation gefühlt haben, können die Kinder in der Kindergruppe die letzte Stunde mitgestalten. Es geht um den Abschied von unerfüllbaren Wünschen und dem Beginn von etwas Neuem.

V. Empfohlene Literatur

Gisela Hötter-Ponath: Trennung und Scheidung- prozessbegleitende Interventionen in Beratung und Therapie; 2009 Klett-Cotta Verlag, Reihe Leben lernen.