

# ***Paare sind die Architekten der Familie***

## ***Wie sich Paarbeziehungen auf die Elternschaft und die Entwicklung von Kindern auswirken***

„Paare sind die Architekten der Familie“, so hat Satir die besondere Bedeutung der Partnerschaft der Eltern für die Entwicklung und das Funktionieren von Familien herausgestellt. Bodenmann beschreibt die besondere Wirkung der Paarbeziehung auf die Familie folgendermaßen: „Die Partnerschaft der Eltern ist der Dreh- und Angelpunkt des gesamten familiären Lebens, da sie nicht nur das Familienklima maßgeblich prägt, Werte, Einstellungen und Verhaltenskodizes definiert, sondern den Kindern im Sinne des Modellernens auch den familiären und dyadischen Alltag vorlebt.“ (Bodenmann 2016, S.25).

Das Zusammenwirken in einer Partnerschaft steht im engen Zusammenhang mit dem Gelingen der Elternschaft. Mit einer gelingenden Elternschaft gestalten sich die Beziehungen zwischen Eltern und Kindern für beide Seiten zufriedenstellender. Schließlich wirkt sich die Partnerschaftsqualität auf das Befinden und die psychische Gesundheit der Kinder aus.

Wie eng hängt Elternschaft und Partnerschaft miteinander zusammen? Wie verändert sich die Paarbeziehung nach der Geburt von Kindern? Bilden zufriedene Partner immer eine gute Elternallianz? Wie wichtig ist das Gefühl für Paare, gemeinsam gut die Erziehung der Kinder zu gestalten?

### **Partnerschaftsentwicklung beim Übergang zur Elternschaft**

Zahlreiche Studien belegen eindeutig, dass nach der Geburt des ersten Kindes, dem Beginn der Elternschaft, die Beziehungsqualität deutlich nachlässt (vgl. Schneewind 2010, S. 163 ff). Vor der Geburt von Kindern geben 62 % von Frauen an, zufrieden in ihrer Partnerschaft zu sein, während nach der Geburt des 1. Kindes nur noch 38 % zufrieden sind in ihrer Partnerschaft. Kinder sind das häufigste Streitthema bei Partnerkonflikten. Diese Fakten weisen eindeutig darauf hin, dass die Frage, ob es einem Paar gelingt, ein zufriedenes Elternteam zu werden, eine wichtige Bedeutung für die Zufriedenheit in ihrer Partnerschaft hat.

Die LBS-Familienstudie (Fthenakis u.a. 2002), die den Übergang von Paaren zur Elternschaft untersucht, kommt eindeutig zum Ergebnis, dass sich mit dem Eintritt in die Elternschaft die elterliche Partnerschaft verschlechtert.

## Partnerschaft und verschiedene Aspekte von Elternschaft

Kröger u.a. (2008) beschreiben die einzelnen Aspekte einer gelingenden Elternschaft. Die gelingende Elternschaft nennen die Autoren Elternallianz oder Coparenting. „Coparenting – im Deutschen zum Teil auch als Elternallianz bezeichnet – meint im Wesentlichen, wie Eltern ihr Kind gemeinsam erziehen, ob es ihnen gelingt, sich gegenseitig zu unterstützen und harmonisch zusammenzuwirken oder ob sie das erzieherische Handeln des anderen untergraben, ablehnend betrachten und sozusagen zu Gegenspielern werden“ (Kröger u. a. 2008, S. 8). Ein zentraler Aspekt ist die Wahrnehmung der gegenseitigen Unterstützung, d.h. dass das jeweilige Erziehungsbemühen aktiv gewürdigt und mitgetragen wird. Das Erleben eines Zusammengehörigkeitsgefühls als Eltern, das sich aus einem wertschätzenden Umgang miteinander und dem Meistern von schwierigen Erziehungssituationen ergibt, ist eine affektive Qualität von Coparenting. Die Wahrnehmung einer gemeinsamen Erziehungsverantwortung wird deutlich in der Verteilung der erzieherischen Arbeit auf beide Eltern. Der Aufbau einer gemeinsamen Familienidentität (Was macht uns als Familie aus?) und dabei insbesondere die Gestaltung der familialen Interaktionen (Wie gehen wir als Familie mit Konflikten um?) ist weiterhin eine wesentliche Herausforderung zum Gelingen der Elternschaft.

Kröger u.a. (2004) haben die verschiedenen Aspekte von Elternschaft und den Zusammenhang zur Partnerschaft insgesamt empirisch untersucht. Die elterliche Zufriedenheit mit der Kindererziehung und der Eltern-Kind-Beziehung wurde mit zwei Skalen des EPF (Einschätzung von Partnerschaft und Familie) abgebildet. Die Forscher konnten 3 Faktoren bei der Auswertung der Daten von 522 Paaren herausstellen, die den Zusammenhang zwischen Partnerschaft und Elternschaft verdeutlichen. Den ersten Faktor nennen sie **Erziehung als Konfliktursache**. Dieser Faktor wird z.B. durch folgende Items abgebildet: „Viele Streitigkeiten zwischen uns beiden werden durch die Kinder ausgelöst.“, „Den Kindern gelingt es oft, einen Keil zwischen meinen Partner und mich zu treiben.“, „Seitdem wir Kinder haben, streiten wir häufiger miteinander.“ Der zweite Faktor wird als **Mangelnde Unterstützung in der Erziehung** bezeichnet und weist auf das fehlende Gefühl eines guten Erziehungsteams hin. Dieser Faktor wird durch Items wie z.B. „Wir entscheiden gemeinsam, welche Regeln für die Kinder gelten sollen.“ (negativ gepolt), „Wir beide unterstützen uns immer gegenseitig, wenn einer von uns die Kinder lobt oder straft.“ (negativ gepolt). Weiterhin hat sich herausgestellt, dass es bedeutsam ist, ob jedes Elternteil sich in der Elternrolle wohl fühlt und mit der Beziehung zum Kind zufrieden ist. Zustimmung zu den Aussagen „Ich spiele im Leben meiner Kinder eine wichtige Rolle“ (negativ gepolt), „Die Kinder haben mir nicht die Befriedigung gebracht, die ich mir erhofft habe.“ Oder „Meine Kinder und ich haben wenig Gemeinsames, über das wir reden können“ weisen auf den

Faktor 3 **Unzufriedenheit mit der Elternrolle** hin. Abschließend haben die Autoren die Globale Belastung der Ehe durch die Elternschaft mit den drei Items „Unsere Ehe wäre vielleicht ohne Kinder glücklicher.“, „Durch die Kinder ist unsere Ehe glücklicher geworden.“ (negativ gepolt) und „Manchmal denke ich, dass wir mit dem Kinderkriegen länger hätten warten sollen.“

In der familienpsychologischen Forschung spricht man von positiven „Spill-Over-Effekten“ (vgl. Schneewind 2010, S. 165ff), wenn sich die Zufriedenheit in einer Partnerschaft positiv auf die Elternschaft auswirkt. Als negativer „Spill-Over-Effekt“ wird der Einfluss von Partnerunzufriedenheit auf die Elternschaft bezeichnet. Schneewind beschreibt verschiedene Ursachen für einen negativen Spill-Over-Effekt. Ein Partnerschaftskonflikt kann auf die Eltern-Kind-Beziehung umgelenkt werden. Ein sogenanntes „Problemkind“ kann dann den Eltern dafür dienen, die Paarkonflikte zu verdecken. Konflikthafte Elternbeziehungen können allerdings auch für die Kinder negative Vorbildfunktionen aufweisen und im Sinne des Modelllernens zu schwierigen Eltern-Kind-Beziehungen und Verhaltensauffälligkeiten bei Kindern beitragen. Paarkonflikte können zu sehr unterschiedlichen Erziehungshaltungen beider Eltern führen und die Kinder verleiten, sich zwischen diesen Unterschieden zu positionieren und dadurch in Loyalitätskonflikte geraten.

Bei etlichen Eltern wirken sich Partnerschaftskonflikte negativ auf die Elternschaft aus (negativer „Spill-Over-Effekt“). Es gibt allerdings auch Eltern, die Partnerschaft und Elternschaft gut trennen können („compartmentalization“). Sturge-Apple u.a. 2014 (vgl. Bodenmann 2016, S. 180) untersuchten in einer Studie das mütterliche Erziehungsverhalten bei zweijährigen Kindern in Abhängigkeit von der Partnerschaftszufriedenheit. Sie konnten die unzufriedenen Mütter in zwei Gruppen teilen. Die „compartmentalization“-Gruppe zeigte deutlich bessere Werte bei Empathiefähigkeit, weniger harscher Erziehung, körperlicher Bestrafung, emotionaler Wärme und Unterstützung als die „Spill-Over“-Gruppe, bei denen sich die Partnerunzufriedenheit direkt auf das Erziehungsverhalten negativ auswirkt. Wie geschieht dieser Prozess, dass es einigen Menschen gelingt, die Paarkonflikte von der Elternschaft zu trennen und anderen nicht? Für die Unterstützung von Eltern wäre es sehr hilfreich, wenn wir zu diesem bisher nicht erforschten Prozess mehr Erkenntnisse hätten.

### **Partnerschaft und Befinden und psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen**

Das psychische Befinden von Kindern hängt in starkem Masse von der Beziehung der Kinder zu ihren Eltern ab. Ein konstruktiver Interaktionsstil der Eltern wirkt sich positiv auf Kinder auf, da sie ein Modell einer zugewandten, liebevollen, zärtlichen Beziehung

wahrnehmen, das sie bei späteren eigenen Beziehungen aktualisieren können. So entwicklungsfördernd wie die positiven Interaktionsformen von Paaren sich auf Kinder auswirken, so negativ sind verschiedene Formen von Partnerschaftskonflikten für Kinder, die im Folgenden dargestellt werden.

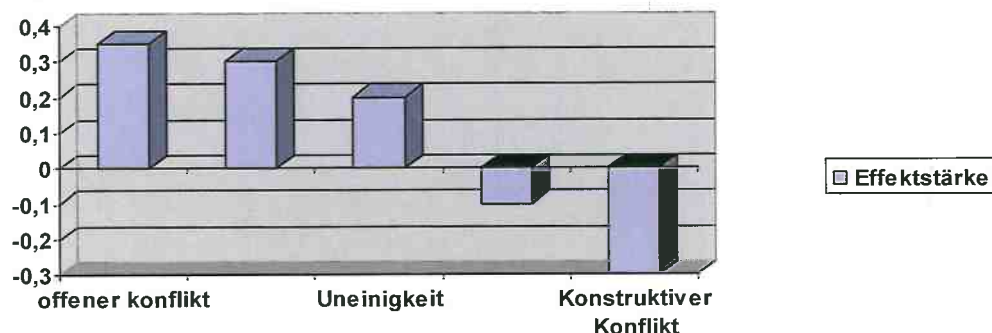
### **Folgen destruktiver Elternkonflikte für Kinder und Jugendliche**

Bodenmann (2016, S. 166 ff) fasst verschiedene Studienergebnisse zu einer eindeutigen Grundaussage zusammen. Destruktive Elternkonflikte wirken sich in einem großen Umfang auf Kinder und Jugendliche in verschiedenen Ebenen (psychisch, somatisch, im Leistungsverhalten). 50- 60 % aller Kinder und Jugendlichen erleben einmal oder mehrmals die Trennung oder Scheidung ihrer Eltern. Weitere 20 % von Kindern sind chronischen destruktiven Partnerschaftskonflikten ihrer Eltern ausgesetzt. Bereits bei Föten konnte festgestellt werden, dass destruktive Partnerschaftskonflikte zu heftigen Bewegungen der Föten oder zu Verhärtungen im Bauch der Mütter beitragen. Weiterhin konnte belegt werden, dass Partnerschaftsstörungen während der Schwangerschaft zu vermehrten neurologischen Dysfunktionen, Entwicklungsverzögerungen oder Verhaltensproblemen während der Säuglingsphase und zu mehr Infektionskrankheiten im weiteren Leben führen. Die Wirkung der Partnerschaftsunzufriedenheit erwies sich sogar als stärkerer Prädiktor für kindliche Erkrankungen als kritische Lebensereignisse während der Schwangerschaft. Einige Studien kommen zu dem Ergebnis, dass chronische destruktive Elternkonflikte schädlicher für Kinder sind als das Risiko, durch eine Trennung oder Scheidung Schaden zu erleiden. In zahlreichen Studien konnte der Zusammenhang zwischen Verhaltensauffälligkeiten bei Kindern und psychischen Problemen deutlich nachgewiesen werden. 40 – 50 % der Kinder, die diesen Konflikten ausgesetzt sind, zeigen Verhaltensauffälligkeiten. Kinder, die häufig destruktiven Elternkonflikten ausgesetzt sind, zeigen häufiger externalisierte Störungen wie aggressives, impulsives, oppositionelles und trotziges Verhalten. Bei ihnen kommt häufiger Substanzmissbrauch und Hyperaktivität vor. Kinder mit diesem elterlichen Verhalten weisen weiterhin oftmals internalisierte Störungen auf: depressive Störungen, Angststörungen, Rückzugsverhalten, Essstörungen. In einer experimentellen Studie konnte nachgewiesen werden, dass „das Sehen eines Partnerschaftskonflikts dieselben negativen Auswirkungen auf die Konzentrationsleistung hatte, wie das Sehen eines Actionfilms“ (Bodenmann 2016, S. 173). Schlafstörungen bei Kindern treten signifikant häufiger in einem engen Zusammenhang mit dem Erleben destruktiver Elternkonflikte auf. Die oftmals im Zusammenhang mit destruktiven Elternkonflikten beobachtbare Leistungsverschlechterung von Kindern kann man sich gut mit der reduzierten Konzentrationsleistung der Kinder, den Schlafdefiziten und

einem Erleben von Angst vor dem Zerbrechen der Familie und damit einhergehend Selbstunsicherheit der Kinder erklären.

Allerdings sind Partnerschaftskonflikte nicht per se schädigend für Kinder, sondern dann, wenn sie besondere Merkmale aufweisen (vgl. Bodenmann 2016, S. 167 ff): Konflikte dauern lange oder sind chronisch, Konflikte werden sehr intensiv ausgetragen bis hin zu verbaler oder physischer Gewalt, Konflikte werden sehr destruktiv ausgetragen ohne das Bemühen um eine Lösung, Konflikte werden vor den Kindern ausgetragen, Kinder werden zum Konflikthalt, Kinder werden von den Eltern als Koalitionspartner missbraucht, Kinder mischen sich in die Konflikte ein und ergreifen selbst Partei, Kinder verstehen die Gründe für die Streitigkeiten nicht.

Buehler et al. (1997 nach Bodenmann 2016) konnte die Auswirkungen der kindlichen Auffälligkeiten nach dem Konflikttyp unterscheiden. Die Effektstärken zwischen einem Konflikt und kindlicher Auffälligkeit sahen folgendermaßen aus:



Die Ergebnisse waren überwiegend zu erwarten. Allerdings war es verwunderlich, dass die Konfliktvermeidung negativ korreliert mit kindlichen Auffälligkeiten. Das ist ein Hinweis darauf, dass sich bereits unterschwellige Paarkonflikte auf Kinder auswirken. Ein weiteres interessantes Ergebnis der Studien von Buehler bestand darin, dass er die moderierende Wirkung des Alters, des Geschlechts des Kindes, des sozioökonomischen Status der Familie und die Einkommenssituation ausschließen konnte.

Besondere Beachtung sollten die Auswirkungen von gewalttätigen Elternkonflikten auf Kinder erfahren. Sternberg et al. (2006 nach Bodenmann 2016, S. 175) fanden folgende Auftretenshäufigkeiten von kindlichen Störungen beim Vorliegen vom Erleben von Gewalt oder Elterngewalt:

Situation des Kindes	Internalisierte Störung	Externalisierte Störung
Zeuge elterlicher Gewalt	2,03 X häufiger	2,40 X häufiger
Opfer elterlicher Gewalt	1,39 X häufiger	1,95 X häufiger
Zeuge und Opfer elterlicher Gewalt	2,57 X häufiger	2,91 X häufiger

Die verheerende Wirkung von elterlicher Gewalt wird in dieser Untersuchung deutlich, da sie nachweisen kann, dass sie sich sogar noch schädigender auswirkt als körperliche Gewalt gegen Kinder.

Um die Wirkung der destruktiven elterlichen Konflikte auf Kinder zu verstehen, fasst Bodenmann (2016, S. 176 ff) die Erklärungen verschiedener Autoren in einem Prozessmodell zusammen. Die elterlichen Konflikte tragen zu einem sehr ungünstigen Familienklima bei, das das Zusammengehörigkeitsgefühl in der Familie schwächt. Elterliche Konflikte stehen in einem engen Zusammenhang zu ungünstigem Erziehungsverhalten der Eltern. Ärger gegenüber dem Partner wird oftmals auf Kinder übertragen („Cross-Over-Effekt“), indem die Eltern schnell gereizt und aggressiv auf die Kinder reagieren, die wiederum ebenfalls mit Verweigerung oder Trotz reagieren. Eltern in destruktiven Paarkonflikten sind für die Bedürfnisse ihrer Kinder nicht in gleichem Maße offen wie Eltern in zufriedenen Paarbeziehungen. Dies trägt zu einer größeren Unsicherheit der Kinder bei und kann die Bindungsbeziehung der Kinder zu ihren Eltern negativ beeinträchtigen. Außerdem haben Eltern in Paarkonflikten weniger Zeit für die Kinder und können zu einer Vernachlässigung ihrer Kinder neigen. Das Prozessmodell geht von wechselseitigen Wirkungen dieser verschiedenen Einflussfaktoren aus.

#### Literatur

Bodenmann, G. (2016): *Lehrbuch Klinische Paar- und Familienpsychologie*. Göttingen: Hogrefe

Fthenakis, W.E.; Kalicki, B; Peitz, G. (2002): *Paare werden Eltern – Die Ergebnisse der LBS-Familien-Studie*. Opladen: Leske & Budrich

Kröger, Ch.; Hahlweg, K.; Klann, N. (2004): *Eltern in der Eheberatung: Zu den Auswirkungen von Ehe- und Paarberatung auf die Zufriedenheit mit der Kindererziehung*. *Verhaltenstherapie & Psychosoziale Praxis*. 36. Jahrgang (4). S. 821-834

Kröger, Ch.; Haslbeck, A.; Dahlinger, K.; Sanders, R. (2008): *„Paare sind die Architekten der Familie“ Zur Bedeutung der Paarbeziehung für die Familienentwicklung*. *Beratung Aktuell*. 3.2008. S. 1-20

Schneewind, K. (2010): *Familienpsychologie*. Stuttgart: Kohlhammer