

SCHEIDUNGSFOLGEN FÜR KINDER | Das Problem von Nocebo-Effekten

Jürgen Beushausen; Vanessa Finke

Zusammenfassung | In Theorie und Praxis der Scheidungs- und Trennungsberatung herrscht ein vorwiegend problemorientierter Blick auf die Scheidungsfolgen vor. Die Einnahme problem- und defizitbezogener Perspektiven ruft jedoch oft das Phänomen sich selbst erfüllender Prophezeiungen hervor, die in diesem Artikel als Nocebo-Effekte thematisiert werden. Diese Effekte sollten bei der Beratung von sogenannten Scheidungs- und Trennungskindern vermieden werden.

Abstract | In theory and practice of divorce and separation counseling a predominantly problem oriented view on the consequences of a divorce can be stated. This perspective focusses on problems and deficits. It often evokes phenomena of self-fulfilling prophecies, so-called nocebo effects. These effects should be avoided in the counseling of children affected by divorce and separation.

Schlüsselwörter ► Kind ► Eltern ► Scheidung ► psychosoziale Folgen ► Beratung

Einleitung | Im Jahr 2016 wurden in Deutschland nach einer durchschnittlichen Dauer von 15 Jahren zirka 162 000 Ehen geschieden (Destatis 2017). Bei gut der Hälfte der im Jahr 2016 geschiedenen Ehen waren insgesamt zirka 132 000 minderjährige Kinder von der Scheidung ihrer Eltern betroffen. Diese hohen Zahlen weisen auf die Bedeutung des Themas nicht nur für die betroffenen Menschen, sondern auch die Soziale Arbeit hin¹: Etwa ein Fünftel aller Kinder in den alten und ein Drittel in den neuen Bundesländern leben in ihrer Kindheit nicht mit ihren beiden leiblichen Eltern zusammen, sondern machen mindestens einmal Erfahrungen in anderen Formen familialer Organisation (BMFSFJ 2006). Im Vergleich zu früher ist es somit einerseits nahezu „normal“, wenn die Eltern geschieden werden, andererseits haftet einer Scheidung neben ihren anderen negativen Folgen auch heute noch häufig ein Makel an.

1 In Deutschland gab es 2014 insgesamt 8,1 Millionen Familien mit minderjährigen Kindern. 20 Prozent aller Kinder lebten mit einem alleinerziehenden Elternteil zusammen (Destatis 2016).

Jugend- und Familienministerkonferenz: Beschluss vom 21./22. Mai 2015 in Perl. Top 2 (Grüne Liste): Top 7.1 Jugendmedienschutz; Bund-Länder-Eckpunktetpapier „Aufwachsen mit digitalen Medien“. In: https://www.jfmk.de/pub2015/TOP_7.1.pdf (abgerufen am 23.7.2017)

Kappeler, Manfred: Prävention als Verhinderung selbstbestimmten Lebens in der Gegenwart im Namen der Zukunft. In: Widersprüche. Zeitschrift für sozialistische Politik im Bildungs-, Gesundheits- und Sozialbereich 139/2016

Keupp, Heiner: Identitätskonstruktion. Vortrag bei der 5. bundesweiten Fachtagung zur Erlebnispädagogik am 22.9.2003 in Magdeburg. In: <http://www.ipp-muenchen.de/texte/identitaetskonstruktion.pdf> (abgerufen am 1.12.2017)

Konferenz der Justizministerinnen und Justizminister: Beschluss der 85. Konferenz der Justizministerinnen und Justizminister am 25. und 26. Juni 2014 im Ostseebad Binz auf Rügen. TOP II.1 Beleidigung im Internet/Cybermobbing. In: https://www.justiz.bayern.de/media/pdf/jumiko_2014/fruehjahr/top_ii_1.pdf (abgerufen am 1.12.2017)

Niesyto, Horst: Digitale Medien, soziale Benachteiligung und soziale Distinktion. In: MedienPädagogik: Zeitschrift für Theorie und Praxis in der Medienbildung. Themenheft Nr. 17: Medien und Soziokulturelle Unterschiede. Bonn 2009

Olk, Thomas: Abschied vom Experten. Sozialarbeit auf dem Weg zu einer alternativen Professionalität. Weinheim und München 1986

Rauschenbach, Thomas: Grenzen der Lebensweltorientierung. Sozialpädagogik auf dem Weg zu „systemischer Effizienz“. Überlegungen zu den Folgen der Ökonomisierung Sozialer Arbeit. In: Fatke, Reinhard; Hornstein, Walter; Lüders, Christian; Winkler, Michael (Hrsg.): Zeitschrift für Pädagogik. Beiheft 39: Erziehung und sozialer Wandel. Brennpunkte sozialpädagogischer Forschung, Theoriebildung und Praxis. Weinheim 1999

Rosa, Hartmut: Resonanz. Eine Soziologie der Weltbeziehungen. Berlin 2016

Sennett, Richard: Der flexible Mensch. Die Kultur des neuen Kapitalismus. Berlin 1998

Staub-Bernasconi, Silvia: Vom beruflichen Doppel- zum professionellen Tripelmandat. Wissenschaft und Menschenrechte als Begründungsbasis der Profession Soziale Arbeit. Zürich und Berlin 2007 (http://www.avenirsocial.ch/cm_data/MV_2007_Vortrag_von_Frau_Silvia_Staub-Bernasconi_ART_SA_Tripelmandat_2.doc; abgerufen am 10.11.2016)

Theunert, Helga: Jugend-Medien-Identität. Identitätsarbeit Jugendlicher mit und in Medien. München 2009

Thiersch, Hans: Lebensweltorientierte Soziale Arbeit. Aufgaben der Praxis im sozialen Wandel. Weinheim und Basel 2014

Nicht nur die betroffenen Familien, sondern auch viele professionellen Helferinnen und Helfer stellen bei der Bewältigung dieses Lebensereignisses negative und defizitäre Aspekte in den Mittelpunkt. Auch Studierende der Sozialen Arbeit, so zeigen die im Weiteren vorgestellten Ergebnisse einer empirischen Untersuchung, bewerten eine Trennung in der Regel als problematisch, schwierig und oftmals den Lebensweg negativ bestimmend. Diese problemzentrierte Bewertung lässt sich auch in Zeiten, in denen die Ressourcenorientierung wie ein „Zauberwort“ (Schemmel; Schaller 2003) in der Sozialen Arbeit wirkt, für die Beratungspraxis und auch noch für einen Großteil der Literatur, hier insbesondere der populärwissenschaftlichen, konstatieren.

Ein negativer und problemorientierter Blick führt möglicherweise im Sinne einer „self-fulfilling prophecy“, einer sich selbst erfüllenden Prophezeiung, zu entsprechenden lediglich problemorientierten professionellen Interventionen. Dieses Phänomen wird in diesem Beitrag als „Nocebo-Effekt“ untersucht und es werden Empfehlungen gegeben, wie ein positiver Blickwinkel, einschließlich der Betonung der Ressourcen, in den Fokus der Beratungsarbeit gestellt werden kann.

Der Scheidungsprozess und die Scheidungsfolgen für die Kinder | In diesem Beitrag soll die Bedeutung eines positiven Blicks auf die Scheidungsfolgen thematisiert werden. Gleichwohl ist zunächst zu betonen, dass eine Trennung oder Scheidung für die Betroffenen, besonders für die Kinder, immer ein bedeutsames und langfristig wirkendes Lebensereignis ist. Der Scheidungsprozess kann als ein Reorganisationsprozess gesehen werden, der eine ständige Veränderung und Neustrukturierung der Situation erfordert und mehrere Jahre andauert. Eine Trennung² oder Scheidung bedeutet für die Kinder nicht nur den Verlust eines Elternteils, sondern oftmals auch den Verlust der bisherigen Lebenswelt. Eine Scheidung beinhaltet den Übergang von einer Familienform zur nächsten und bringt vielfältige Veränderungen der Lebensbedingungen mit sich. Für die Kinder bedeutet die neue Situation nicht nur einen Wechsel der Familienstruktur, sondern bedingt viele weitere ökonomische, ökologische, strukturelle, psychologische und soziale Veränderungen. Zu deren bedeutsamsten, da emotional belastenden gehören

eine Verminderung des Lebensstandards durch ein verringertes Einkommen, eine neue, meist reduzierte Beziehung zu dem getrennt lebenden Elternteil, oftmals dauerhafte elterliche Konflikte, Umzüge und der Verlust des gewohnten sozialen Umfelds, also von Freunden, Verwandten und anderen Menschen.

Judith Wallerstein, Julia Lewis und Sandra Blakeslee (2002) untersuchten in einer amerikanischen Langzeitstudie über 25 Jahre die Folgen von Scheidungen für die betroffenen Kinder. Die Autorinnen zeigen auf, dass Eltern durch eine Scheidung zwar glücklicher werden können, nicht aber unbedingt auch deren Kinder. Die Studie belegt außerdem, dass die negativen Folgen einer Ehescheidung für Kinder nicht nur unmittelbar auf die Zeit nach der Scheidung begrenzt sind, sondern oft sogar erst im Erwachsenenalter sichtbar werden. „Die Wucht der elterlichen Scheidung trifft sie besonders grausam im Rahmen ihrer Suche nach Liebe, Bindung und sexueller Intimität“ (ebd., S. 304 f.). Scheidungskindern fehle die „Vorlage“ für ihre eigene Familie. Erst vom dritten zum vierten Lebensjahrzehnt gelinge es vielen Scheidungskindern, ihre Furcht vor Verlust und Vertrauensbruch zu überwinden. Die Scheidung der Eltern führe bei den betroffenen Kindern zu einer langandauernden, sich oftmals zuspitzenden Krise.

Es kann festgestellt werden, dass eine Scheidung der Eltern beträchtliche Veränderungen und Stressoren für die Kinder mit sich bringt und zu den stärksten belastenden Lebensereignissen zählt. Das Risiko von Anpassungsproblemen ist mindestens doppelt so hoch wie bei kontinuierlich zusammenlebenden Familien (BMFSFJ 2006).

Mavis Hetherington und John Kelly (2003) differenzieren jedoch: Eine Ehescheidung enthält nach ihren Untersuchungen nicht generell ein langfristig zerstörerisches Potenzial. Ein Drittel der Scheidungskinder nimmt den Scheidungsprozess im Erwachsenenalter rückblickend sogar als Bereicherung wahr. Diese Autoren thematisieren schlussfolgernd eine Übertreibung, die mittlerweile zu einer „self-fulfilling prophecy“ geworden sei. Dieser Prozess soll im Folgenden unter dem Begriff des Nocebo-Effektes thematisiert werden. Untersuchungsergebnisse³ legen nahe, dass für einen Teil der Betroffenen ein Krisenmodell stimmig ist, demzufolge eine Scheidung eine zeitweilige Krise darstellt, von der sich die meisten Betroffenen erho-

² Im Weiteren beinhaltet der Terminus Scheidung in Bezug auf die Folgen für die Kinder auch Trennungen.

len. Für andere Betroffene ist dieser Prozess jedoch eine Ursache unbegrenzter chronischer Belastung (BMFSFJ 2006).⁴

Daniela Schulz (2007) fasst verschiedenste Aspekte des Einflusses und der Auswirkungen der elterlichen Scheidung auf die Kinder zusammen. Hierzu zählen neben Faktoren der Persönlichkeit von Eltern und Kind insbesondere die Qualität der Eltern-Kind-Beziehung, das elterliche Erziehungsverhalten, die Bedeutung des elterlichen Modells für ein kompetentes Beziehungs- und Problemlösungsverhalten und der Kontakt beziehungsweise dessen Dauer zum entfernt lebenden Elternteil. Bedeutsam sind zudem weitere Faktoren wie der Schulwechsel, Umzüge, die Wiederheirat der Eltern und die Bedürfnisse der Geschwister, die Einstellung der Mütter für die Aufrechterhaltung von Vater-Kind-Beziehungen und der Umgang mit den bestehenden Konflikten.

Hilfreich zum Verständnis des Bewältigungsprozesses der elterlichen Scheidung ist modellhaft die Gegenüberstellung von Risiko- und Schutzfaktoren. Diese Faktoren bedingen einander gegenseitig, das heißt sie können sich verstärken oder abschwächen

3 Bezüglich der Folgen, insbesondere der Schwere und Intensität von Scheidungen teilt sich die Scheidungsforschung in zwei Lager. In der Literatur werden insbesondere zwei Studien aus den USA angeführt, wenn es um die kurz- und langfristigen Auswirkungen von Trennung und Scheidung auf die kindliche Entwicklung geht. Die 1993 von *Hetherington* und *Kelly* (2003) durchgeführte Studie „Longitudinal Study of Divorce and Remarriage“ folgt der These, dass sich die Scheidungsfolgen nach zirka zwei Jahren normalisieren. Hingegen stellen *Wallerstein* u.a. (2002) fest, dass die Kinder die Scheidungslast tragen und in späteren partnerschaftlichen Beziehungen häufig längerfristige Folgen zu tragen haben (*Aichinger* 2013, S. 218).

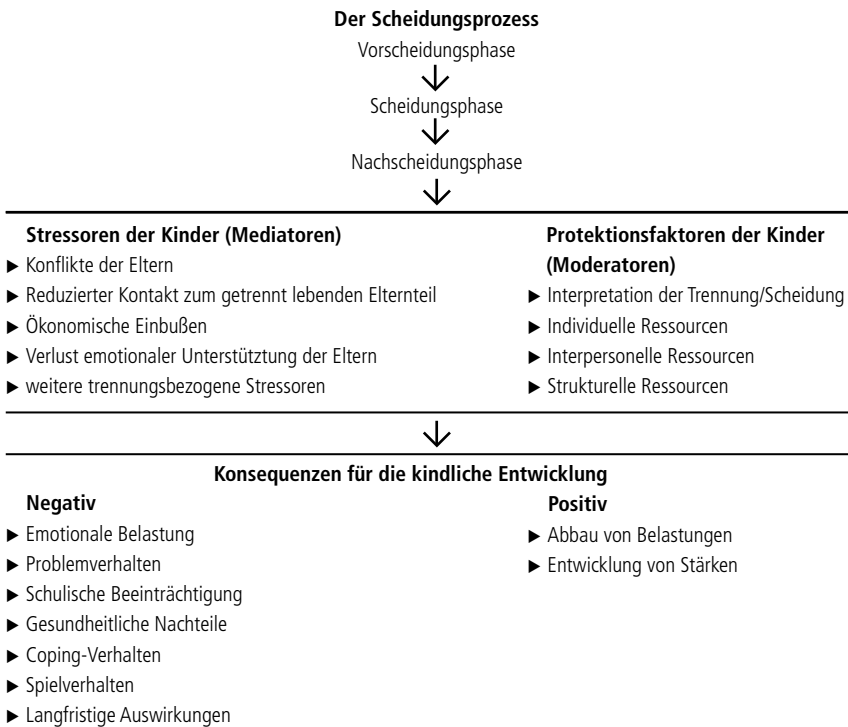
4 Diese Aussage bestätigt *Hetherington*: „25 Prozent der Jugendlichen aus geschiedenen Familien hatten ernste soziale, emotionale und psychische Probleme, im Vergleich zu 10 Prozent aus normalen Familien. Doch die meisten Jungen und Mädchen unterschieden sich nicht von ihren Altersgenossen aus normalen Familien“ (*Hetherington; Kelly* 2003, S. 19). Demnach gelingt es 75 Prozent der Scheidungsfamilien, sich mittel- und langfristig an die neue Situation anzupassen. Als Voraussetzung für das Gelingen werden ein verlässlicher und kompetenter Erziehungsstil sowie der offene Umgang mit der Lebenskrise, aber auch die individuelle Bereitschaft, etwas verändern zu wollen, benannt (*Aichinger* 2011, S. 160).

und finden sich zum einen beim Kind selbst und zum anderen innerhalb der Familie und der sozialen Umgebung. Stellvertretend für diese Konzepte wird das Modell von *Schulz* (2007, S. 41) vorgestellt.

Auf einzelne dieser Aspekte soll hier kurz eingegangen werden, ausführlicher hierzu sind *Schulz* (2007) und *Finke* (2016). *Alfons Aichinger* betont, dass „Chronische Elternkonflikte [...] für die Entwicklung von Kindern umso problematischer [sind], je häufiger und intensiver Streitigkeiten auftreten“. Das Wohlbefinden der Kinder sowie deren emotionale und psychische Entwicklung hängen besonders davon ab, wie Eltern ihre Beziehung auch nach der Trennung handhaben. Günstig ist eine möglichst konfliktfreie Kommunikation, denn mittels dieser gelingt es eher, dass beide Eltern wichtige Bezugspersonen für ihr Kind bleiben können (*Schulz* 2007, S. 45). Zudem stellen psychosoziale Risiken wie eine häufig zu beobachtende materielle Armut alleinerziehender Frauen negative Determinanten beispielsweise für die kognitive Entwicklung sowie die Sprachentwicklung der Kinder dar. Die ökonomischen Bedingungen wirken sich auch auf andere Weise auf die Entwicklung der Kinder aus (*Schulz* 2007, S. 48). Viele Väter benutzen die Unterhaltszahlungen als Druckmittel gegen die Mütter und übersehen dabei, dass sich regelmäßige Unterhaltszahlungen positiv auf die Beziehung zu dem Kind auswirken können (*Aichinger* 2013, S. 219). Für die Kinder geht eine Scheidung vielfach mit dem Abbruch von Beziehungen einher. Nicht nur der Verlust des getrennt lebenden Elternteils ist belastend, auch der Verlust von Großeltern oder anderen Verwandten kann eine große Veränderung in ihrer Lebenswelt hervorrufen. Das Eingehen einer neuen Partnerschaft oder eine Wiederheirat eines oder beider Elternteile kann ebenfalls ein weiterer Stressor sein, der sich auf die Entwicklung der Kinder auswirkt.

Hinsichtlich der Protektionsfaktoren der Kinder sind insbesondere die jeweiligen Interpretationen der Trennung und Scheidung, aber auch individuelle, interpersonelle und strukturelle Ressourcen bedeutsam (*Schulz* 2007, S. 55). Zu den interpersonellen Ressourcen gehören unter anderem Beziehungen zu Personen aus dem nahen sozialen Umfeld, die den Kindern während der Bewältigung des Scheidungsprozesses zur Seite stehen. Unterstützende Angebote, die nicht emotional begründet sind, werden als weniger hilfreich erachtet als Angebote mit emotionaler

Modell der Scheidungsstressbewältigung von Schulz



Unterstützungsabsicht (Schulz 2007, S. 59). Geschwister können ebenso wie Freunde bei der Bewältigung der elterlichen Trennung ein schützender Faktor sein. *Hetherington* und *Kelly* (2003) weisen mit ihren Untersuchungsergebnissen nach, dass eine innige Beziehung zu einem Gleichaltrigen die Belastungen der Scheidung verringern kann. Wie die Freunde kann auch die Schule einen Schutzfaktor darstellen, wenn sie dem Kind ein Gefühl vermittelt, „gut aufgehoben zu sein“. Schulz (2007) führt weitere Protektionsfaktoren zur Bewältigung der Scheidung auf. Hierzu gehören die soziale Schichtzugehörigkeit, die örtliche Infrastruktur, aber auch die gesetzlichen Regelungen bezüglich Scheidung, Sorge- und Umgangsrecht.

Bis heute werden in der einschlägigen Literatur Scheidungen und deren Folgen vorwiegend negativ beschrieben und es werden lediglich die problematischen Folgen diskutiert (Figdor 2012, Krabbe 2004). *Elke Fuhrmann-Wönkhaus* (2009, S. 43 f.) präsentiert beispielsweise eine Zeichnung, die ein Kind zeigt, das in der Mitte von Vater und Mutter auseinandergerissen ist. Sie kommentiert diese Zeichnung folgen-

dermaßen: „Die Illustration spricht eigentlich für sich. [...] Bitte lassen Sie die Zeichnung auf sich wirken, fühlen sich in ihr Kind ein. Was empfinden Sie? Das Kind fühlt sich im wahrsten Sinne des Wortes zerrissen, da es beide, Mutter und Vater, liebt, kommt es in einen enormen, unbewussten Gewissenskonflikt.“

Typisch für diese problemzentrierte Haltung in der Forschung sind auch die Befunde von *Hetherington* und *Kelly* (2003), nach denen viele Mütter und Väter in Trennungssituationen aufgrund ihrer eigenen Probleme mit sich selbst beschäftigt und mit der Situation insgesamt überfordert seien. Gerade Müttern falle es schwer, ihren Kindern Regeln und Grenzen zu setzen. Sie hätten Schuldgefühle oder seien so sehr mit sich und ihren eigenen Problemen beschäftigt, dass sie keine Kraft mehr hätten, sich um die Bedürfnisse ihrer Kinder kümmern zu können. „In den meisten Fällen nehmen die positive Anteilnahme und die mit dem Kind gemeinsam verbrachte Zeit ab, während Reizbarkeit und impulsive, unvorhersehbare Bestrafungen zunehmen“ (*Hetherington; Kelly* 2003, S. 159). Durch den Stress und einen infolgedessen nachlassend

konsequenten Erziehungsstil sei das Verhalten der Mutter für die Kinder nicht vorhersehbar. Dies löse bei den Kindern Unsicherheiten und Ängste aus (Schulz 2007, S. 49).

Auf einige weitere Beispiele aus der neueren Literatur soll noch verwiesen werden: Schulz (2007) benennt zwar inzwischen neben den Risikofaktoren auch Schutzfaktoren, ordnet diese jedoch lediglich als risikomildernde Bedingungen ein. Eine defizit-orientierte Positionierung findet sich auch in Tom Levids und Michael Wirschings Lehrbuch der systemischen Therapie und Beratung aus dem Jahr 2014. Hier fokussiert Corina Ahlers in ihrem Beitrag die oftmals für die Kinder schwer belastende Situation eines „Trennungstraumas“ (Ahlers 2014, S. 335) mit zum Beispiel problematischen Folgen einer Triangulierung für die Kinder.

Die Autorinnen und Autoren des Familienberichts (BMFSFJ 2006, S. 121) hingegen fassen zusammen: „Die Tatsache, dass die überwiegende Mehrheit der Scheidungskinder einen unproblematischen Entwicklungsverlauf hat, widerspricht letztlich auch der wissenschaftlich als überholt anzusehende Vorstellung, Kinder würden sich nur bei verheirateten leiblichen Eltern optimal entwickeln.“ (Schneider 2002). Vielmehr sei davon auszugehen, dass eine gesunde psychosoziale Entwicklung mit einem breiten Spektrum familiärer Lebensformen vereinbar ist.“ Ähnlich fassen dies Hetherington und Kelly (2003, S. 97) zusammen: „Die Scheidung ist ebenso eine Chance für persönliches Wachstum und ein besseres Leben wie eine Zeit voller Stress und Wirren.“

Insgesamt entsteht der Eindruck, dass insbesondere populärwissenschaftliche Scheidungsratgeber die problematischen Seiten einer Scheidung thematisieren, während die Forschung die Scheidungsfolgen differenzierter darstellt. Überwiegend wird jedoch die Scheidung weitgehend als Problem thematisiert und wirkt, so ist die These, zugleich negativ im Rahmen einer sich selbsterfüllenden Prophezeiung. Zunächst sollen jedoch zur Stützung unserer These Ergebnisse einer Befragung von Studierenden vorgestellt werden.

Assoziationen zum Begriff Scheidungsfolgen – Ergebnisse einer Befragung von Studierenden | In diesem Kapitel werden die Ergebnisse einer Befragung von Studierenden des Fachbereichs Soziale

Arbeit und Gesundheit der Hochschule Emden/Leer vorgestellt. Die Erhebung kann nicht als repräsentativ angesehen werden. Befragt wurden 117 zu 85 Prozent weibliche Studierende⁵ aus verschiedenen Semestern. 39 der 117 Befragten, also ein Drittel, gaben an, selbst von der Scheidung ihrer Eltern betroffen zu sein.

Anhand eines Fragebogens wurden die Teilnehmerinnen und Teilnehmer der Studie zunächst um Aussagen darüber gebeten, welche Assoziationen sie mit den Begriffen „Scheidung“ und „Scheidungsfolge“ verbinden. Eine eindeutige statistische Zuordnung nach bestimmten Kriterien war nur zum Teil möglich. Die Antworten wurden in Kategorien (positive Emotionen, negative Emotionen, positive Folgen, negative Folgen und neutrale Folgen⁶) unterteilt. Im Anschluss wurden die Befragten gebeten, den Bogen zu wenden und sozialarbeiterische und sozialpädagogische Haltungen und Konzepte zu benennen, die ihnen zu diesem Themenbereich einfallen. Die Antworten auf die Frage nach den Assoziationen zum Begriff Scheidung zeigen, dass die Studentinnen und Studenten hiermit überwiegend negative Emotionen verbanden. Lediglich zwei Befragte gaben assoziativ an, dass eine Scheidung positiv sei oder, konkreter formuliert, „eine Chance sein könne“.

Wie bereits erwähnt, gab ein Drittel der Befragten an, als Kind selbst von der Scheidung der Eltern betroffen gewesen zu sein. Interessant ist daher die Frage, ob und inwieweit sich die Assoziationen dieser Gruppe von der Gruppe der nicht von einer Scheidung der Eltern Betroffenen unterscheiden. Hier zeigte sich, dass auch die Kinder aus Scheidungsfamilien fast nur negative Begriffe assoziieren. Nur einmal wurde eine positive Assoziation genannt. Die genannten Assoziationen waren also unabhängig davon, ob die Befragten eigene Trennungserfahrungen gemacht hatten. Insgesamt benannten die von der Scheidung der Eltern Betroffenen eine leicht höhere Zahl negativer Scheidungsfolgen. Häufig wurde angegeben, dass eine Trennung der Eltern zu großem emotionalen Stress und zu negativen Gefühlen bei den betroffe-

5 Da sich bei den Ergebnissen bezüglich des Geschlechts und des jeweiligen Semesters keine signifikanten Unterschiede zeigen, wird im Folgenden auf eine Aufschlüsselung bezüglich dieser Merkmale verzichtet.

6 In die Kategorie „neutrale Folgen“ wurden unter anderem Antworten eingruppiert, die sowohl als positiv als auch als negativ anzusehen sind.

nen Kindern führen könne. Auffallend oft wurden auch Loyalitätskonflikte angeführt. Positive Folgen wurden nur ausnahmsweise benannt.

In der anschließenden Frage wurden die Studierenden gebeten, sozialarbeiterische und sozialpädagogische Haltungen und Konzepte zu benennen, die ihnen zum Thema Scheidung einfallen. Die Studierenden gaben zu dieser Frage interessanterweise keine Konzepte oder eine bestimmte Haltung an, sondern nannten lediglich Hilfeangebote. Viele Befragte sagten, dass sie die betroffenen Familien an Beratungsstellen oder zur Familientherapie verweisen oder ihnen raten würden, mehr miteinander zu reden. Offen bleibt, ob die Studierenden mit der Beantwortung dieser Frage überfordert waren.

Zusammenfassend wird deutlich, dass die Befragten wie erwartet überwiegend negative Aspekte mit einer Scheidung in Verbindung brachten.

Der Nocebo-Effekt | Die Erwartung negativer Scheidungsfolgen und eine Konzentration hierauf kann, so die These, als eine „self-fulfilling prophecy“, eine sich selbst erfüllende Prophezeiung wirken. Dieses Phänomen soll im Weiteren als Nocebo-Effekt diskutiert werden.

Die Bedeutung des Nocebo-Effekts wird bisher vorwiegend im medizinischen Bereich (Justman 2016, Heller 2015, Heier 2011) beschrieben, kann jedoch auch für die psychosoziale Beratung und Behandlung angenommen werden. Hierbei handelt es sich quasi um das Gegenteil des Placebo-Effekts.⁷ Unter einem Nocebo-Effekt (lat.: nocere = schaden) werden Beschwerden und Symptomverschlimmerungen verstanden, die infolge einer Scheinbehandlung durch gezielt oder unbeabsichtigt geweckte negative Erwartungen entstehen. Unter dem Terminus Nocebo-Antwort werden diejenigen negativen Effekte einer Therapie zusammengefasst, die nicht durch die direkte Wirkung eines aktiven Arzneistoffes oder andere behandlungsspezifische Bedingungen hervorgerufen

werden. Nach Heier (2011) wird diesem Effekt, obwohl er vielfältig auftritt, zu wenig Beachtung geschenkt. Generell handelt es sich um eine Symptomverschlimmerung oder das neue Auftreten von Symptomen, die durch negative Überzeugungen, Vorerfahrungen, Ängste und Erwartungen evoziert werden.

Eine Nocebo-Antwort kann zum Beispiel eine Verschlimmerung eines Symptoms oder die Verhinderung einer Symptomverbesserung sein. So können bei der Verordnung eines Medikaments durch die Beschreibung der Nebenwirkungen eben diese vermehrt auftreten. Konkrete Beispiele sind Phänomene, bei denen etwa Laktoseintoleranzen ohne Laktose, Erdnussallergien ohne Erdnüsse oder Kopfschmerzen durch nicht angeschaltete Telefonmasten auftreten. Wird Patientinnen und Patienten das Röntgenbild einer lädierten Wirbelsäule gezeigt, sei die Gefahr groß, dass Rückenschmerzen chronisch werden.

Wer ausführlich den Beipackzettel eines Medikaments liest oder im Detail vom Arzt oder Apotheker über mögliche Risiken und Nebenwirkungen aufgeklärt wird, leidet häufiger unter diesen Folgen. So berichtet Heier (2011) von einem depressiven Patienten, der an einer Untersuchung zur Wirksamkeit eines Antidepressivums teilnahm. Der Patient wollte Suizid begehen und nahm eine Überdosis des Medikaments. Kurz darauf fiel der Blutdruck rapide, er zitterte und atmete heftig. Der Patient ließ sich zur Notaufnahme fahren und kollabierte dort. Als die Ärzte herausfanden, dass er ein Scheinmedikament eingenommen hatte, und ihm dies mitteilten, verschwanden die Symptome innerhalb kurzer Zeit. In einer in der Zeitschrift „Science“ veröffentlichten Studie des Universitätsklinikums Hamburg-Eppendorf (UKE) (Tinnermann et al. 2017) wurden bei Patientinnen und Patienten durch ein Medikament Nebenwirkungen hervorgerufen, obwohl es sich um ein wirkstofffreies Scheinmedikament handelte. Dieser Effekt wurde noch verstärkt, wenn den Patienten mitgeteilt wurde, dass dieses Medikament sehr kostspielig ist.

Als extreme Beispiele für Nocebo-Effekte werden von Voodoo-Priestern vorhergesagte Todesurteile beschrieben (Heier 2011, Hamilton-Paterson 2003). Dabei wird vermutet, dass die Opfer in ihrem Glaubenskontext vor Angst erkranken und hieran letztlich sterben. Physiologisch werden derartige Phänomene damit erklärt, dass negative Erwartungen den Endor-

⁷ Mit „Placebo“ (lateinisch: „Ich werde gefallen“) ist eine „Scheinsubstanz“ gemeint, die im Rahmen jeder Therapie wirken kann. Als wirksam gelten beim Einsatz von Placebos die Erwartungen des Behandlungseffektes durch die Patientin, den Patienten, assoziative Lernprozesse und die positiv wahrgenommene Beziehung zwischen Patient und Behandelndem.

phinspiegel senken und der Körper zugleich den Botenstoff Cholecystokinin ausschüttet, der die Entstehung von Angst und Panik fördert (Heller 2015).

Heller (2015, S. 41) berichtet außerdem von einer Studie, in der die Gesundheitsgefahren von Mobilfunk- und WLAN-Signalen untersucht wurden. Einer Teilgruppe wurde zunächst ein Fernsehbericht gezeigt, in dem teilweise drastisch über mögliche Gefahren berichtet wurde, eine andere Gruppe schaute einen Bericht über die Sicherheit von Internet- und Handy-Daten an. Anschließend wurden die Probanden einem WLAN-Scheinsignal ausgesetzt. Obwohl keine Strahlung vorhanden war, entwickelte die Mehrheit der über die negativen Folgen informierten Probanden Symptome der Beunruhigung, Beklemmung, Beeinträchtigung der Konzentration oder Kribbeln in den Fingern, Armen, Beinen und Füßen. Zwei Teilnehmer beendeten den Test vorzeitig, weil ihre Symptome zu stark waren. Insbesondere bei Personen mit einer generell erhöhten Ängstlichkeit traten die beschriebenen Symptome auf.

Von besonderer Bedeutung sind in diesem Zusammenhang Erwartungshaltungen (Heller 2015). Personen gelten dann als besonders gefährdet, zu Opfern des Nocebo-Effektes zu werden, wenn sie dazu neigen, sich Katastrophen auszumalen, stets damit rechnen, dass ihnen Schlimmes widerfahren wird, oder wenn sie besonders ängstlich oder depressiv sind. Klientinnen und Klienten sind somit besonders gefährdet, negativ beeinflusst zu werden, wenn sie sich in einer Krise essenziell bedroht fühlen und in einer Problemtrance befinden. Die Konzentration auf mögliche Probleme und – bezogen auf das Thema des Aufsatzes – negative Folgen einer Scheidung tragen zum Entstehen einer sogenannten Problemtrance bei (Beushausen 2016). Hierbei werden ausschließlich Probleme gesehen, was häufig in einen negativen Teufelskreis der Selbstentmutigung und Selbstentwertung führt. Dies geschieht oftmals bereits durch das Denken an oder die Benennung von Problemen, beispielsweise eine beängstigende neue Situation.

Wahrnehmungspsychologisch lässt sich die Entstehung dieses Effekts an einem kleinen Beispiel verdeutlichen: Stellen Sie sich bitte folgende Szene vor: „Auf dem Sofa sitzt keine Katze.“ Beschreiben Sie jetzt bitte das, was Sie sehen. Die Antworten zeigen, dass die meisten Personen eine Katze beschreiben,

obwohl dies nicht die Aufgabe war. An diesem Beispiel wird deutlich, dass Aussagen, die mit einem „nicht“ verbunden sind, trotzdem wahrgenommen werden und „wirken“. So wird möglicherweise der Satz „Sie brauchen keine Angst zu haben“ nicht hilfreich sein. Bezogen auf die Beschreibung von problematischen Phänomenen wie eine Scheidung zeigt dieses Beispiel zudem auf, wie schwer es in der Beratung und Behandlung ist, einen Sachverhalt positiv zu formulieren.

Während dieser Effekt bereits seit Längerem in der Medizin bekannt ist, wird er in der Literatur der psychosozialen Beratung und Behandlung nicht diskutiert. Ebenso wie Ärzte sollten psychosoziale Fachkräfte lernen, diesen Effekt in ihren Gesprächen kritisch zu reflektieren. Besonders bedeutsam ist dies in der Praxis in Situationen, in denen sich Klienten als essenziell bedroht erleben und sich in einer Problemtrance befinden, in der sie besonders beeinflussbar sind. Problematische Äußerungen des Beraters, der Beraterin können beispielsweise sein:

- ▲ Sie sind ein schwerer Fall.
- ▲ Stress macht Burn-out.
- ▲ Sie haben eine chronische Erkrankung.
- ▲ Das werden Sie nicht schaffen.
- ▲ Sie sehen aber schlecht aus!
- ▲ Was belastet Sie denn?
- ▲ Wir können ja mal ein Experiment versuchen.
- ▲ Das hat ja auch beim letzten Mal nicht geklappt.
- ▲ Bei manchen Klienten ist diese Übung hilfreich.
- ▲ Sie brauchen jetzt keine Angst zu haben.
- ▲ Probieren wir doch mal diese therapeutische Technik aus. Bei einigen Klienten haben wir mit dieser Methode ganz gute Ergebnisse erzielt.

Die Konzentration auf mögliche Probleme und die negativen Folgen einer Scheidung führt häufig zu einem negativen Teufelskreis der Selbstentmutigung und Selbstentwertung. Dies geschieht oftmals bereits durch das Denken an oder die Benennung von Problemen, wenn zum Beispiel an eine beängstigende neue Situation gedacht wird. Das oben ausgeführte kleine Gedankenexperiment macht dies deutlich. Es ist daher zu berücksichtigen, dass bereits die Benennung und erst recht eine emotionale Betonung, zum Beispiel in Form einer Dramatisierung von Problemen und Gefahren, in der Kommunikation gegenüber den Kindern eine negative, „ansteckende“ Wirkung haben kann.

Für die Scheidungsberatung entsteht daher der Konflikt, einerseits über die möglichen Probleme informieren zu müssen. Andererseits geht es darum, die Auslösung von Nocebo-Effekten durch eine entsprechend umfassende Aufklärung zu vermeiden, das heißt zu bedenken, dass auch eine Aufklärung (Psychoedukation) immer Risiken aufweist.

Der „positive Blick“ auf die Scheidung – Anregungen für die Praxis | In Folgenden werden Anregungen gegeben, wie Nocebo-Effekte reduziert und durch einen zusätzlichen „positiven Blick“ möglicherweise sogar Placebo-Effekte erreicht werden können.

Einführend soll daran erinnert werden, dass die Konzentration auf Probleme und Defizite oftmals zu einer Problemtrance und einem Teufelskreis führt, in der keine Lösungen, sondern nur Probleme gesehen werden (*Beushausen 2016*). Der Entstehung eines Teufelskreises sollten die Benennung von Fortschritten, ein positives Feedback, positive Entwicklungsziele und Lösungsideen entgegengesetzt werden. Es ist jedoch nicht einfach, belastende und problematische Vorgänge im Gespräch anders zu benennen. Für die Praxis bedeutet dies: Auch wenn ich sage, ich habe keine Angst vor der neuen Situation, hat die Benennung einer Angst bereits einen negativen Einfluss. Für die Beratungspraxis bedeutet dies: Die Beschreibung von Konflikten, Störungen, Defiziten und Problemen der Eltern und Kinder ist zunächst wertschätzend zur Kenntnis zu nehmen, sollte jedoch nicht vertieft exploriert werden. Stattdessen sollten möglichst rasch die Stärken, Ressourcen und Bewältigungsmöglichkeiten in den Blick genommen werden.

Die Einnahme dieser Perspektive wird im Übrigen auch durch die Neukonzeptionierung des gesamten Familienrechts (hier verstanden als eine Schnittmenge aus Teilbereichen von GG, FamFG, BGB und SGB VIII) seit der letzten umfassenden Reform aus dem Jahre 2009 gefordert. Im Zuge dieser Neukonzeptionierung wurde das Konzept einer Verständigung sowie an der Subjektstellung und Selbstwirksamkeit der von Trennung und Scheidung betroffenen Kinder, Jugendlichen und Erwachsenen orientierten Verfahrensweise zumindest vonseiten der staatlichen Instanzen festgeschrieben. Insofern handelt es sich nicht nur um Empfehlungen, sondern um verpflichtende Handlungsmaximen.

Bevor diese Handlungsschritte konkretisiert werden, soll dieser grundsätzliche Perspektivenwechsel zunächst auf der Haltungsebene erläutert werden. Zu beachten ist, dass jede Familie anders ist und über unterschiedliche Anpassungsleistungen verfügt, um die Zukunft positiv zu gestalten. Aus systemischer Perspektive beinhaltet diese Position die Bildung von Hypothesen statt einer Diagnostik von „außen“. Beobachtende und Beratende sollten versuchen, nützliche und hilfreiche Hypothesen über die Situation und zukünftige Entwicklungen zu bilden. Ressourcenorientierung ist zunächst eine Frage der Haltung und dann erst des Handelns. Im Mittelpunkt stehen demnach die Erörterung der Ressourcen und die Kenntnis der speziellen Stressoren und der Protektionsfaktoren, bezogen auf das einzelne Kind und das gesamte Umfeld. Die Ressourcen sind in jeweils passenden individuellen Settings wie zum Beispiel in Gruppengesprächen, einer Vätergruppe, einer Müttergruppe, einem Elterntaining, durch die Einbeziehung der Großeltern und anderer Personen, einer Paartherapie, einer Selbsthilfegruppe oder einer Mehrfamilientherapie zu fördern.

Grundlegend für die Handlungskompetenz von Beraterinnen und Beratern ist zudem der unbedingte Respekt vor der Autonomie und Selbstbestimmung der Klientinnen und Klienten. Menschen können aus systemischer Sicht nicht instruiert, sondern immer nur „angestoßen“ werden (*Beushausen 2016*). Anstöße werden jeweils individuell „verrechnet“. Neben der Wertschätzung und dem Respekt gehört zu den grundlegenden Haltungen die Position des „Nicht-Wissens“ (*Kleve 2011*). Dies beinhaltet, die Klientinnen und Klienten auch als Expertinnen und Experten ihrer Situation wahrzunehmen.

Allen beteiligten Personen ist eine möglichst umfangreiche Partizipation an der Zielformulierung sowie der Hilfeplanung und -gestaltung zu ermöglichen. Partizipation bedingt Transparenz bei der Planung des Verlaufs der Hilfen, um eine grundsätzliche Förderung von Teilhabe im Sinne eines „Empowerment“ zu erreichen. Jedes Kind erlebt und durchlebt die Trennung auf seine eigene Art und Weise. Die Reaktionen des Kindes hängen von dessen Alter und Entwicklungsstand ab und können in ihrer Stärke variieren. Die jeweiligen Reaktionen hängen davon ab, ob eine Haltung eingenommen werden kann, wonach Konflikte und Krisen zum Leben dazugehören und nicht

nur zu vermeiden sind. Wenn Veränderungen unterbleiben und Anpassungsleistungen – beispielsweise an neue Lebensphasen und Lebensnotwendigkeiten – nicht erbracht werden, kann dies langfristig zum Entstehen von Krisen beitragen.

Für die Beratungspraxis ist demnach entscheidend, ob es gelingt, nicht nur über die Probleme, sondern eben auch über mögliche positive Veränderungen zu sprechen und diese wahrzunehmen. Wie ein Kind langfristig mit der Trennung zurechtkommt, hängt weniger von dem Ereignis der Trennung selbst, sondern vor allem von der Art des Umgangs mit dieser Trennung ab. Die Eltern sollten davon ausgehen, dass sich ihr Kind während der Trennung verändert. Viele Reaktionen sind nicht als Verhaltensstörungen zu sehen, vielmehr sind es meistens Bewältigungsversuche des Kindes, über den Verlust hinwegzukommen – sie weisen möglicherweise auf seine Hilflosigkeit und Überforderung hin. Es sollte immer davon ausgegangen werden, dass die Reaktionen des Kindes in den meisten Fällen adäquat sind. Die Beteiligten können in entsprechenden Beratungssituationen beispielhaft auf Forschungsergebnisse hingewiesen werden, nach denen sich die beobachteten Reaktionen in der Regel zirka zwei Jahre nach der Scheidung wieder normalisieren, vorausgesetzt, dass sich die Situation in der Familie beruhigt.

Klassischerweise werden auf der methodischen Ebene von lösungsorientierten Beratenden sowie Therapeutinnen und Therapeuten insbesondere Skalierungsfragen, Ausnahmefragen, Bewältigungsfragen, Verschlimmerungsfragen, Wunderfragen, Zielklärungsfragen und Gedankenexperimente genutzt. Das Gespräch erfolgt somit möglichst ressourcenorientiert, die Stärken des Klienten werden mithilfe von Komplimenten betont.

Zur Verringerung der genannten negativen Effekte sollten in der Beratungspraxis die folgenden Empfehlungen berücksichtigt werden:

▲ Ständige Gespräche über die negativen Folgen der Scheidung sind zu vermeiden. Stattdessen sollten mögliche positive Folgen thematisiert werden. Im Kontext einer Lösungsorientierung wird nicht nach den Ursachen gefragt, sondern eine positive Zielerreichung und Gesprächsführung in den Mittelpunkt gestellt. Für Schmitz (2009) ist ein Gespräch lösungsorientiert, wenn das Gute am bisher Schlechten als

Ausgangspunkt genommen wird, die ersten kleinen Schritte in die Entwicklungsrichtung führen und die Zuversicht der Klientin oder des Klienten unterstützt wird. Zudem werden nächste kleine Schritte einer Veränderung und der dazu passende Zeitpunkt vereinbart. Zu fragen wäre hier beispielsweise: Wie kannst du erreichen, mehr Kontakt zu deinem Vater zu erhalten oder die Freude am Sport zu vergrößern?

▲ Katastrophenphantasien und Grübeleien über die Zukunft sollten bewusst unterbrochen werden. Die Klientinnen und Klienten sollten stattdessen aufgefordert werden, sich positiven Dingen zuzuwenden.

▲ Hilfreich können konkrete Vereinbarungen sein und das gemeinsame Aufschreiben der Vor- und Nachteile der Trennung ebenso wie der jeweiligen Schutz- und Risikofaktoren.

▲ Die Kommunikation mit Menschen, die eine Scheidung nicht nur negativ, sondern auch positiv bewerten, oder die Lektüre entsprechender Biografien und Berichte sind gezielt zu fördern.

▲ Allgemein sollten die Betroffenen unterstützt werden, ihre Gedanken und Taten auf die Gesundheit und die Gesundheitsvorsorge zu richten und aktiv zu werden. Hilfreich ist es, sich etwas Positives und Schönes zu gönnen und sich Zeit für Dinge zu nehmen, die begeistern.

▲ Im Gespräch sollten Formulierungen so positiv wie möglich gehalten werden (Beispiel: „Die meisten Menschen bewältigen eine Scheidungskrise gut“). Ein mögliches Verschweigen von Problemen kann auf der Metaebene besprochen werden (Beispiel: „Möchten Sie, dass wir über die möglichen negativen Folgen einer Scheidung sprechen oder sollten wir dies besser nicht tun?“).

▲ Damit ein Kind die Scheidung möglichst ohne längerfristige Folgen bewältigen und verarbeiten kann, ist es wichtig, seine Bedürfnisse zu eruieren. Bei den Eltern ist die Bereitschaft zu fördern, trotz der Trennung weiterhin gemeinsam die Verantwortung für ihr Kind zu übernehmen. Das Kind benötigt den Kontakt zu beiden Eltern, idealerweise sollten daher möglichst beide Elternteile unabhängig von ihren Paarproblemen als Ansprechpartner für ihr Kind zur Verfügung stehen. Dem Kind sollte das Gefühl vermittelt werden, nicht für die Trennung verantwortlich zu sein. Besonders in der ersten Zeit nach der Trennung fühlen sich Kinder oft schuldig. Sie haben häufig Angst, einen Elternteil zu verlieren beziehungsweise nicht mehr zu sehen.

▲ Mit dem Kind sollte offen über die Probleme, aber

auch über die erweiterten Möglichkeiten als Folge der Trennung gesprochen werden. Unterbleibt das Gespräch, kann es sein, dass das Kind die negativen Spannungen auf sich bezieht. Besonders günstig ist es, wenn die Eltern gemeinsam mit ihrem Kind über die Trennung in einer altersangemessenen Sprache sprechen, möglichst ohne den anderen schlecht zu reden oder sich gegenseitig Vorwürfe zu machen. Dabei ist es nicht notwendig, dem Kind die genauen Umstände darzulegen, die zu der Trennung geführt haben. Vielmehr ist es wichtig, über die Veränderungen zu sprechen, die auf das Kind zukommen. Dies bedeutet auch, dass die Kinder in die Zukunftsplanung einzubeziehen sind.

▲ Die Gespräche sollten gegebenenfalls in einem speziellen Kommunikationstraining vorbereitet werden. *Gaugl* (2016, S. 164 f.) hat hierfür einige hilfreiche Fragen formuliert (hier an einen Elternteil):

- „1. Wenn ich Ihr Kind fragen würde, ob seine Eltern auf das Kindeswohl achten: Bei welchem Punkt würde es besonders zufrieden sein?
2. Wenn ich Ihr Kind fragen würde, ob seine Eltern auf das Kindeswohl achten: Bei welchem Punkt würde es sich wünschen, dass darauf mehr geachtet wird?
3. Was können Sie dafür unternehmen, dass Ihr Kind zu beiden Elternteilen eine gleich gute Beziehung hat?
4. Welche drei Themen beschäftigen Ihr Kind gerade am meisten?
5. Was hätten Sie sich von Ihren Eltern gewünscht, dass sie es besser gemacht hätten?
6. Wenn ich Ihr Kind fragen würde, welche drei Punkte es an Mama und Papa besonders toll findet: Was wären das jeweils diese drei Punkte?“

▲ Um eine gewünschte Entwicklung und Veränderung eines Kindes oder Jugendlichen zu fördern, kann im Gespräch auf die Suche nach möglichen problemfreien Zuständen oder Ausnahmeerfahrungen fokussiert werden. Erfolge sollten sichtbar gemacht und beispielsweise gefeiert werden. Positive Erfahrungen können aufgeschrieben werden und neue hilfreiche Rituale sind zu fördern.

▲ Als hilfreich erweisen sich oft feste Vereinbarungen. Hierzu gehören zum Beispiel eine genaue Festlegung des regelmäßigen Kontakts des Kindes zu dem Elternteil, bei dem es zurzeit nicht wohnt, einschließlich der Festlegung des Hin- und Rücktransports, Regelungen für die Ferien, für Feiertage oder Familienfeste sowie Absprachen über das Ermöglichen von Kontakten zu Verwandten und Freunden des Kindes. Es sollten Über-einkünfte über Sonderausgaben für Hobbys oder einen

besonderen Bedarf des Kindes und gemeinsame erzieherische Grundhaltungen wie den Umgang mit Fernsehen, Computerspielen, Taschengeld, Rauchen, Alkohol etc. getroffen werden. Nicht zuletzt ist eine Vereinbarung nützlich, mit der festgelegt wird, wie mit Uneinigigkeiten umgegangen werden soll (*Gaugl* 2016).

▲ Probleme können vom Berater, von der Beraterin umgedeutet werden (Reframing), um Handlungsmöglichkeiten zu erweitern. Derartige Umdeutungen müssen immer dem Kontext angepasst werden. Beispielsweise hält *Juul* (2015) den Begriff „Bonuseltern“ als Ersatz für die Bezeichnung „Stiefeltern“ für optimistischer. Viele Betroffene werden diesen Vorschlag vielleicht nicht passend finden. Dann könnte dieser Begriff jedoch problematisiert und nach einem passenderen gesucht werden.

Schlussbetrachtung und Ausblick | Wie die vorgestellten Ergebnisse der Befragung deutlich machen, haben auch heutige Studierende der Sozialen Arbeit ein eindeutig negatives Bild bezüglich der Auswirkungen einer Trennung der Eltern für die betroffenen Kinder. Dieser „negative Blick“ sollte in der Ausbildung, Praxis und der Supervision reflektiert und korrigiert werden. Ein Aspekt, der die Verarbeitung einer Scheidung begünstigt, ist unseres Erachtens die Beachtung des Nocebo-Effektes.

Die Scheidungsforschung zeigt, dass die kindliche Scheidungsbewältigung maßgeblich von den jeweiligen individuellen Risiko- und Schutzfaktoren abhängt. Faktoren, die negativen Einfluss auf die kindliche Entwicklung nehmen können, sind vor allem massive, häufig intensive und langanhaltende Elternkonflikte, eine geringe Erziehungskompetenz, kein Kontakt zum getrennt lebenden Elternteil sowie knappe ökonomische Ressourcen. Schutzfaktoren hingegen tragen dazu bei, die Risikofaktoren im Gleichgewicht zu halten oder das Kind zu stärken. Eine Ehescheidung allein stellt noch keine Entwicklungsgefährdung für die Kinder dar, sondern hängt unter anderem stark von den vorhandenen Ressourcen und dem Verhalten der Eltern und der Beratenden ab, die im Zuge der Trennung auf die Familie wirken. Hilfreich ist unter anderem eine Haltung, nach der Probleme nichts anderes sind als Fähigkeiten, welche die Kinder noch nicht erworben haben (*Furman* 2005). Diese Neudefinition hat weitreichende Folgen: Es geht nicht mehr darum, etwas beseitigen zu wollen, sondern darum, gemein-

sam mit dem Kind zu überlegen, welche Fähigkeiten als nächstes erlernt werden sollen. Für die Beraterinnen und Berater ist es notwendig, eine konsequent lösungsorientierte, proaktive und auf das Individuum bezogene Haltung einzunehmen. Professionelle Helferinnen und Helfer haben die Aufgabe, nachhaltig und wachsam die von Trennung und Scheidung betroffenen Kinder, Jugendlichen und Erwachsenen zu unterstützen und dabei neue, konstruktive und situationsadäquate Denk- und Verhaltensstrategien auszubilden.

Dr. rer. pol. Jürgen Beushausen ist Sozialarbeiter und Erziehungswissenschaftler. Er ist Lehrkraft für besondere Aufgaben an der Hochschule Emden, Fachbereich Soziale Arbeit und Gesundheit sowie langjährig als Supervisor, Lehrtherapeut und in der Suchtkrankenhilfe tätig. E-Mail: juergen.beushausen@hs-emen-leer.de

Vanessa Finke ist B.A. Soziale Arbeit und Sozialpädagogik und beim Landkreis Oldenburg/Niedersachsen tätig. vanessa.finke@outlook.de

Dieser Beitrag wurde in einer Double-Blind Peer Review begutachtet und am 13.11.2017 zur Veröffentlichung angenommen.

Literatur

- Ahlers**, Corinna: Trennung und Scheidung. In: Levold, Tom; Wirsching, Michael (Hrsg.): Systemische Therapie und Beratung. Heidelberg 2014, S. 331-336
- Aichinger**, Alfons: Resilienzförderung mit Kindern. Kinderpsychodrama Band 2. Wiesbaden 2011
- Aichinger**, Alfons: Einzel- und Familientherapie mit Kindern. Kinderpsychodrama Band 3. Wiesbaden 2013
- Beushausen**, Jürgen: Beratung lernen – Grundlagen psychosozialer Beratung und Sozialtherapie für Studium und Praxis. Leverkusen 2016
- BMFSFJ** – Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend: Siebter Familienbericht. Familie zwischen Flexibilität und Verlässlichkeit. Perspektiven für eine lebenslaufbezogene Familienpolitik. Berlin 2006 (<https://www.bmfsfj.de/blob/76276/40b5b103e693dac4c014648d906aa997-familienbericht-data.pdf>; abgerufen am 17.1.2018)
- Destatis**: In 20% der Familien leben Kinder nur mit Mutter oder Vater. Wiesbaden 2016. In: https://www.destatis.de/DE/PresseService/Presse/Pressemitteilungen/zdw/2016/PD16_08_p002.pdf.pdf?__blob=publicationFile (abgerufen am 17.1.2018)
- Destatis**: 0,6 % weniger Ehescheidungen im Jahr 2016. Wiesbaden 2017. In: https://www.destatis.de/DE/PresseService/Presse/Pressemitteilungen/2017/07/PD17_237_

12631pdf.pdf?__blob=publicationFile (abgerufen am 17.1.2018)

Figdor, Helmuth: Kinder aus geschiedenen Ehen. Zwischen Trauma und Hoffnung. Wie Kinder und Eltern die Trennung erleben. Gießen 2012

Finke, Vanessa: Einfluss der elterlichen Trennung und Scheidung auf die Entwicklung des Kindes. Bachelorarbeit Soziale Arbeit. Emden 2016

Fuhrmann-Wönkhaus, Elke: Scheidungskinder. Was Kinder empfinden. Wie Eltern sich verhalten sollten. Hannover 2009

Furman, Ben: Ich schaffs! Spielerisch und praktisch Lösungen mit Kindern finden – das 15-Schritte-Programm für Eltern, Erzieher und Therapeuten. Heidelberg 2005

Gaugl, Hans-Jürgen: Wenn Eltern sich streiten. Familienkonflikte: Schlachtfeld oder Chance? Berlin und Heidelberg 2016

Hamilton-Paterson, James: Nocebo-Effekt. In: Die Weltwoche 30/2003

Heier, Magnus: Nocebo: Wer's glaubt wird krank. Gesund trotz Gentests, Beipackzetteln und Röntgenbildern. Stuttgart 2011

Heller, Thomas: Nocebo-Effekt. Es kommt auf jedes Wort an. Flörsbachtal 2015

Hetherington, E. Mavis; Kelly, John: Scheidung – die Perspektive der Kinder. Weinheim 2003

Juul, Jesper: Aus Stiefeltern werden Bonuseltern. Chancen und Herausforderungen für Patchwork-Familien. Weinheim und Basel 2015

Justman, Stewart: The Nocebo Effect. Berlin und Heidelberg 2016

Kleve, Heiko: Das Wunder des Nichtwissens. Vom Paradigma der professionellen Lösungsabstanz in der Sozialen Arbeit. In: Kontext 4/2011, S. 338-355 (<https://www.dgsf.org/service/wissensportal/Das%20Wunder%20des%20Nichtwissens%20-2011.pdf>; abgerufen am 17.1.2018)

Krabbe, Heiner: Trennungs- und Scheidungsberatung. In: Nestmann, Frank; Engel, Frank; Sickendiek, Ursel (Hrsg.): Das Handbuch der Beratung. Band 2. Ansätze, Methoden und Felder. Tübingen 2004, S. 1041-1450

Schemmel, Heike; Schaller, Johannes: Ressourcen. Ein Hand- und Lesebuch zur therapeutischen Arbeit. Tübingen 2003

Schmitz, Lilo: Lösungsorientierte Gesprächsführung. Dortmund 2009

Schulz, Daniela: Scheidungskinder und ihre Perspektiven. Risiko und Chance für betroffene Kinder und Jugendliche. Saarbrücken 2007

Tinnermann, A.; Geuter, S.; Sprenger, C.; Finsterbusch, J.; Büchel, C.: Interactions between brain and spinal cord mediate value effects in nocebo hyperalgesia. In: Science 6/2017, pp. 105-108

Wallerstein, Judith; Lewis, Julia; Blakeslee, Sandra: Scheidungsfolgen – Die Kinder tragen die Last. Eine Langzeitstudie über 25 Jahre. Münster 2002