

## **Beratungs- und Unterstützungsangebote für Paare vor, während und nach einer Trennung bzw. Scheidung**

*Kurt Hahlweg\* und Sabine Walper\*\**

### **Zusammenfassung**

Chronische partnerschaftliche Konflikte, Scheidung oder Trennung der Eltern gehören zu den wichtigsten innerfamiliären Risikofaktoren, die die kindliche Entwicklung belasten und mit dem Entstehen kindlicher psychischer Störungen verbunden sind. Geeignete Interventionen sind daher notwendig, um eine Begrenzung oder sogar Beilegung der elterlichen Konflikte zu ermöglichen. Die verschiedenen Interventionen lassen sich einteilen in solche, die vor, während und nach der Scheidung zum Einsatz kommen können. Im vorliegenden Artikel wird ein methodenkritischer Überblick der Angebote gegeben und weiterer Entwicklungs- und Forschungsbedarf aufgezeigt.

### **Abstract: Counselling Services For Couples Before, During and After a Separation or Divorce**

Chronic relationship conflicts and parental divorce or separation are among the most important intra-family risk factors that burden child development and are associated with the development of childhood mental problems. Appropriate interventions – especially in the interest of the child’s well-being – are therefore necessary to limit or even resolve parental conflicts. The various interventions can be divided into those that can be used before, during and after divorce. This chapter provides a method-critical overview of the interventions and identifies further need for development and research.

JEL-Klassifizierung: H75, I24, I31

---

\* *Hahlweg*, Prof. em. Dr. Kurt, TU Braunschweig, Institut für Psychologie, Schwäbische Straße 7, 10781 Berlin, k.hahlweg@tu-bs.de.

\*\* *Walper*, Prof. Dr. Sabine, Deutsches Jugendinstitut e.V., Nockherstraße 2, 81541 München, walper@dji.de.

## 1. Einleitung

Chronische partnerschaftliche Konflikte, psychische Störungen der Eltern und dysfunktionales Erziehungsverhalten gehören zu den wichtigsten innerfamiliären Risikofaktoren, die das Wohlergehen der Kinder belasten und mit dem Entstehen kindlicher psychischer Störungen verbunden sind (O'Connell et al. 2009; Wissenschaftlicher Beirat für Familienfragen 2005). Demgegenüber ist ein harmonisches Familienklima nachweislich eine der bedeutungsvollsten Grundlagen für eine gesunde Entwicklung der Kinder (Hahlweg/Bodenmann 2020). Umso wichtiger ist es, Unterstützungsangebote verfügbar zu machen, die Partnerschaftsbeziehungen stärken oder im Fall einer elterlichen Trennung darauf hinwirken, Konflikte zu begrenzen und eine konstruktive Trennungsbewältigung zu ermöglichen.

In der Bundesrepublik Deutschland (wie auch in Österreich und der Schweiz) ist die *Scheidungsquote* seit den 1960er Jahren deutlich gestiegen und seit einigen Jahren auf hohem Niveau stabil. Im Jahr 2017 endeten 38 % der Ehen durch eine Scheidung, wobei ca. 20 % der Ehen im fünften Ehejahr geschieden wurden. Die durchschnittliche Ehedauer der gescheiterten Beziehungen lag bei 14,7 Jahren. Bei der Hälfte der Scheidungen waren minderjährige Kinder betroffen (2017: knapp 124.000 Minderjährige, Statistisches Bundesamt 2018). Ca. 75 % der Geschiedenen heiraten erneut, drei Viertel davon innerhalb von 3 Jahren. In den USA ist jede zweite Ehe für mindestens eine\*n Partner\*in eine Wiederheirat. Leider ist eine Scheidung kein Garant dafür, dass die nächste Ehe gelingt, da die Scheidungsrate bei solchen Paaren noch höher ausfällt als bei Erstverheirateten (Job et al. 2014).

Die Trennungsrate von unverheiratet zusammenlebenden Paaren wird noch höher geschätzt. Fünfunddreißig Prozent der unverheiratet zusammenlebenden Eltern trennen sich vor dem fünften Geburtstag ihres Kindes, im Vergleich zu 9 % der verheirateten Paare (Callan et al. 2006). Ähnliche Daten liefert das deutsche Beziehungs- und Familienpanel pairfam anhand von Angaben einer repräsentativen Stichprobe von Jugendlichen, die 2019/2020 erstmal befragt wurden. Unter den Jugendlichen, deren Eltern bei ihrer Geburt nicht miteinander verheiratet waren, erlebten 35,3 % eine Trennung der Eltern, während dies nur für 14,5 % derjenigen gilt, deren Eltern bei ihrer Geburt miteinander verheiratet waren (Reim/Walper, in Vorb.).

Eine Scheidung bedeutet nicht unbedingt einen günstigen Neuanfang für die Kinder. Nur wenn die destruktiven Konflikte der Eltern geringer werden und diese einen konstruktiven Umgang miteinander finden, schafft eine Scheidung die notwendige Veränderung für eine gesunde Entwicklung. Viele geschiedene Eltern – nach Johnston (2000) bis zu 30 % – sind auch nach der Scheidung weiterhin miteinander feindselig verstrickt und haben Auseinandersetzungen be-

züglich der Kindererziehung. Besonders schädlich für die Kinder sind wiederholte gerichtliche Auseinandersetzungen, häufige Streitigkeiten der Eltern ohne effektive Lösung (vor, während und nach der Scheidung) und die Verwicklung der Kinder in Loyalitätskonflikte.

Wenn sich Eltern zu einer Trennung entscheiden und überlegen, wie sie zukünftig ihre Aufgaben als Eltern wahrnehmen wollen, stehen heute stärker als in der Vergangenheit die Aufteilung der alltäglichen Betreuung und Erziehung der Kinder zur Disposition. Insbesondere zeigt dies die intensive Diskussion um das sogenannte Wechselmodell bzw. geteilte Betreuung von Kindern durch ihre getrennten Eltern. Diese Diskussion wird in dem Gutachten „Getrennt leben – gemeinsam erziehen“, das im Herbst 2020 vom Wissenschaftlichen Beirat für Familienfragen veröffentlicht werden wird, aufgegriffen, um die veränderten Anforderungen an die Unterstützung von Trennungsfamilien sowie hiermit verbundene politische Bedarfe herauszuarbeiten.

Geeignete Verfahren und Interventionen – gerade auch im Interesse des Kindeswohls – sind daher notwendig, um eine Begrenzung oder gar Beilegung der elterlichen Konflikte zu ermöglichen. Die verschiedenen, in der Fachliteratur behandelten Interventionen lassen sich einteilen in solche, die vor, während und nach der Scheidung zum Einsatz kommen können. Im Folgenden geben wir einen Überblick über entsprechende Angebote und zeigen weiteren Entwicklungs- und Forschungsbedarf auf. Leider ist die methodische Qualität der empirischen Beiträge sehr unterschiedlich und nur selten werden Daten zu den Effekten hinsichtlich des Kindeswohls (z. B. Entwicklungsprobleme, Schulerfolg, subjektive Lebensqualität) berichtet. Auch die Selektivität der Inanspruchnahme (welche Personen aus welcher sozialen Schicht nehmen solche Programme in Anspruch, wie hoch sind Abbruchquoten) werden nur vereinzelt erwähnt. Der Schwerpunkt der folgenden Literaturlauswahl liegt daher auf der Wirksamkeit der verschiedenen Programme für die Eltern hinsichtlich ihrer Beziehungszufriedenheit und ihrer Kompetenz zur Lösung partnerschaftlicher Konflikte.

## **2. Zur Prävention von Partnerschaftsproblemen und Scheidung**

### **2.1 Die Vermittlung von Beziehungsfertigkeiten**

Die hohen Belastungen der Eltern und Kinder, die aus fortgesetzten Partnerschaftskonflikten und einer Trennung der Eltern resultieren, begründet die Notwendigkeit umfassender präventiver Maßnahmen zur Verringerung von Partnerschaftsproblemen und Stärkung der Stabilität von Paarbeziehungen. Um ungünstigen Entwicklungen effektiv vorzubeugen, bietet sich insbesondere frühzeitige Prävention an, wenn Konflikte noch nicht verfestigt sind. Das Ziel vieler solcher Präventionsangebote ist, die Häufigkeit negativer Kommunikati-

on während partnerschaftlichen Konfliktgesprächen zu verringern und positive Interaktionen zu stärken, um eine für beide akzeptable Problemlösung zu erleichtern.

In der Bundesrepublik Deutschland ist vor allem EPL – Ein Partnerschaftliches Lernprogramm (Job et al. 2014) verbreitet, das Ende der achtziger Jahre entwickelt wurde. Während des EPL-Trainings lernen Paare aktiv anhand von Sprecher- und Zuhörer-Regeln Gefühle offen anzusprechen, Erwartungen verständlich auszudrücken, einander zuzuhören und sich zu verstehen. Ein weiteres Programm ist *Paarlife* (Bodenmann 2016; vor allem in der Schweiz verbreitet), das neben einer Förderung der partnerschaftlichen Kommunikation und Problemlösung zum Ziel hat, das dyadische Coping der Partner zu verbessern. Diese Programme können sowohl in der Gruppe (3–6 Paare, 1 Trainer für 2 Paare) als auch mit einem Paar einzeln in sechs wöchentlichen Sitzungen oder an einem Wochenende durchgeführt werden. Die theoretischen Inhalte erarbeiten die Paare in der Großgruppe, um die vermittelten Fertigkeiten anschließend einzeln in separaten Räumen gemeinsam mit einem Trainer einzuüben.

In der Regel berichten Paare nach der Teilnahme über eine hohe Zufriedenheit mit dem Programm. In verschiedenen Metaanalysen wurde die Wirksamkeit von Präventionsprogrammen auf die Partnerschaftsqualität und die Kommunikation von Paaren in mehr als 100 Studien untersucht. Randomisiert-kontrollierte Studien erbrachten moderate Effektstärken ( $d = 0,30$  bis  $0,44$ ) für Verbesserungen der Partnerschaftsbeziehung. Studien mit Nachkontrollen bestätigten die Stabilität der Befunde (Engl et al. 2019).

*Langzeiteffekte präventiver Interventionen.* Nur in Deutschland wurden bisher längere Katamnesen an Paaren, die an EPL teilgenommen hatten, von bis zu 25 Jahren durchgeführt. Die Befunde erbrachten, dass die EPL-Paare in den Nacherhebungen mehr positives und weniger negatives Kommunikationsverhalten berichteten als die jeweiligen Vergleichspaare, die entweder eine andere, zeitlich ähnlich aufwändige oder keine Intervention erhielten. Darüber hinaus wiesen die EPL-Paare nach 25 Jahren eine geringere Scheidungsrate auf (5 % vs. 27 %; Engl et al. 2019). In einer anderen Studie im Sinne indizierter Prävention (Hahlweg/Richter 2010) wurden Paare mit einer mittleren Partnerschaftsdauer von 10 Jahren, von denen 70 % unzufrieden mit ihrer Beziehung waren, zufällig der Teilnahme am EPL oder einer Wartegruppe zunächst ohne Intervention zugeordnet. In einem 11-Jahres-Follow-up zeigte sich, dass die EPL-Paare eine Scheidungsrate von 26 % aufwiesen, im Gegensatz zu 56 % in der Vergleichsgruppe, die die Teilnahme am EPL aus verschiedenen Gründen nicht wahrgenommen hatte. Die Ergebnisse konnten in einer weiteren Studie repliziert werden (Hahlweg/Richter 2010).

Diese Studien zeigen, dass kurze, auf aktivem Training beruhende kognitiv-verhaltenstherapeutische Präventionsprogramme sehr langfristige Wirkungen

in Bezug auf die Partnerschaftsstabilität erzielen können. Deshalb sollten solche Interventionen fester Bestandteil von Public-Health-Strategien sein. Diesbezüglich liegt eine erste Studie von *Birch et al. (2014)* vor. Die Autoren verglichen in einer quasi-experimentellen Studie 122 Landkreise in den USA, in denen Präventionsprogramme im Rahmen von „Community Marriage Initiatives CMI“ vor allem über religiöse Institutionen eingeführt worden waren, mit entsprechend – nach den Scheidungsraten vor Einführung der CMIs – parallelisierten Kontroll-Landkreisen. Sie konnten zeigen, dass in den CMI-Landkreisen eine signifikante Reduktion der Scheidungsraten zu verzeichnen war: Über sieben Jahre hinweg waren in den Kontroll-Landkreisen ca. 700.000 Scheidungen zu erwarten gewesen, in den CMI-Landkreisen ergaben sich 30.000 Scheidungen weniger. Gelingt es auf diesem Weg, den Anteil Alleinerziehender zu reduzieren, so könnte unter anderem auch die hohe Kinderarmutsrate von 21 % verringert werden, da Kinder Alleinerziehender in besonderem Maße von einem erhöhten Armutsrisiko betroffen sind.

## 2.2 Alternative Präventionsstrategien

Allerdings erscheint es illusorisch, sich nur auf personalintensive Fertigkeitstrainings zu verlassen, um die Trennungs- oder Scheidungsrate zu reduzieren, da solche Trainings leider nur von vergleichsweise wenigen Paaren in Anspruch genommen werden. Insgesamt wurden seit 1988 vom Institut für Kommunikationstherapie in München ([www.institutkom.de](http://www.institutkom.de)) über 1.800 EPL-Trainer\*innen ausgebildet. Über 25 Jahre haben insgesamt ca. 50.000 Paare am EPL teilgenommen – bei ca. 400.000 Eheschließungen pro Jahr lediglich ein sehr kleiner Anteil aller geschlossenen Ehen. Um den umfassenden Folgen von Partnerschafts-unzufriedenheit sowie konfliktreichen Trennungen und Scheidungen langfristig erfolgreich entgegenwirken zu können, bedarf es weiterer Angebote und Interventionen.

*Internetbasierte Selbsthilfe-Programme.* Die Nutzung des Internets ist heute zum festen Bestandteil im privaten wie im beruflichen Alltag geworden. Zum einen bieten die multimedialen Techniken völlig neue didaktische Möglichkeiten, mithilfe derer die Änderungsmotivation der Nutzer gesteigert werden kann. Zum anderen können sie mit solchen Programmen auf interaktive Weise ganz gezielt zu einzelnen Schritten konkreter Verhaltensänderung angeregt werden. Online-Programme dieser Art können vom Nutzer unabhängig von Zeit und Ort am PC (bzw. Notebook/Tablet/Smartphone) bearbeitet werden. Klient\*innen können ein solches Programm entweder parallel zu regelmäßigen beraterischen bzw. therapeutischen Kontakten mit Berater\*in bzw. Therapeut\*in („geleitet“) oder ohne professionellen Kontakt („ungeleitet“) in Eigenregie für sich nutzen.

Für den Bereich Partnerschaftsprobleme und Beziehungskompetenz liegt international erst ein entsprechendes US-amerikanisches Programm vor („Our-

Relationship.com“, OR), das von Doss et al. (2016) entwickelt wurde. Das geleitete OR-Programm ist auf eine Dauer von acht Wochen angelegt, erfordert insgesamt acht Stunden Zeitaufwand und setzt die Teilnahme beider Partner voraus. In einer ersten Effektivitätsstudie zeigte sich eine signifikante Verbesserung sowohl in der Beziehungsqualität ( $d = 0,69$ ) als auch im persönlichen Wohlbefinden (Depression,  $d = 0,71$ ) der einzelnen Partner\*innen. Die Drop-out-Rate war mit 5 % sehr niedrig.

In Deutschland liegt seit 2016 das von Schindler et al. entwickelte Online-Programm „PaarBalance“ vor, ein interaktives Programm für mehr Zufriedenheit in der Partnerschaft (<https://www.paarbalance.de>), das sowohl von einem oder beiden Partner\*innen bearbeitet werden kann. Kernstück von PaarBalance sind 18 interaktive Sitzungen, die die Klient\*innen Schritt für Schritt dazu anleiten, kritische Einstellungen und problematische Verhaltensmuster bei der Beziehungsgestaltung zu verändern, die Beziehungskompetenz zu stärken und die Zufriedenheit in der Partnerschaft zu vergrößern. Jede Sitzung erfordert ca. 20 Minuten Bearbeitungszeit, erste Pilotstudien zeigen positive Ergebnisse hinsichtlich der Partnerschaftszufriedenheit und der Reduktion von Partnerschaftsproblemen.

### 3. Beratung im Vorfeld von Scheidung

Einer Trennung oder Scheidung geht häufig eine Phase der Überlegung und Entscheidungsfindung voraus, die von hoher emotionaler *Ambivalenz* gekennzeichnet ist. Partner\*innen, die sich mit Trennungsgedanken tragen, suchen daher mitunter schon im Vorfeld der Trennung Beratungsangebote auf (sog. Ambivalenzberatung, Dauer 1–5 Sitzungen), um sich über die notwendigen Schritte und möglichen Folgen zu informieren und angemessen auf die Bedürfnisse ihrer Kinder eingehen zu können. Vielfach geht es hierbei auch um die Klärung der Trennungsabsicht, da der Entschluss zur Trennung nur selten plötzlich fällt, sondern zumeist über längere Zeit im Raum steht und von ein\*er Partner\*in stärker forciert werden kann als von dem anderen. Gerade diese Phase der Ambivalenz ist für die Partner\*innen oft besonders belastend (Schwartz/Kaslow 1997). Nach Befunden aus den USA äußern 30 % der Partner\*innen im Scheidungsprozess Interesse an einer Unterstützung für die Versöhnung (Doherty et al. 2011).

Auch Präventionsprogramme wie das EPL oder Paarlife können sich als hilfreich für den Umgang mit Trennungsentscheidungen erweisen. Sie sind nicht auf eine Trennungs- und Scheidungsverhinderung um „jeden Preis“ ausgelegt, denn Trennungen und Scheidungen können eine Befreiung aus einer unglücklichen, konfliktreichen und gegebenenfalls sogar gewalttätigen Partnerschaft bedeuten und den einzelnen Partner\*innen die Möglichkeit bieten, sich weiter-

zuentwickeln sowie neue, harmonischere und erfüllende Beziehungen einzugehen. Wichtig ist vor allem, dass eine Trennung nicht destruktiv und nicht auf Kosten der Kinder verläuft.

Ein weiteres explizites Einsatzgebiet der Präventionsprogramme könnte somit in der Vermittlung von Kommunikationsfähigkeit für die Eltern liegen. Sollte sich nach dem Training herausstellen, dass eine Trennung gewünscht wird, sollte die Kursteilnahme zumindest die Grundlagen gemeinsamer „Sprachfähigkeit“ vermittelt haben, so dass Krisen angemessener und lösungsorientierter bewältigt werden können. Für den Einsatz von Präventionsprogrammen in der Ambivalenzphase liegen allerdings bisher keine Wirksamkeitsdaten vor.

#### 4. Psycho-edukative Programme für Eltern in Trennungsfamilien

Vor allem in den USA wurden in den 1990er Jahren zahlreiche „Divorce Education“ Programme entwickelt, die darauf abzielen, Eltern über die juristischen Schritte im Zuge einer Scheidung zu informieren und mit den potenziell problematischen Auswirkungen der Scheidung auf die Kinder vertraut zu machen (Staub 2018). Die Angebote sind meist als Gruppensitzungen konzipiert, werden teilweise aber auch über Medien (Filme, online-Kurse) vermittelt. In vielen US-Staaten ist für scheidungswillige Eltern die Teilnahme an diesen zwei- bis vierstündigen Programmen vorgeschrieben. Vielfach sind die Angebote direkt an den Familiengerichten angesiedelt. Allerdings liegen gerade für die sehr kurzzeitigen Angebote kaum Wirksamkeitsnachweise aus kontrolliert-randomisierten Studien vor. Dies gilt auch für Gruppenprogramme, die speziell für betroffene Kinder entwickelt wurden (Poladian/Holtzworth-Munroe 2019).

Einige der in den USA entwickelten Programme gehen über reine Informationsangebote hinaus und bemühen sich darum, Eltern darin zu unterstützen, ihr Wohlbefinden zu stabilisieren, destruktive Konflikte zu vermeiden, den Kindern ein förderliches Erziehungs- und Familienklima zu bieten und so Belastungen der kindlichen Entwicklung zu vermeiden. Beispiele sind das Programm „Parents Forever“, eine insgesamt achtestündige Intervention, die positiv evaluiert wurde und auch als Online-Angebot vorliegt, das ebenfalls positive Ergebnisse erbrachte (Becher et al. 2015, 2018). In Dänemark wurde kürzlich das psycho-edukative Online-Programm „Cooperation After Divorce CAD“ von Hald et al. (2020) in einer kontrollierten Langzeitstudie mit 1.856 Scheidungswilligen evaluiert. Es zeigten sich auch nach einem Jahr noch hohe Effektstärken ( $d > 0,78$ ) in Bezug auf die Reduktion von Angst, Depression und somatischen Störungen bei den Interventionsteilnehmern.

Eine Meta-Analyse (Fackrell et al. 2011) auf der Basis von 19 Evaluationsstudien zu psycho-edukativen Angeboten für Eltern in Scheidung (jeweils mit einer Interventionsgruppe und einer Kontrollgruppe ohne Angebot) erbrachte

eine insgesamt moderate Effektstärke ( $d = 0,39$ ). Teilnehmende Eltern hatten im Durchschnitt aller Outcome-Kriterien (z. B. Wohlbefinden von Eltern und Kindern, Coparenting-Konflikt) einen 50-prozentigen Vorteil gegenüber Eltern, die kein entsprechendes psycho-edukatives Angebot nutzten.

In Deutschland wurde diese Entwicklung erst später und bislang noch auf weniger breiter Basis aufgegriffen. Seit 2008 liegt das Elternprogramm „Kinder im Blick“ vor (<https://www.kinder-im-blick.de/>), das sich an Eltern in Trennungs- und Scheidungsfamilien wendet und in Zusammenarbeit eines Forschungsteams mit dem Familiennotruf München, einer spezialisierten Trennungsberatungsstelle, entwickelt wurde (Walper/Krey 2011). Im Unterschied zu den psycho-edukativen Scheidungsprogrammen in den USA wurde hier jedoch versucht, nicht nur Eltern kurz nach einer Trennung, sondern auch hochstrittige Trennungseltern einzubeziehen. Entsprechend ist dieses Programm als intensiveres Präventions- bzw. Interventionsprogramm konzipiert, das drei Themenbereiche fokussiert: die eigene Trennungsbewältigung, die Stärkung der Eltern-Kind-Beziehung und des Erziehungsverhaltens zur wirksamen Unterstützung der Kinder sowie die Verbesserung der Kommunikation und des Coparenting mit dem anderen Elternteil des Kindes. An den ursprünglich sechs, mittlerweile sieben<sup>1</sup> je dreistündigen Sitzungen nehmen die Eltern nicht als Paar, sondern in getrennten Gruppen teil, wobei die Teilnahme beider Eltern empfohlen wird, aber nicht Voraussetzung ist. Jede Gruppe umfasst acht bis zwölf Eltern und wird von zwei intensiv geschulten Kursleiter\*innen – möglichst ein Mann und eine Frau – geleitet.

Das Programm wurde längsschnittlich im Vergleich zu einer Kontrollgruppe ohne Intervention, aber auch im Vergleich zu einer Gruppe mit herkömmlicher Beratung oder Mediation erfolgreich evaluiert (Krey 2010). Schon frühzeitig wurde es von Familiengerichten und Jugendämtern zur Teilnahme empfohlen bzw. beauftragt. Die Abbruchraten sind sehr gering. Die Akzeptanz des Programms unter Trennungseltern mit fortgesetzten gerichtlichen Streitigkeiten wie auch bei Eltern, die nicht freiwillig teilnahmen, unterscheidet sich in weiten Bereichen nicht von derjenigen der Eltern, die auf eigene Initiative an dem Programm teilnahmen (Retz/Walper 2015). „Kinder im Blick“ wurde insbesondere in Bayern auf breiter Basis in den Erziehungsberatungsstellen implementiert, aber auch bundesweit wurden mittlerweile mehr als 1.000 Kursleiter/innen ausgebildet.

Weiterhin wurde das Elternprogramm „Kess-erziehen“, das von den diözesanen Fachstellen angeboten wird, für Trennungseltern adaptiert (<https://www.>

---

<sup>1</sup> Inzwischen wurde eine siebte Einheit ergänzt, die das Thema neue Partnerschaften anspricht und in diesem Kontext zuvor vermittelte Inhalte zu Co-Parenting, Kommunikation und Emotionscoaching mit Kindern vertieft.



kess-erziehen.de/elternkurse-kess/alleine-erziehen/). Mit Fokus auf Alleinerziehende ist das bindungsorientierte Präventionsprogramm „Wir2“ positiv evaluiert (Franz 2014). Damit stehen auch in Deutschland zunehmend strukturierte Angebote für Eltern in Trennung zur Verfügung, deren Angebot und Verfügbarkeit jedoch starken regionalen Schwankungen unterliegt und deren Nutzung für die Eltern mit unterschiedlichen Kosten verbunden ist. Eine Bundesinitiative zur Stärkung der Implementation und Weiterentwicklung solcher Angebote für unterschiedliche Zielgruppen würde entscheidend dazu beitragen, Trennungsfamilien wirksam zu unterstützen.

## **5. Individualisierte Unterstützungsangebote für die Scheidungs- bzw. Trennungsbewältigung**

In Deutschland am meisten verbreitet sind Angebote der Trennungsberatung, die von Erziehungsberatungsstellen und der Ehe- und Familienberatung in öffentlicher und privater Trägerschaft erbracht werden. In diesem Kontext wird mitunter auch Mediation angeboten.

### **5.1 Scheidungsmediation**

Scheidungsmediation wird häufig als Vermittlungsverfahren zur außergerichtlichen Beilegung von scheidungsbezogenen Konfliktthemen eingesetzt und hat das Ziel, den Partner\*innen dabei zu helfen, für die durch die Trennung bzw. Scheidung entstandenen regelungsbedürftigen Themen Lösungen zu finden, die für alle Betroffenen akzeptabel sind und von ihnen getragen werden (Weinmann-Lutz/Lutz 2006). Themen sind v. a. die Aufteilung finanzieller Ressourcen, die Sicherung des Lebensunterhaltes und die Klärung der elterlichen Verantwortung. Mediationen werden sowohl von privaten Anbietern, wie Anwaltskanzleien und speziell geschulten Mediatoren, aber auch von größeren kirchlichen oder öffentlichen Trägern angeboten. Die Mediator\*innen verstehen sich als neutrale Personen und versuchen, die Selbstverantwortlichkeit der Eltern zu stärken. Mediationsprinzipien sind Freiwilligkeit, Neutralität, Allparteilichkeit und Vertraulichkeit.

Für den Ablauf einer Scheidungsmediation existieren keine Standards und es gibt eine große Anzahl von Modellen, die aus psychologischer oder juristischer Perspektive entwickelt wurden. Meist werden sechs bis acht Sitzungen vereinbart und die Kosten hälftig von den Eltern getragen (Staub 2018). Diese Verfahren werden teilweise auch mit Einbeziehung der Kinder durchgeführt.

Die empirische Basis hinsichtlich der Wirksamkeit von Scheidungsmediation ist sehr begrenzt, vor allem wurden nur in einer US-Studie langfristige Nachkontrollen durchgeführt. In den USA wurden drei randomisiert kontrollierte

Studien publiziert, deren Ergebnisse nicht einheitlich sind (*Poladian/Holtzworth-Munroe* 2019; *Sbarra et al.* 2019). Hinsichtlich der Lebensqualität der Eltern nach Mediation zeigten sich keine, hinsichtlich der Lebensqualität der Kinder widersprüchliche Ergebnisse. Mediation scheint jedoch die Beziehung zwischen dem Kind und dem nicht mit ihm zusammenlebenden Elternteil zu verbessern. In einer Studie von *Emery et al.* (2001) zeigte sich nach 12 Jahren, dass sich nach Mediation die Beziehung der Eltern hinsichtlich positiverer Kommunikation und Kooperation verbesserte. Insgesamt ist die Datenbasis zur Wirksamkeit aber äußerst schmal und erlaubt kaum belastbare Schlussfolgerungen.

## 5.2 Interventionen für Familien mit hochkonflikthaften Trennungs- und Scheidungsverläufen

Ca. 65% der Eltern gelangen eigenständig zur Regelung des Umganges, Schätzungen zufolge nehmen jedoch etwa 5%–10% aller Scheidungen und Trennungen einen hochkonflikthaften Verlauf (*Dietrich et al.* 2010). Wenngleich Vergleichszahlen und insbesondere aktuelle Zahlen fehlen, sprechen Berichte aus der Praxis doch für einen merklichen Anstieg hochstrittiger Trennungen (*Walper et al.* 2013). Diese binden den Großteil der Kapazitäten des juristischen und psychosozialen Personals durch langjährige, hartnäckige Streitigkeiten (zu/über Kontaktregelungen, Aufenthalt der Kinder) durch alle gerichtlichen Instanzen.

Seit 2009 fordert der Gesetzgeber nach § 156 FamFG die Familiengerichte auf, Eltern bei Streitigkeiten um das Kind vermehrt an Beratungsstellen zu verweisen. In 35% der Fälle ist dies Grund der Hilfestellung der Erziehungsberatung nach § 28 SGB VIII. Damit wird auch die Erziehungsberatung in hohem Maße durch die Anforderungen hochstrittiger Trennungsberatung beansprucht. Gleichzeitig scheint diese Beratungsarbeit – wohl aufgrund des schwierigen Klientels und mangels passgenauer Interventionsstrategien – weniger erfolgreich zu sein als Beratungsformen bei anderer Klientel (z. B. *Fichtner et al.* 2010).

Es gibt keine allgemein anerkannte, empirisch basierte Definition für hochkonflikthafte Paare, daher sind die wenigen empirischen Studien nur in begrenztem Maße zu vergleichen. Vielfach werden hochkonflikthafte Trennungen an der Anzahl der gerichtlichen Verfahren oder einer höheren Instanz der Verfahren festgemacht (*Retz* 2015). Häufig findet sich die Vermutung, dass Persönlichkeitsstörungen der Eltern für die fortgesetzten Konflikte ausschlaggebend sind. Die Befundlage entkräftet diese Vermutung jedoch eher (z. B. *Bröning* 2009; *Spindler* 2009). Auch die Schichtzugehörigkeit bzw. Bildungs- und ökonomische Ressourcen scheinen keine wesentliche Rolle zu spielen (*Dietrich et al.* 2010). Damit richtet sich das Augenmerk stärker auf soziale Faktoren, nicht zuletzt Aspekte der Interventionen und Lösungsversuche.

Die Bedingungen des Scheiterns von gerichtlichen Entscheidungen und Beratungsangeboten zu kennen, ist ein wesentlicher Aspekt professioneller Arbeit mit Hochkonfliktfamilien. Einige Orientierungshilfen hierzu wurden im Rahmen des Projekts „Kinderschutz bei hochstrittiger Elternschaft“ entwickelt (Dietrich et al. 2010). So konnten auf der Basis von Empfehlungen erfahrener Berater\*innen Leitlinien für die Beratungspraxis erarbeitet werden. Wichtig sind demnach eine zeitnahe Terminierung von Beratungen zur Vermeidung weiterer Eskalation der Konflikte, die Erarbeitung eines ausdrücklichen Beratungsauftrags sowie Entlastung durch Co-Beratung und die zeitliche Entzerrung solcher anspruchsvollen Beratungen. Allerdings wird auch in diesem Kontext betont, dass es keine definierte Technik und kein feststehendes Beratungsverfahren gibt, wie hocheskalierte Konflikte sicher gelöst werden können (Dietrich et al. 2010, S. 31).

Hochstrittige Trennungseltern können nicht nur durch intensive, spezialisierte Beratungsarbeit (Hötter-Ponath 2009; Weber/Schilling 2006), sondern auch durch strukturierte psycho-edukative Angebote wie „Kinder im Blick“ erfolgreich unterstützt werden. Als vorteilhaft erweist sich hier die separate Teilnahme der Eltern an unterschiedlichen Kursen, da hochstrittige Eltern die Anwesenheit des anderen Elternteils meist als hoch aversiv erleben und entsprechend in ihrer Aufnahmebereitschaft blockiert sind. Auch die Strukturiertheit der Kursinhalte dürfte vorteilhaft sein, da zirkuläres Ruminieren, d.h. ein wiederkehrendes Kreisen der Gedanken um die eigenen Verletzungen und bestehende Probleme verhindert wird und lösungsorientiertes Arbeiten im Vordergrund steht.

Insgesamt wird deutlich, dass der Prävention von hochkonflikthaften Trennungen stärkeres Gewicht beigemessen werden muss, da sie viele Ressourcen der Gerichte und Beratungsdienste binden und gleichzeitig mit hohen emotionalen und gesundheitlichen Kosten auf Seiten der Eltern und Kinder verbunden sind. Die gezielte, auch empirische Forschung zur Wirksamkeit unterschiedlicher Interventionsstrategien steht in Deutschland noch aus.

## **6. Begleiteter Umgang: Eltern-Kind-Kontakte im Beisein einer dritten Person**

Begleiteter Umgang (BU) dient zur Anbahnung oder geschützten Aufrechterhaltung von Kontakten des Kindes zum getrenntlebenden Elternteil, etwa nach einer längeren Kontaktpause, bei der Gefahr einer Entführung des Kindes durch den getrenntlebenden Elternteil oder bei anderen Gefährdungslagen, etwa (dem Verdacht auf) Misshandlung oder Missbrauch. Mit Hilfe einer dritten Person soll sichergestellt werden, dass das Umgangsrecht auch dann gewährleistet ist, wenn ein Elternteil nicht in der Lage oder nicht berechtigt ist, das Kind alleine

zu sehen (vgl. § 1684 Abs. 4 S. 3 und 4 BGB). Sozialrechtlich unterstützt wird BU durch § 18 Abs. 3 SGB VIII. Die Begleitung von Umgangskontakten durch eine dritte Person kann von den Familiengerichten angeordnet werden, wenn dies zum Schutz des Kindes erforderlich ist. Begleitperson können geeignete (Privat-)Personen sein, aber auch von den Jugendämtern bzw. anderen Diensten bestimmte Einzelpersonen. Teilweise wird BU durch Beratung flankiert.

Es liegen keine belastbaren Wirksamkeitshinweise für den BU vor (*Poladian/Holtzworth-Munroe* 2019). Während ein zeitlich begrenzter BU zur Wiederanbahnung sicherer unbegleiteter Kontakte – etwa nach längerem Kontaktabbruch – zu begrüßen ist, ergeben sich Zweifel in Bezug auf langfristige, teilweise über Jahre andauernde begleitete Umgangssituationen. Hier sind dringend empirische Erkenntnisse erforderlich. Entsprechende Forschung fehlt in Deutschland seit langem.

## 7. Schlussfolgerungen und Forschungsbedarf

Die vielfältigen Befunde zu nachteiligen Wirkungen partnerschaftlicher Konflikte auf Eltern und Kinder und die berichteten Wirkungsnachweise für diesbezügliche Präventionsangebote liefern eine solide Grundlage für Investitionen in umfassende präventive Maßnahmen zur Verringerung von Partnerschaftsproblemen, Trennung oder Scheidung. Frühzeitige Prävention, wenn Beziehungsressourcen des Paares noch groß und Konflikte begrenzt sind, bietet gute Chancen, ungünstigen Entwicklungen effektiv vorzubeugen. Damit können auch psychische Belastungen betroffener Eltern und vor allem Beeinträchtigungen des Wohlergehens der Kinder vermieden werden.

In der Regel berichten Paare nach der Teilnahme an Präventionsprogrammen vor Trennung und Scheidung über eine hohe Zufriedenheit mit den Programmen, und es gibt moderate kurzfristige Wirksamkeitsnachweise hinsichtlich der Verbesserung von Partnerschaftsqualität und Kommunikation. Vor allem in Deutschland wurde in mehreren Studien auch die langfristige Wirksamkeit aufgezeigt, wobei der Anteil der Scheidungen teilweise halbiert werden konnte. Diese Studien zeigen, dass kurze, auf aktivem Training beruhende kognitiv-verhaltenstherapeutische Präventionsprogramme sehr langfristige, nachhaltige Wirkungen in Bezug auf die Partnerschaftsstabilität erzielen können. Deshalb sollten solche Interventionen fester Bestandteil von Public-Health-Strategien sein. Da solche personalintensiven Interventionen in ihrer Reichweite begrenzt sind, sollten sie zukünftig – wie oben bereits erläutert – durch *Internetbasierte Selbsthilfe-Programme* ergänzt werden.

Die Wirksamkeit von Interventionen, die *während* und *nach* der Scheidung zum Einsatz kommen können, erscheint jedoch deutlich schlechter, wobei die Datenbasis zur Wirksamkeit von Interventionen im Rahmen der Scheidungs-

und Trennungsberatung in der Bundesrepublik Deutschland außerordentlich begrenzt ist. Es wird deutlich, dass der Prävention von hochkonflikthaften Trennungen hohes Gewicht beigemessen werden muss, da sie in hohem Maße personelle Ressourcen der Gerichte und Beratungsdienste binden und gleichzeitig mit hohen emotionalen und gesundheitlichen Kosten auf Seiten der Eltern und Kinder verbunden sind.

Die gezielte, auch empirische Forschung zur Wirksamkeit unterschiedlicher Interventionsstrategien steht in Deutschland noch aus. Es sollten daher unbedingt Forschungsinitiativen gefördert werden, um evidenzbasierte Interventionen zu ermitteln, die beratungswilligen Paaren empfohlen werden können. Wirksame Programme sollten auf breiter Basis über zertifizierte Fortbildungen implementiert werden, wobei Berater\*innen durch fortlaufende Supervisionsmöglichkeiten nachhaltig in der korrekten Umsetzung (Fidelität der Umsetzung) zu unterstützen sind. Entsprechende Investitionen in eine öffentlich geförderte Präventionsstrategie zur Stärkung von Paarbeziehungen und zum Abbau von Konfliktlagen nach einer Trennung versprechen einen positiven Ertrag – nicht zuletzt für mitbetroffene Kinder.

### Literatur

- Becher, E. H./Cronin, S./McCann, E./Olson, K. A./Powell, S./Marczak, M. S. (2015): Parents forever: Evaluation of an online divorce education program, *Journal of Divorce & Remarriage* 56(4), S. 261 – 276.
- Becher, E. H./Mcguire, J. K./McCann, E. M./Powell, S./Cronin, S. E./Deenanath, V. (2018): Extension-Based divorce education: A quasi-experimental design study of the Parents Forever Program, *Journal of Divorce & Remarriage* 59(8), S. 633 – 652.
- Birch, J./Weed, S. E./Olson, J. (2004): Assessing the impact of community marriages policies on county divorce rates. *Family Relations* 53(5): S. 495 – 503.
- Bodenmann, G. (2016): *Lehrbuch Klinische Paar- und Familienpsychologie*. 2. Auflage, Göttingen.
- Bröning, S. (2009): *Kinder im Blick. Theoretische und empirische Grundlagen eines Gruppenangebots für Familien in konfliktbelasteten Trennungssituationen*. München.
- Callan S./Benson, H./Coward, S. et al. (2006): *Breakdown Britain: Fractured families*, London.
- Dietrich, P. S./Fichtner, J./Halatcheva, M./Sandner, E. (2010): *Arbeit mit hochkonflikthaften Trennungs- und Scheidungsfamilien: Eine Handreichung für die Praxis*. München.
- Doherty, W. J./Willoughby, B. J./Peterson, B. (2011): Interest in marital reconciliation among divorcing parents, *Family Court Review* 49(2), S. 313 – 321.
- Doss, B. D./Cicila, L. N./Georgia, E. J./Roddy, M. K./Nowlan, K. M./Benson, L. A., et al. (2016): A randomized controlled trial of the web-based OurRelationship program: Effects on relationship and individual functioning, *Journal Consulting Clinical Psychology* 84(4), S. 285 – 96.

- Emery, R. E./Laumann-Billings, L./Waldron, M. C./Sbarra, D. A./Dillon, P. (2001): Child custody mediation and litigation: Custody, contact, and coparenting 12 years after initial dispute resolution, *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 69(2), S. 323 – 332.
- Engl, J./Thurmaier, F./Hahlweg, K. (2019): Prävention von Scheidung: Ergebnisse einer 25-Jahres Follow-up Studie. *Verhaltenstherapie* 29, S. 85 – 96.
- Fackrell, T. A./Hawkins, A. J./Kay, N. M. (2011): How effective are court-affiliated divorcing parents education programs? A meta-analytic study, *Family Court Review* 49(1), S. 107 – 119.
- Fichtner, J. (2010): Auswertung der quantitativen Befragung von 158 Eltern in Beratung, in Fichtner, J./Dietrich, P./Halatcheva, M./Herrmann, U./Sandner, E. (Hrsg.), *Kinderschutz bei hochstrittiger Elternschaft München*, S. 32 – 83).
- Franz, M. (2014): *Wir2: Bindungstraining für Alleinerziehende*. Göttingen u. a.
- Geffner, R./Pagelow, M. D. (1990): Mediation and child custody issues in abusive relationships, *Behavioral Sciences & the Law* 8(2), S. 151 – 159.
- Hahlweg, K./Bodenmann, B. (2020): Die Familie und ihr Einfluss auf die psychische Entwicklung in Kindheit und Jugendzeit, in Fegert, J./Resch, F. M./Döpfner, M./Kaess, M./Konrad, K./Legenbauer, T./Plener, T. P. (Hrsg.), *Psychiatrie und Psychotherapie des Kindes- und Jugendalters*. Heidelberg.
- Hahlweg, K./Richter, D. (2010): Prevention of marital instability and couple distress: Results of an 11-year longitudinal follow-up study, *Behaviour Research Therapy* 48, S. 377 – 383.
- Hald, G. M., et al. (2020): Randomized controlled trial study of the effects of an online divorce platform on anxiety, depression, and somatization, *Journal of Family Psychology*, DOI 10.1037/fam0000635.
- Hötter-Ponath, G. (2009): *Trennung und Scheidung – Prozessbegleitende Intervention in Beratung und Therapie*. Stuttgart.
- Job, A. K./Bodenmann, G./Baucom, D. H./Hahlweg, K. (2014) Neuere Entwicklungen in der Prävention und Behandlung von Beziehungsproblemen bei Paaren: Aktueller Forschungsstand und zukünftige Herausforderungen, *Psychologische Rundschau* 65, S. 11 – 23.
- Job, A.-K./Engl, J./Thurmaier, F./Hahlweg, K. (2014): Das Kommunikationstraining „Ein Partnerschaftliches Lernprogramm (EPL)“ für Paare – Überblick über den Praxis- und Forschungsstand, *Report Psychologie* 39(2), S. 56 – 66.
- Johnston, J. R. (2000): Building multidisciplinary professional partnerships with the court on behalf of high-conflict divorcing families and their children: Who needs what kind of help?, *University of Little Rock Law Review*, 22, S. 453 – 454.
- Krey, M. (2010): *Der Elternkurs „Kinder im Blick“ als Bewältigungshilfe für Familien in Trennung – eine Evaluationsstudie*. Berlin.
- O’Connell, M. E./Boat, T./Warner, K. E. (2009): *Preventing mental, emotional, and behavioral disorders among young people: Progress and possibilities (Vol. 7)*. Washington, DC.

- Poladian, A. R./Holtzworth-Munroe, A.* (2019): Families and the legal system: Approaches to parental divorce and separation, in: Fiese, B./Celano, M./Deater-Deckard, K./Jouriles, E./Whisman, M. A. (Eds.), *APA handbook of contemporary Family Psychology: Applications and broad impact of family psychology* (Vol. 2, pp. 281–296). Washington, DC.
- Reim, J./Walper, S.* (in Vorb.): Trennung der Eltern und Wohlbefinden von Jugendlichen: ein Vergleich ehelicher und nichtehelicher Trennungen. München: Ludwig-Maximilians-Universität.
- Retz, E.* (2015): Hochkonflikt-Familien in Zwangs- und Beratungskontexten. Wiesbaden.
- Retz, E./Walper, S.* (2015): Hochstrittige Eltern in Zwangskontexten: Effekte des Elternkurses Kinder im Blick. *Praxis der Rechtspsychologie* 25(1/2), S. 61–84.
- Sbarra, D. A./Bourassa, K. J./Manvelian, A.* (2019): Marital separation and divorce: Correlates and consequences, in: B. Fiese, B./Celano, M./Deater-Deckard, K./Jouriles, E./Whisman, M. A. (Eds.), *APA handbook of contemporary family psychology: Applications and broad impact of family psychology*. Washington, D. C., Vol. 1, pp. 687–706.
- Schindler, L./Gastner, J./Metz, N.* (2016): PaarBalance – ein interaktives Online-Programm für mehr Zufriedenheit in der Paarbeziehung. *Beratung Aktuell* 17, S. 3–22.
- Schwartz, L. L./Kaslow, F. W.* (Eds.) (1997): *Painful partings: Divorce and its aftermath*. New York.
- Statistisches Bundesamt. (2018): Deutlich weniger Ehescheidungen im Jahr 2017, Pressemitteilung Nr. 251 vom 10.07.2018. Wiesbaden: Destatis [https://www.destatis.de/DE/PresseService/Presse/Pressemitteilungen/2018/07/PD18\\_251\\_12631.html](https://www.destatis.de/DE/PresseService/Presse/Pressemitteilungen/2018/07/PD18_251_12631.html)
- Staub, L.* (2018). Das Wohl des Kindes bei Trennung und Scheidung. Grundlagen für die Praxis der Betreuungsregelung. Göttingen.
- Spindler, M.* (2009): Hochstrittige Trennung und Persönlichkeitsstörung, *Praxis der Kinderpsychologie und Kinderpsychiatrie* 58(9), S. 733–750.
- Tjersland, O./Gulbrandsen, W./Haavind, H.* (2015): Mandatory mediation outside the court: A process and effect study, *Conflict Resolution Quarterly* 33(1), S. 19–34.
- Walper, S./Fichtner, J./Normann, K.* (2013): Hochkonflikthafte Trennungsfamilien als Herausforderung für Forschung und Praxis, in: Walper, S./Fichtner, J./Normann, K. (Hrsg.), *Hochkonflikthafte Trennungsfamilien. Forschungsergebnisse, Praxiserfahrungen und Hilfen für Scheidungseltern und ihre Kinder*. Weinheim, S. 7–16).
- Walper, S./Krey, M.* (2011): Elternkurse zur Förderung der Trennungsbewältigung und Prävention von Hochkonflikthaftigkeit. Das Beispiel „Kinder im Blick“, in: Walper, S./Fichtner, J./Normann, K. (Hrsg.), *Hochkonflikthafte Trennungsfamilien. Forschungsergebnisse, Praxiserfahrungen und Hilfen für Scheidungseltern und ihre Kinder*, Weinheim, S. 189–212.
- Weber, M./Schilling, H.* (Hrsg.) (2006): *Eskalierte Elternkonflikte. Beratungsarbeit im Interesse des Kindes bei hoch strittigen Trennungen*. Weinheim.
- Weinmann-Lutz, B./Lutz, W.* (2006): *Trennung, Scheidung und Scheidungs-Mediation*, in Lutz, W. (Hrsg.), *Lehrbuch der Paartherapie*. München, S. 186–211.