

Als Familie aufblühen

Verliebt sich eine Frau in einen Mann mit Kind(ern), gerät sie schnell zwischen alle Fronten. Doch die lassen sich klären. Ein neues starkes Wir entsteht

REDAKTION: **STEPHAN HILLIG**

Die Liebe schert sich nicht um die Vergangenheit. Als sich Claudia Habermann und Gregor Müller im Mai 2014 zum ersten Mal im „Café del Sol“ in Köln-Hürth trafen, wollten sie bloß tanzen gehen und mal wieder ein bisschen Spaß haben. Über die Internetseite tanzpartner.de hatten sie sich gefunden. „Ich hatte 20 Jahre Ehe und einen unschönen Rosenkrieg hinter mir“, erzählt die Reisebürokauffrau. „Ich wollte eigentlich keinen Partner mehr.“

Gregor Müller hatte sich zuvor ohne Rosenkrieg von seiner Frau getrennt, hatte München verlassen, um in Köln beruflich neu zu starten. „Ich wollte schon eine neue Partnerin“, sagt der 47-Jährige. „Aber in erster Linie ging es mir um Ablenkung und darum, mit dem Tanzen ein neues Hobby aufzubauen.“

Doch die Liebe schert sich eben nicht um die Vergangenheit. Seit knapp anderthalb Jahren sind die beiden nun ein Paar.

Und eine Patchworkfamilie. Denn Gregor Müller hat seine 13-jährige Tochter Tanja mit in die Beziehung gebracht. Sie lebt zwar bei ihrer Mutter in München, kommt aber regelmäßig zu ihrem Papa nach Köln. Dann wird Claudia Habermann zur Stiefmutter (siehe Protokoll auf Seite 86).

Plötzlich Stiefmutter

Kein Einzelfall: 35 von 100 Ehen werden hierzulande laut Statistischem Bundesamt nach durchschnittlich 14 Jahren und 8 Monaten geschieden. Etwa die Hälfte dieser Paare hat gemeinsame Kinder. Wer sich also heute mit 40, 45 noch mal verliebt, „angelt“ sich mit hoher Wahrscheinlichkeit einen Partner mit Kind(ern). Je nach Umfrage sind 10–15 Prozent aller Familien in Deutschland inzwischen zusammengewürfelt wie ein bunter Flickenteppich. Daher der Name: Patchworkfamilie.

„Das klingt erst mal nach Abenteuer und Lebendigkeit“, sagt die Kölner Psychologin und Buchautorin Katharina Grünewald. „Aber in der Mitte von ‚Patchworkfamilie‘, im Zentrum, steht ‚work‘, also Arbeit. →



ALLE 14 TAGE STIEFMUTTER

„Wir verstellen uns nicht“

Eigentlich wollten Gregor und Claudia nur tanzen gehen. Es kam anders. Sie wurden ein Paar – und eine Patchworkfamilie

Claudia Habermann schüttelt den Kopf. „Das Wort benutzen wir gar nicht. Es ist doch total negativ besetzt“, sagt die 49-Jährige. Sie meint *Stiefmutter*. „Dann käme ich mir vor wie bei Schneewittchen.“ Sie lacht. Aber die Reisebürokauffrau weiß genau, dass ein so entspannter Umgang wie bei ihnen zwischen allen Mitgliedern einer Patchworkfamilie alles andere als selbstverständlich ist. „Sogar die Großeltern von Gregors Tochter bestellen mir ab und an liebe Grüße. Das wäre garantiert anders, hätte Gregor seine Frau meinetwegen verlassen.“

Doch die Ehe von Gregor Müller und auch ihre eigene waren lange beendet, als sie sich im Mai 2014 zum ersten Mal verabredeten. Den Kontakt hatten sie im Internet geknüpft. Ursprünglich wollten sie „nur“ zusammen tanzen. „Aber dann schlichen sich eben doch Gefühle ein“, sagt Gregor Müller und lächelt. „Claudias Foto auf tanzpartner.de fiel mir sofort auf.“ In seinem eigenen Netz-Profil stand nicht, dass er eine leibliche Tochter hat. „Ich habe Claudia dann allerdings gleich von Tanja erzählt und ihr reinen Wein eingeschenkt.“

Natürlich wollte er seine Tochter auch weiterhin alle zwei Wochen sehen. „Ich ging damit, glaube ich, recht unbedarft um“, sagt Claudia Habermann rückblickend. „Gregor erwähnte das und ich dachte: Okay, 13, schwieriges Alter, aber sie lebt ja bei der Mutter in München. Wir werden nur wenig Berührungspunkte haben.“ Ihre Ehe war kinderlos geblieben. „Aber ich bin ein Fan von Kindern und mehrfache Patentante. Berührungspunkte hatte ich nicht.“

Als jedoch ausgerechnet Gregors frühere Ehefrau im September 2014 ein erstes gemeinsames



Treffen in München vorschlug, war Claudia Habermann schon baff. „Ich dachte: Will ich das? Was mache ich, wenn Tanja mich nicht leiden kann? Ich fühlte mich wie ein Eindringling.“ Doch Gregor und andere Freunde machten ihr Mut.

Sie brauchte ihn nicht. „Maria, Gregors frühere Frau, und ihren neuen Partner lernte ich zwischen Tür und Angel kennen“, erinnert sich Claudia Habermann. „Gregor und Tanja wollten wenig später in den Urlaub fahren. Er neckte sie, und auf einmal sagte Tanja zu ihm: ‚Wenn du so weitermachst, fahre ich mit Claudia nach Köln und du kannst allein Urlaub machen.‘ Da war für mich alles klar.“ Das Eis war gebrochen. „Heute ist Tanja wie eine Freundin für mich.“

Gregor Müller ist froh, dass sich alles so entwickelt hat. „Ich bin selbst ein Scheidungskind“, erzählt der 47-Jährige. „Auf meiner Hochzeit sprachen meine Eltern kein Wort miteinander. Und die Partnerin eines Freundes hat ihn nach der Trennung monatelang die Kinder nicht sehen lassen.“ Genau das wollte er nicht. „Maria und ich waren uns immer einig, dass wir unsere Scheidung vor allem für Tanja vernünftig regeln. Probleme lösen wir nach wie vor gemeinsam wie zwei gute Bekannte.“

Das macht auch für Claudia Habermann vieles leichter. „Ich werde mich nicht in die Erziehung von Tanja einmischen, es sei denn, Gregor möchte das“, sagt sie. Ist Tanja zu Besuch in Köln, genießt sie es, mit ihr zu kochen, zu backen oder zu basteln. „Ich bin einfach so, wie ich bin“, sagt Claudia Habermann. „Mit fast 50 ändere ich mich nicht mehr.“ Gregor Müller nickt. „Wir verstellen uns nicht und reden über alles offen miteinander“, sagt er. „Deshalb klappt es so gut.“

Und das ist es auch, manchmal harte Arbeit.“ Unmittelbar vor ihrem Gespräch mit der **vital** hatte Katharina Grünewald eine Betroffene am Telefon, die außer sich berichtete, ein Mädchen in ihrer Patchworkfamilie habe versucht, Feuer zu legen. Ein schlimmer Einzelfall, der aber eindrücklich zeigt, wie viel emotionalen Zündstoff diese besondere Familiensituation birgt.

„Da verbringen etwa alle gemeinsam ein schönes Wochenende, und am Ende, wenn das Kind wieder zur leiblichen Mutter soll, tritt es seiner Stiefmutter mit voller Wucht gegen das Schienbein und brüllt: ‚Du blöde Ziege!‘“, erzählt die Therapeutin. „Ganz viele Frauen trauen dann der eigenen Wahrnehmung nicht mehr, sind völlig verunsichert und tief verletzt.“ Solche Anrufe bekommt Katharina Grünewald regelmäßig.

Unser Mutterbild ist veraltet

Als Patchwork- oder Stieffamilie peu à peu zusammenzuwachsen stellt alle Mitglieder auf eine harte Probe, die nichts mit überspannten TV-Serien wie „Ich heirate eine Familie“, „Türkisch für Anfänger“ oder „Modern Family“ zu tun hat. Doch eine Person wird in eine besonders schwierige Rolle gedrängt: die Stiefmutter. „Sie wird nicht nur stiefmütterlich behandelt, sie geht auch mit sich selbst oft stiefmütterlich um“, bestätigt Katharina Grünewald. Zu tief stecke da unter anderem noch die „böse Stiefmutter“ aus den grimmschen Märchen in der deutschen Seele.

In Frankreich, wo die Stiefmutter *belle-mère* heiße, also schöne Mutter, oder in den Niederlanden, einer alten Handelsnation, wo vielleicht deshalb auch über die Rollenverteilung in Familien nüchtern verhandelt werde, sei es für Stiefmütter deutlich leichter, vermutet Katharina Grünewald. „Das Mutterbild in Deutschland ist dagegen sehr rigide. Auch unser Familienbild stammt oft noch aus den 1950er- und 1960er-Jahren“, so die Expertin. „Bei Männern gilt Familie noch immer als Kür, für Frauen als Pflicht.“ Die Folge: Das Ansehen von Stiefvätern steigt, das von Stiefmüttern sinkt.

Sind sie es doch, die „gefühl“ oder tatsächlich dafür sorgen, dass sich der Vater von der leiblichen Mutter seiner Nach-

kommen trennt. Sie sind es, die in den Augen der Kinder die Mama ausbooten wollen und sich zwischen sie und den Papa zwängen. Sie sind es, die von den Großeltern, Freunden, Nachbarn und Kollegen ständig mit der Ex, der Mutter der Kinder, verglichen werden. Sie sind es, die billigen müssen, dass ihr neuer Partner als Vater lebenslang, wenn auch nur juristisch, mit einer anderen Frau verbunden bleibt. Sie sind es, die versuchen, im Alltag und bei der Erziehung alles richtig zu machen, um dann von ihren Stiefkindern gesagt zu bekommen: „Du hast mir überhaupt nichts zu sagen!“ Oder vom Partner: „Stell dich ja nicht zwischen mich und die Kinder!“

Der Liebe genug Raum geben

Der Impuls, trotz allem und aus Liebe zum Vater der Kinder eigene Bedürfnisse und verletzte Gefühle zurückzustellen, sei bei Stiefmüttern sehr stark, erklärt Katharina Grünewald. „Deshalb rate ich Stiefmüttern, sich simple Floskeln parat zu legen, egal, wer etwas von ihnen will. Etwa: Lass mich drei Minuten überlegen, dann sage ich dir Bescheid.“ Diese kurze Auszeit genüge, um folgende Fragen zu klären: Bleibt mir noch genug Freiraum? Habe ich wirklich Lust dazu? Was erwarte ich insgeheim von meinem Partner, von den Kindern als Gegenleistung, wenn ich gleich zustimme oder ablehne? Welches eigene Bedürfnis stelle ich dafür zurück? Was wäre (nur) in meinen Augen ein fairer Kompromiss?

„So setzt sich die Stiefmutter innerlich an die erste Stelle“, sagt Katharina Grünewald. Der Untertitel ihres Buches bringt es auf den Punkt: Geht's mir gut, geht's allen gut (siehe rechts). „Das gilt aber genauso für den Vater der Kinder. Er neigt häufig ebenfalls dazu, es allen recht machen zu wollen.“ Vor allem die Kinder sollen nicht noch mehr leiden. „Viele Patchwork-Eltern verlieren dadurch etwas Entscheidendes aus den Augen“, warnt die Psychologin. „Ihre Beziehung, ihre Liebe ist doch der Grund, warum es die Patchworkfamilie überhaupt gibt.“

Kompromissbereit konsequent sollte das Paar daher auf festen Zeiten ohne (Stief-)Kinder bestehen. „Dürfen sie →



Anhand von vielen Fällen aus ihrer Praxis und praktischen Tipps zeigt unsere Expertin, wie Patchworkfamilien zusammenwachsen können.

„Glückliche Stiefmutter: Geht's mir gut, geht's allen gut“ von Katharina Grünewald, Kreuz-Verlag, 192 Seiten, 14,99 Euro



„Gezielt gegen Falten!“

„Lässt meine Haut jünger aussehen!“



30 ml | PZN 04637668

Hyalusome Konzentrat

Das innovative Anti-Age-Fluid

- **Anti-Aging-Peptid Argireline®**
Mit kosmetischem, externem Botox-ähnlichem Effekt.
- **Hyaluronsäure**
Erhöht die Hautfeuchtigkeit. Lässt die Haut dadurch straffer erscheinen.
- **Antioxidanzien-Komplex mit Beta-Glucan**
Schützt vor frühzeitiger Hautalterung und regeneriert schon entstandene Schäden.
- **Liposome und Jojobaöl**
Reduzieren den Feuchtigkeitsverlust und erhöhen die Hautelastizität.

Nur in Ihrer Apotheke

DERMASENCE
MEDIZINISCHE HAUTPFLEGE

P&M Cosmetics GmbH & Co. KG | 48155 Münster



Katharina Grünewald ist Diplom-Psychologin und selbst (Stief-)Mutter von vier Kindern. In Köln führt sie eine spezialisierte Praxis (www.patchworkfamilien.com)

währenddessen etwas Besonderes tun, etwa eine DVD gucken, fordern sie die Paar-Zeiten für ihre Eltern schnell von sich aus ein“, ermutigt Katharina Grünewald. Heilsamer Nebeneffekt: Verläuft in einer Patchworkfamilie zunächst eine spürbare senkrechte Grenze („meine Familie, deine Familie“ oder „meine Kinder, deine Kinder“), bewirken die Paar-Zeiten, dass daraus langsam jene übliche waagerechte Grenze zwischen (Stief-)Eltern und (Stief-)Kindern wird, die es in allen Familien geben muss. „Nur so können Kinder normal rebellieren“, sagt Katharina Grünewald.

Und das müssen sie. Selbst wenn ihr Verhalten dem Harmoniebedürfnis und dem Wunsch der Eltern nach einer „heilen Familie“ zuwiderläuft. „In der Beratung höre ich häufig, dass Patchwork-Eltern selbst Scheidungs- oder Trennungskinder sind“, so Katharina Grünewald. Da sei ihr Bedürfnis, alles richtig, alles besser zu

machen, umso stärker. Konflikte ließen sich damit aber genauso wenig lösen wie mit vermeintlich allgemeingültigen Mutter- und Familienidealen. „Von all diesen Dingen muss sich eine Patchworkfamilie lösen“, sagt Katharina Grünewald. „In jeder Konstellation stecken andere Faktoren, die das erschweren. Es kommt daher immer auf die Menschen an: Was hat sie geprägt? Welche Stärken und Schwächen bringen sie mit? Was braucht jeder Einzelne, um so sein zu können, wie er will?“ Die Patchworkfamilie muss ein eigenes, einzigartiges Leitbild entwerfen. „Es hat mit dem gesellschaftlichen Leitbild unter Umständen nichts mehr zu tun“, sagt die Psychologin. Und das ist gut so.

Familienkonferenzen helfen

Fünf Jahre dauert dieser Prozess, belegen Studien. Mindestens. Denn die Menschen ändern sich. Konflikte verschwinden, neue tauchen auf. „Deshalb rate ich Patchwork-Eltern auch, eine sogenannte Familienkonferenz einzuführen. Am besten, wenn noch kein akuter Streit besteht“, sagt Katharina Grünewald. Die Regeln für dieses 30- bis 60-minütige Forum entwickelte der US-Psychologe Thomas Gordon: Jeder spricht nur über sich (Ich-Botschaften) und hört aktiv zu (Gehörtes in eigenen Worten wiederholen). Alle Familienmitglieder dürfen gleich lang sprechen, müssen aber nicht. In Runde eins werden akute Probleme gesammelt, in Runde zwei Lösungen gesucht und gemeinsam beschlossen.

Jeder, dem das gerade geltende Leitbild der Familie nicht mehr behagt, kann jederzeit eine Konferenz einberufen. „Das verstehen auch schon kleine Kinder“, ermutigt Katharina Grünewald, verschweigt jedoch nicht, dass Stieffamilien manchmal trotzdem keine gemeinsame Basis mehr finden. „Dann ist eine Trennung die beste Lösung. So schwer sie auch fällt.“ Viele Patchworkfamilien erlebten jedoch, dass die „Inseln“, auf denen der Alltag klappte, stetig größer würden. „Bei uns war es auch so“, erzählt Katharina Grünewald. „Mein Stiefsohn und ich verstehen uns heute super.“