

# Die Kunst des Differenzierens: Wie Patchwork funktionieren kann

Julia Neider



Problede / Rolf van Meelis

Patchworkfamilien sind komplexe Familiensysteme, in denen das Zusammenleben neue Rollen und Möglichkeiten für alle Beteiligten eröffnet. Das Scheitern der Erstfamilie hinterlässt bei Kindern und Eltern aber auch Wunden und birgt die Gefahr, alte Verhaltensmuster in neue Beziehungen zu übertragen. Dies führt meist zu schmerzhaften Konflikten, die vermieden werden können, wenn Eltern und zukünftige Stiefeltern reflektiert und offen in neue (Liebes-) Beziehungen gehen.

Wie das funktionieren kann, weiß **Katharina Grünewald**. Sie ist Psychologin, Therapeutin sowie Referentin und Dozentin rund um die Themen Patchworkfamilien, Trennung und Scheidung und andere typische Familienangelegenheiten. 2021 veröffentlichte sie ihr neues Buch „Glückliche Patchworkpaare. Wie die Liebe mit neuer Familie gelingt“.

**Frau Grünewald, Sie leben seit 20 Jahren in einer Patchworkfamilie, mit zwei gemeinsamen Kindern und zwei Kindern aus der ersten Ehe Ihres Mannes. Welche Ressourcen braucht eine neu entstehende Patchworkfamilie Ihrer Erfahrung nach?**

Die neue Liebe ist die wichtigste Energiequelle für die gesamte Patchworkfamilie. Das ist die wichtigste Ressource. Diese Liebe schafft Kraft und Motivation, sich mit den Kindern und der gesamten komplexen Situation zu arrangieren. Daher

liegt in meiner Praxis das Augenmerk besonders auf dem Liebespaar: Wie gelingt diese Liebe, wie kann sie wachsen und sich entfalten? Sie beginnt wie jede andere Liebe auch, man lernt einander kennen und verliebt sich. In dieser ersten Phase sind jedoch oft parallel die Trennung oder andere emotional schwierige Auseinandersetzungen mit der alten Familie zu bewerkstelligen. Bereits zu diesem Zeitpunkt fangen die besonderen Herausforderungen eines Liebespaars in der Patchworkfamilie an.

**In Ihrem neuen Buch schreiben Sie, dass Patchwork von Patch und Work, also Verbundenheit und Arbeit, kommt. Welche Arbeit ist besonders für ein Patchworkpaar zu tun?**

Jedes frisch verliebte Paar will zusammen sein, sich spüren, wissen, wie es dem anderen geht, und sehnt sich danach, unbeschwert Zeit zusammen zu verbringen – da unterscheidet sich ein Patchwork-Liebespaar nicht von anderen Paaren. Es ist wichtig, Zeit miteinander zu verbringen, ohne etwas erledigen zu müssen – Zeit, in der einfach die Liebe fließen kann. Das meine ich mit „Patch“. Wenn man sich jedoch in einem komplexen Alltag organisieren muss, dann funktioniert das oft nicht. Daher empfehle ich, solche Auszeiten ebenfalls zu organisieren: Zeit für die Liebe, am besten in der Natur, an Lieblingssorten, wo sich die Liebenden wohlfühlen. Paare sollten also überlegen: Was sind gute Bedingungen, damit unsere Liebe einfach fließen kann?

Beim Work-Anteil geht es darum, die schwierigen Konflikte und Alltagssituationen genauer zu betrachten und zu zerlegen. Dann werden oft Beziehungsmuster sichtbar. Diese oftmals unbewusst ablaufende Beziehungsdynamik erinnert dabei häufig an Erfahrungen aus vorhergehenden Beziehungen oder aus der Kindheit. So versteht man Triggerpunkte und kann sich damit auseinandersetzen. Das ist manchmal richtig harte Arbeit – der „Work“-Faktor. Beide Anteile gehören zu einer Beziehung dazu und brauchen einen festen Platz in der Beziehung der Patchworkpaare. In meinem Buch empfehle ich einige Work-Übungen und -Rituale.

**Wurde in der Erstfamilie eine traditionelle Arbeits- und Verantwortungsverteilung gelebt, haben Väter oftmals Schwierigkeiten, ihre Rolle nach der Trennung neu zu definieren und ihre väterliche Verantwortung wahrzunehmen. Sie übertragen die gewohnte Elternrolle in die neue Partnerschaft und überlassen – in vielen Fällen ohne Absprache – der neuen Partnerin die Care- sowie Erziehungsarbeit für ihre Kinder. Wie können speziell Väter nach einer Trennung gestärkt werden, sodass sie mehr Verantwortung für ihre Kinder wahrnehmen und das neue System nicht in eine Schiefelage gerät?**

Tatsächlich ist ein häufiger Grund für Beratungen, dass leibliche Väter merken, sie geraten wieder in die gleichen Muster. Sie orientieren sich vielleicht in manchen Punkten an dem Wunsch der Geliebten, schaffen es z.B., kinderfreie Wochenenden zu arrangieren. Dann erwarten sie jedoch an anderen Punkten – vielleicht unbewusst – eine Gegenleistung, z.B. das Mitversorgen der Kinder. Diese unbewussten Gegenleistungen werden nicht expliziert, die neue Frau tut es selbstverständlich „aus Liebe“ und übernimmt somit einen großen Part der familiären Verantwortung. In unserer Gesellschaft ist es immer noch so, dass sich die Frau für die Familie sehr viel stärker verantwortlich fühlt und sich oftmals automatisch kümmert. Langfristig führt das die neue Liebe jedoch in die Sackgasse. Die Herausforderung für viele Väter ist es, die Verantwortung für Kinder und Familienmanagement zu übernehmen. Nur wie? Von ihren Müttern kennen viele Männer oftmals: Tun, was die Frauen sagen, dann wird man dafür gelobt und geliebt und braucht als Mann keine Verantwortung zu übernehmen. Übertragen auf die Beziehung bedeutet das: Im Idealfall liest man der Liebsten die Wünsche von den Augen ab, überlässt ihr jedoch die Regieführung. Doch oftmals wird diese von den Frauen auch nicht expliziert. Somit ist die Gefahr für Missverständnisse groß. Es wird im Vorfeld nicht miteinander gesprochen und die jeweiligen Vorstellungen werden nicht abgeglichen: Wie sind die (unbewussten) Erwartungen, welche Bedürfnisse, Pflichten und Wünsche hat der Mann? Wie sieht das alles konkret im Alltag aus? Und was bedeutet das alles für die neue Frau? Welche Vorstellungen hat sie? Wie bekommen ihre Bedürfnisse eine Berechtigung? Wer trägt wofür die Verantwortung? Wieso sollte die neue Frau sich um die fremden Kinder kümmern? Und wenn, welche Gegenleistung erhält sie?

**Dann ist es also wichtig, Rollen- und Aufgabenverteilungen klarzustellen, den Alltag auszuhandeln, und wie kann man nun**

aber die Väter erreichen und stärken, sodass sie angeregt werden, sich darüber Gedanken zu machen? Wenn ein bestimmtes Rollenbild gelebt wurde, muss dieses ja erst aufbrochen werden, bevor etwas Neues entstehen kann. Das stimmt. In meiner Praxis begegne ich Männern, die genau in diesem Gedankenprozess sind: „Wie mache ich es denn? Was ist denn meine Haltung? Was will ich denn?“ Und ich sehe auch, dass immer mehr Männer Verantwortung übernehmen und in Kindererziehungsprozesse eingebunden werden wollen. Angestoßen wird dieser Prozess oftmals durch Frauen, die gut für sich sorgen und nicht unreflektiert die Rolle annehmen, die ihr zugewiesen wird.



## Glückliche Patchworkpaare. Wie die Liebe mit neuer Familie gelingt.

Patchworkpaare haben es oft schwer, sich ganz auf ihre Liebe zu konzentrieren: Die Trennung von den Ex-Partnern raubt Energie und die Kinder brauchen gerade jetzt viel Liebe und Aufmerksamkeit. Patchworkfamilien-therapeutin **Katharina Grünewald** macht Patchworkpaaren Mut, ihrer Liebe Raum zu geben und selbstbewusst zu lieben. Einfühlsam und alltagsnah erläutert sie, wie Paare Grenzen setzen und ihre Beziehung in sechs Phasen für den trüblichen Familienalltag stark machen.

ISBN-13: 978-3407866509

**Könnte man sagen, die „sensible Phase“, in der man die Väter erreichen kann, ist die Zeit nach der Trennung, wo alles im Umbruch ist, wo vielleicht die Reflexionsbereitschaft höher ist?**

Ja, das glaube ich schon. Es ist ja eine Zeit, in der das Ex-Paar realisiert: Unser Lebensentwurf ist gescheitert. Ich muss oder will etwas verändern – nur was? Wenn dann schnell eine neue Liebe kommt, bekommt vielleicht dieser Reflexionsprozess nicht genug Raum.

**Wenn jetzt einer von den beiden Partner\*innen der kinderlose Teil ist, ist es im Idealfall so, dass der leibliche Elternteil das Wohl der eigenen Kinder an erste Stelle setzt. Was kann dem kinderlosen Teil eines solchen Paares helfen, zu akzeptieren bzw. damit zurechtzukommen, dass dies so ist?**



In einer Patchworkfamilie ist es enorm wichtig, zu differenzieren, zu separieren und zu priorisieren: Die Kinder werden immer wichtig sein, aber sie sind nicht die Nummer eins in allen Belangen. Auf einer erwachsenen Liebesebene ist die neue Frau/der neue Mann die Nummer eins. Wenn es zum Beispiel darum geht, wer die Begleitung in den romantischen Urlaub ist, ist das klar meine Liebste oder mein Liebster. Wenn ich diese Trennungsgütern beherrsche, dann kann ich auch sagen, jetzt trenne ich hier die Bausteine voneinander: Auf der einen Seite steht unsere Liebesebene – auf der anderen Seite die Vater-/Mutterebene. Und auf der erwachsenen Liebesebene bin ich klar die Nummer eins. Als neue Partnerin oder neuer Partner ist es gut, wenn man diese Differenzierung einübt, sodass man nicht in eine Entweder-oder-Falle gerät. Es ist nicht alles oder nichts, sondern es gibt ganz viele Zwischenschritte.

**Diese Betrachtungsweise führt dann wohl auch dazu, dass es ein Mehr an Positivem wird. So kann das Patchwork zu einem Gewinn werden.**

Genau hier liegt die Herausforderung, sodass man beispielsweise als kinderlose Frau ein Familienleben führen kann, ohne die Kinder selbst auf die Welt gebracht zu haben und die Verantwortung für diese übernehmen zu müssen.

Auch ist es eine Chance, sich mit Liebe persönlich weiterzuentwickeln. Man hat sozusagen tagtäglich ein kostenloses Persönlichkeits-Coaching durch die Stiefkinder und die Komplexe, oftmals höchst ambivalente Situation.

## Der „6. Österreichische Familienbericht 2009–2019“

Evelyn Martin

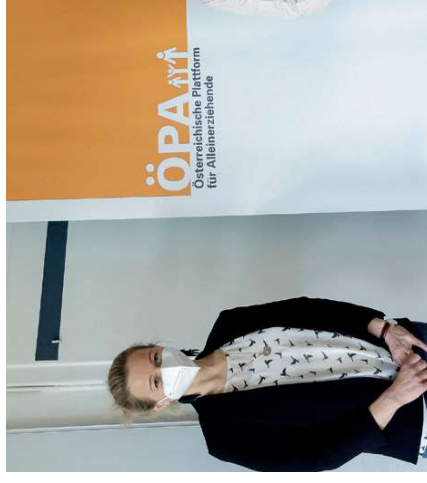
Kürzlich wurde der Familienbericht vom Bundeskanzleramt präsentiert und damit wurden der Öffentlichkeit zahlreiche gesellschaftliche Entwicklungen im letzten Jahrzehnt vorgestellt. Unser Interesse widmet sich der Frage: Wo bleiben die Alleinerziehenden? Und ja, die „Ein-Eltern-Familie“ wurde in allen Bereichen mit untersucht und in Umfragen und Statistiken berücksichtigt, sie kommen in den Datenerhebungen überall vor. Zum Beispiel Armut: Dass „Kinder zwar nicht arm machen, bestimmte Haushalts- und Familienformen jedoch von größeren Armutsriskien betroffen sind“ und dass „... dazu vor allem Alleinerziehende und Familien mit drei oder mehr Kindern zählen“, ist bekannt. Erkenntnisse wie „... Trotz ihrer höheren Erwerbsintensität sind Alleinerziehenden eine vulnerable Gruppe mit Schwierigkeiten in der Vereinbarkeit von Familie und Beruf und einem hohen Armutsrisiko“ (S. 114) sprechen eine deutliche Sprache. Dass Familien dadurch von Sozialleistungen besonders abhängig sind, zeigt „Für 10% bis 12% der Familien sind Sozialleistungen auch tatsächlich die Haupteinnahmequelle des Haushalts. Vor allem bei Ein-Eltern-Haushalten sind diese Zahlen noch einmal deutlich höher: Rund 27% bis 30% erhalten Sozialleistungen, für 29% bis 39% sind diese auch die Haupteinnahmequelle“ (S. 117). Umso mehr sind Familien auf funktionierende und flächendeckend vorhandene Betreuungseinrichtungen für ihre Kinder angewiesen, eine jahrzehntalte Forderung, die noch lange nicht erfüllt ist. Dieser Themenbereich ist (ab S. 943) ausführlich beschrieben. Es zeigt sich z.B.: Die Betreuungsmöglichkeiten für Kinder ab dem zweiten Lebensjahr sind zwar generell gestiegen, von einer seit Jahrzehnten geforderten flächendeckenden Versorgung für alle Kinder bis zum 15. Lebensjahr ist Österreich noch nach wie vor weit entfernt (S. 975). Bei einem so umfangreichen Bericht kann an dieser Stelle nur fragmentarisch Einblick gewährt werden, es empfiehlt sich, den Bericht im Internet abzurufen und für nähere Informationen dem gut gegliederten Inhaltsverzeichnis zu folgen: **6-Familienbericht-2009-2019\_Familienbericht\_BF.pdf**

*Der Bericht ist unter 6-Familienbericht-2009-2019\_Familienbericht\_BF.pdf abrufbar, Umfang 1130 Seiten*

## Trotz oder wegen Einschränkungen persönlicher Kontakte steht Vernetzungsarbeit hoch im Kurs

Anfang März konnten wir Frau **BM<sup>in</sup> Susanne Raab** und ihre Mitarbeiterin Dr.<sup>in</sup> Valentina Köllich als eine der wenigen Gäste in unseren Räumlichkeiten empfangen. Zu diesem Zeitpunkt hatte die **BM<sup>in</sup>** bereits die Familienagenden übernommen. Besprochene Punkte waren:

- Alleinerziehende und getrenntlebende Familien in Österreich
- Präventive Maßnahmen für Alleinerziehende
- Rolle der Väter stärken sowie die Familienrechtsreform



Auch im **Sozialministerium** und bei politischen Vertreter\*innen wie der **Familiensprecherin der Grünen, Barbara Neßler**, konnte die ÖPA als Interessenvertretung der Alleinerziehenden auftreten. Die laufenden Kontakte in verschiedenen, für unsere Zielgruppe relevanten ministeriellen Bereichen konnten wir zu unserer großen Freude wieder intensivieren.

Das schon traditionelle **Vernetzungstreffen der ÖPA-Mitgliederorganisation** rund um die Mitgliederversammlung wurde durch ein zusätzliches Treffen ergänzt. So machten wir aus dem Manko, dass keine persönlichen Treffen stattfinden konnten, einen Nutzen und „trafen“ uns online bisher schon einmal mehr als in den vergangenen Jahren. Die Teilnahme war beide Male zahlreich und die Motivation der Zusammenarbeit und des Austausches erfreulich hoch. Auch bei der Mitgliederversammlung konnte das große Interesse aller Organisationen, gemeinsam auf ein Ziel hinzuarbeiten und sich gegenseitig zu stärken, erneut deutlich festgestellt werden. Ein weiterer Grund zur Freude war die Begrüßung der **Kinderfreunde Österreich**, vertreten durch den Geschäftsführer **Mag. Daniel Bohmann**, als neue Mitgliederorganisation.

Einen weiteren erfreulichen Zuwachs dürfen wir aus dem Vorstand bekannt geben, Beate Schneider leitet den Fachbereich Inlandshilfe der Caritas der Diözese St. Pölten und bringt ihre wertvollen Erfahrungen aus der Sozialberatung als neues Mitglied in den Vorstand ein.

Im Anschluss an die Mitgliederversammlung und im Rahmen des zweiten Vernetzungstreffens fand der Studientag **Wahrung der Kinderrechte in Familienrecht** und



**BM<sup>in</sup> Susanne Raab** zu Besuch bei der ÖPA **Pflegschichtverfahren** statt. Das fundierte Referat von **Mag. Barbara Erblehner-Swann – kija Salzburg** lieferte eine gute Basis für eine nachfolgende Diskussion und weitere Auseinandersetzung mit dem Thema. Mithilfe der Moderation von Gerda Kolb konnte der Studientag auch online strukturiert und interaktiv durchgeführt werden.

Ein weiteres **Vernetzungstreffen**, das sich mittlerweile schon etabliert hat, ist das Vernetzungscafé für Organisationen aus Wien und Umgebung. Auch diese Veranstaltung wurde online abgehalten, was für die Kolleginnen aus dem Burgenland vielleicht gar nicht so ungünstig war, da sie sich so die Anreise nach Wien ersparen konnten. Das Vernetzungscafé bietet immer wieder die Möglichkeit, neue Menschen und Organisationen kennenzulernen und Kooperationen zu knüpfen.

Das im vorigen Jahr pandemiebedingt ausgefallene **Meditationstraining** fand im Mai 2021 mit neuer Moderation statt. **Frau Mehrdokht Tassar** und **Herr Mag. Thomas Kvicala** von **floorfour – Agentur für Kommunikation** begleiteten die Teilnehmerinnen professionell und wertschätzend durch das Training. Das Feedback war sehr positiv.