

[Startseite](#)

[Ratgeber](#)

[Familie](#)

[Patchwork-Glück: 5 Experten-Ratseln für ein harmonisches Familienle](#)

[ABO](#)

[Köln](#) [Region](#) [Freizeit](#) [Sport](#) [FC Panorama](#) [Politik](#) [Wirtschaft](#) [Kultur](#) [Rätsel](#) [Newslette](#)

# Patchwork-Glück

[Drucken](#)

27.04.2026, 00:50 Uhr

4 min



*Als neuer Partner der Mutter sollte man(n) in der neuen Patchworkfamilie nicht versuchen, eine Lücke zu füllen, sondern seine eigene neue Rolle finden.*

## **Wenn aus zwei Familien eine wird: Fünf Prinzipien, wie das Zusammenwachsen in einer Patchworkfamilie gelingen kann.**

Die Integration als neuer Lebensgefährte in eine Stieffamilie stellt eine gefühlsmäßige Belastungsprobe dar. Im Gegensatz zu einem kinderlosen, frisch verliebten Paar begegnen sich hier nicht nur zwei, sondern diverse Lebenswelten. Laut der Diplom-Psychologin Katharina Grünewald, einer Beraterin für dieses Thema, existiert dafür keine Universallösung, wie die dpa berichtet.

Der Paartherapeut Eric Hegmann betrachtet diesen Vorgang zugleich als eine bedeutende Möglichkeit zur persönlichen Weiterentwicklung: «Entscheidend ist nicht, alles richtigzumachen, sondern daran zu wachsen. Als Familie, Paar und Mensch.» Aber wie lässt sich das umsetzen? Fünf wesentliche Prinzipien bieten Orientierung.

### **Nicht als Ersatzmutter oder -vater auftreten**

Die primäre Zuständigkeit für den Nachwuchs verbleibt stets bei den leiblichen Eltern. «Verinnerlichen Sie als neuer Partner diesen Satz als eine der wichtigsten Leitlinien», empfiehlt die Patchwork-Spezialistin Grünewald. Man sollte nicht den Versuch unternehmen, eine nicht vorhandene Leere zu schließen. Stattdessen ist es ratsam, eine beobachtende Position einzunehmen und aufrichtiges Interesse zu signalisieren.

Als besonders hinderlich erweisen sich ein gebieterisches Verhalten, das Verlangen nach übermäßiger physischer oder seelischer Nähe sowie das Überschütten mit kostspieligen Präsenten. Grünewald erklärt: «Erst wenn Kinder spüren, dass der neue Partner weder Mama noch Papa den Platz streitig machen will, kann echte Bindung entstehen». Zudem geben die Kinder die Geschwindigkeit des Annäherungsprozesses vor.

## **Die eigene Rolle finden**

Weder Kumpel noch Elternteil, aber dennoch eine Vertrauensperson: Wie lässt sich die eigene Position finden? Wer möchte und kann ich sein? Was bedeuten wir einander? «Diese Fragen sollen und dürfen offen gestellt werden. Und zwar immer wieder neu», äußert Katharina Grünewald.

Die Beziehung zu den Kindern entwickelt sich parallel zu deren Wachstum und Bedürfnissen. «Dafür braucht es Raum und Zeit», erklärt Paartherapeut Eric Hegmann. «Wie in jeder anderen Beziehungsform auch ist das Wachstum in einer Patchworkfamilie nie ganz abgeschlossen.»

Die zusammen definierten Funktionen sind abwechslungsreich und veränderbar: ein zuverlässiger Erwachsener, eine mütterliche Ratgeberin oder ein humorvoller Abenteurer. «Was sich für alle stimmig und echt anfühlt, ist es auch», fasst Grünewald zusammen.

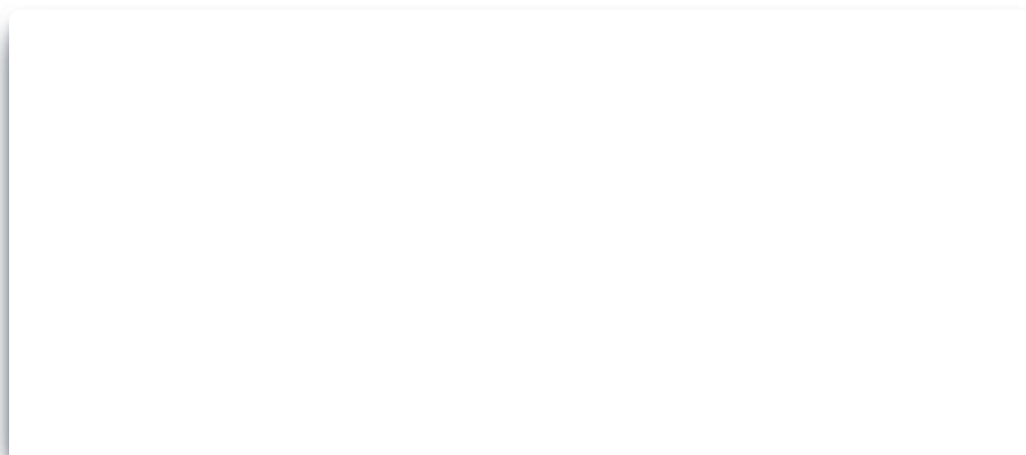


*Ob als schlauer Alleskönner bei anstehenden Hausaufgaben, lustiger Abenteurer oder weiser Mentor - der Bonusvater in der Patchworkfamilie sollte seine eigene Rolle finden.*

Copyright: Christin Klose/dpa-tmn

## **Neue Rituale respektvoll in bestehende Familie integrieren**

Besonders bei jüngeren Kindern sind spezifische Gewohnheiten und Abläufe fest im Tagesablauf etabliert. Was laut Eric Hegmann für Halt und Stabilität sorgt, kann sich für die Kleinsten bereits bei der geringsten Abweichung bedrohlich anfühlen. «Dies ist nicht vermeidbar», weiß auch die Patchworkberaterin und rät: «Begreifen Sie Konflikte daher als Chance, sich wirklich kennenzulernen.»



Man sollte daher möglichst bald versuchen, sich über die zentralen Bräuche und Routinen zu informieren. Beraten Sie sich dann gemeinsam: Was möchten Sie übernehmen? Was muss noch bleiben, was darf sich verändern? «Als neuer Partner ist es ebenso wichtig, sich von bestehenden Strukturen abzugrenzen», sagt Hegmann. Nur durch gemeinsame Erfahrungen könnten wir Neues erschaffen und damit auch neue Sicherheit.

Es sei wesentlich, dem Nachwuchs zu verdeutlichen, dass nichts verloren geht, sondern etwas Wertvolles hinzugewonnen wird. Mit dem nötigen Fingerspitzengefühl lassen sie sich dafür oft rasch gewinnen.

## **Die Paarbeziehung schützen**

Eine Stieffamilie benötigt eine solide Basis, die ausschließlich vom Paar selbst geschaffen werden kann. «Als Patchwork-Baumeisterteam halten Sie die Fäden gemeinsam in der Hand», sagt Grünewald. Der Wechsel von der anfänglichen Zweisamkeit in die Familienstruktur birgt jedoch Risiken, dass der neue Partner nicht den gewünschten Platz findet.

In meiner Praxis erlebe ich oft, dass beide aus Rücksicht auf die Kinder des anderen ihre eigenen Bedürfnisse zurückstellen.» Dies führt zu Unzufriedenheit und zehrt an den Kräften aller. «Paarzeit ist kein Luxus, sondern Voraussetzung», sagt auch Eric Hegmann. Dazu gehört, sich Inseln zu schaffen, die nur für das Paar bestimmt sind. Der daraus resultierende «soziale Energieüberschuss» komme am Ende allen Familienmitgliedern zugute.

## **Konflikte bewusst lösen**

Bei aller Liebe, den besten Absichten und einer noch so bewussten Vorbereitung: Fehler werden passieren. Ebenso wie Streits und Auseinandersetzungen. «Entscheidend ist die Haltung», sagt Katharina Grünewald. Die Patchworkberaterin

empfiehlt bei Konflikten zuerst einen Perspektivwechsel: Wie fühlt sich die Situation aus Sicht des Kindes an? Aus Sicht der Geliebten? Oder des Ex-Partners? «Oft wird einem dabei schon sehr viel bewusst», sagt die Psychologin.

Paartherapeut Eric Hegmann gibt einen weiteren wichtigen Impuls mit auf den Weg: «Man kann niemanden gegen seinen Willen verändern. Die einzige Person, bei der das möglich ist, sind Sie selbst.» Als neue Familie zusammenzuwachsen, verlangt von allen Beteiligten enorm viel und ist ohne professionelle Unterstützung nicht immer zu schaffen. Eric Hegmann rät: «Nutzen Sie Beratungsangebote und suchen Sie spätestens dann Hilfe, wenn Sie nicht mehr weiterwissen.»  
(dpa/bearbeitet durch Gemini 2.5 Pro)

*Dieser Inhalt wurde mit [Hilfe von KI](#) erstellt.*

## SERVICES

Newsletter

Abo

E-Paper

Meine Artikel

Shoppingwelt

Push

Testberichte

Immobilien

Jobbörse

Wir trauern

Anzeigen

Kiosk

Vergleichsrechner

Bütz Mich

Hilfe

Online-Service

Meine Region

Abo kündigen