

**Gerhard Schäfer** - 20.August 2016 - **Endfassung** - Vortrag zum Thema:

**„Die Kinder sind aus dem Haus! Wohin jetzt mit all meiner Liebe?“**

Sehr geehrte Damen und Herren willkommen zu meinem Vortrag. Besonders begrüße ich die Mütter und Väter unter Ihnen. Ich freue mich über Ihr Kommen und Ihr Interesse an diesem Thema. **Foto/Titelblatt**

Die Thematik, um die es in diesem Vortrag gehen wird, ist derzeit auch in den Medien sehr populär. Auf einer Messe wie dieser, welche sich mit den Lebensperspektiven nach dem 55. Lj. Beschäftigt, darf es natürlich auch nicht fehlen.

→ Bevor ich darauf eingehe, welche Reaktionen auf den Auszug der jungen Erwachsenen aus dem Elternhaus zu erwarten sind, werde ich mir mit Ihnen zusammen vergegenwärtigen, wie bzw. wodurch sich die Beziehungen der Beteiligten vorher aufgebaut und entwickelt haben.

→ Schauen wir uns doch mal beispielhaft **eine Geschichte** an wie sie das Leben schon so oft geschrieben hat: **Folie 2**

Zwei junge Erwachsene, **25 Jahre alt**, beide haben eine **feste Anstellung** in ihrem erlernten Beruf, treffen sich im Urlaub an einem herrlichen Mittelmeerstrand und verlieben sich ineinander. Aus dem Urlaubsflirt wird eine **feste Beziehung**, da die Gefühle füreinander stark sind und beide sich auch nach einer festen Beziehung sehnen. Nach einem Jahr und einem weiteren gemeinsamen Urlaub, an einem wiederum herrlichen Mittelmeerstrand, bei einem grandiosen Sonnenuntergang, wächst die **Folie3** Sehnsucht nach der Traumhochzeit. Als Verlobte kehren sie aus dem Urlaub heim und beginnen sogleich mit den Planungen für den **Folie 4** Junggesellenabschied und die Traumhochzeit, die einmalig schön werden soll. Alles ist so eingetroffen. Schon auf der Hochzeitsreise zu einem noch schöneren Ziel drängt es die beiden Jungvermählten ihre Liebe mit der Geburt eines Kindes zu krönen. Und da man nicht nur ein Einzelkind großziehen will, kommt ca. 2,5 Jahre später ein zweites Kind in die kleine Familie. **Folie 5+6**

**Wie** schon **Generationen vorher**, so ist auch hier in unserer kleinen Geschichte erneut ein **PROJEKT FAMILIE** mit einer langen Laufzeit **gestartet**.

Die **Wünsche und Ziele** sind **sehr hoch gesteckt**: alle sollen sich **wohlfühlen**, man will **füreinander da sein**, die Familie soll ein **Ort des Rückzugs und der Geborgenheit** für alle sein; die **Kinder** sollen **behütet, optimal gefördert und in Sicherheit aufwachsen**, erfolgreich die **Schule**

durchlaufen, lebensstauglich werden und eine gute **Berufsausbildung** erhalten, mit der sie wiederum erfolgreich sind und **gutes Geld verdienen**. Daneben kommen evtl. noch eine Reihe unausgesprochener und **unbewusster Wünsche**.

**Wie schaffen die Eltern das eigentlich immer wieder?** Unsere Gesellschaft verlässt sich darauf, dass **durch die Sozialisation** der Kinder in den Familien und die damit verbundene **Weitergabe der Rollenmuster** (Vater, Mutter, Kind) an die nächste Generation der Bestand der Familien tradiert wird. Offensichtlich ist „**Familie zu leben**“ doch nicht so einfach, sonst gäbe es in den Buchhandlungen nicht so viele Regale voller Erziehung- und Familienratgeber.

**Das Leben ist bunt und die Familien sind es ebenso!!** **Folie 7**

→ Schaut man sich Familien einmal genauer an, so wird man keine finden die genau so ist wie eine andere. Bei aller anscheinenden Individualität gibt es bei sozialpsychologischer Betrachtung aber eine Reihe von **wirksamen Grundmustern**.

Um den Geheimnissen des zwischenmenschlichen Handelns auf die Spur zu kommen, wurde im Lauf der Geschichte nicht nur von Soziologen immer wieder das **Gleichnis vom Menschen als Rollenspieler** herangezogen. So hören wir immer wieder Sätze wie „Sie nimmt ihre Rolle sehr ernst“ – Wir brauchen im Büro Jemanden, der die Rolle des Vermittlers übernimmt“- „Herr/Frau X ist gestern Abend ganz schön aus der Rolle gefallen“ oder „ Sie geht ganz in ihrer Rolle auf“ usw.

**1. Grundmuster:** In unserer Gesellschaft nehmen wir alle **verschiedene soziale Positionen** ein. Schon bei unserer Geburt erhalten wir die soziale **Position Tochter oder Sohn** zugeschrieben. Komplementär dazu entstehen die **Positionen Mutter und Vater**. Sie sind ebenfalls sogenannte zugeschriebene Positionen, d.h., wir behalten sie ein Leben lang. Wir können sie verändern, aber niemals ganz ablegen.

In dieser Zeit wurde den jungen Eltern noch suggeriert „Man muss nur wissen, was sich gehört“, also beachten, wie eine Mutter und ein Vater zu sein haben, dann klappt das schon mit der Familie. Dieses Denken ist heute sicherlich auch noch vorzufinden. Aber gab es diese vermeintliche Eindeutigkeit jemals in Reinform!?

In den 1970er Jahren kritisierte der **Sozialisationsforscher Lothar Krappmann** diese traditionelle Rollentheorie und entwickelte das Rollenkonzept des soziologischen **Interaktionismus**. Auch er geht davon aus, dass unser Handel im Rahmen von Rollen verläuft.

- **In der Interaktion miteinander** tauschen die Menschen sich über Ansprüche, Wünsche und Bedürfnisse aus und entwickelt so **ihre Identität** über **Sprache, Gestik und Mimik**.
- **Rollenerwartungen sind nicht eindeutig!** Charakteristisch ist vielmehr, dass Rolleninhaber auf **unklare Erwartungen** stoßen.
- **Die Rollennormen sind grundsätzlich interpretationsbedürftig und teilweise sogar widersprüchlich.** (vgl. Lothar Krappmann)
- Beispiel: **Die anhaltende Diskussion um die Berufstätigkeit**

### **von Müttern in unserer Gesellschaft.**

Was damit gemeint ist dürfte Ihnen, liebe Zuhörerinnen und Zuhörer, leicht klar werden, wenn Sie an die öffentliche Diskussion der vergangenen Jahrzehnte zur Frage der **BERUFSTÄTIGKEIT VON MÜTTERN** denken. Die Frauen sollten sich **emanzipieren** und ihre **Eigenständigkeit** und **Unabhängigkeit** erhalten. Sie sollten ihren **Anteil am Familieneinkommen** aufbringen und sahen sich auf der anderen Seite der Gefahr der Verunglimpfung als **RABENMÜTTER** ausgesetzt.

„**Da muss man sich eben entscheiden!!**“ werden einige von Ihnen jetzt denken. Ja, wir leben in einer Zeit der **vielfältigen Möglichkeiten**, die zu **verschiedenartigen Lebensentwürfen und Lebensformen** führen. Und das ist gut so! Diese Tatsache macht aber auch **Druck** und nötigt uns ständig ab, uns für das Eine oder Andere **zu entscheiden**.

Wir können aber „Rollen“ vielfach nicht frei wählen, sondern sie werden uns vielfach übertragen. Menschen sind z.B. nicht nur beruflich tätig, sie sind zugleich Eltern und Kinder ihrer –vielleicht pflegebedürftigen- eigenen Eltern, sind in Vereinen engagiert, bewegen sich in bestimmten Freundeskreisen, in der Familie der Schwiegereltern, pflegen bestimmte Hobbys usw.. Diese teilweise

sehr unterschiedlichen Rollen-Erwartungen, die alle gelebt werden müssen, lassen sich nie ganz voneinander trennen.

**Wir brauchen Möglichkeiten zur Identifikation, um aktiv und engagiert am gesellschaftlichen Leben teilnehmen zu können**

## 2. Grundmuster

Folie 9

Bewusst und unbewusst „suchen“ wir Dinge, Aufgaben, Bereiche und auch Vorbilder im Leben, die zu uns passen, weil wir sie gut finden. Mit denen **identifizieren wir uns** und nehmen sie in unsere **Persönlichkeit auf**. Darüber entsteht unsere **Identität als Person**.

Diese individuelle Identitätskonstruktion ist notwendig, weil wir dadurch unsere menschlichen **Grundbedürfnisse nach Anerkennung und Zugehörigkeit** befriedigen.

Dabei **vergleichen wir uns ständig** mit den Personen in unserer Umgebung.

Wir wollen herausfinden und sicherstellen, dass wir **mithalten können**, mit dem was „IN“ ist, wozu wir gehören wollen, wo wir uns **individuell verorten**.

**Gleichzeitig** muss es aber auch zu unseren **subjektiven Bedürfnissen** passen. Es geht immer um die Herstellung einer „**Passung**“ für einen selbst.

Folie 10

**Bei der Identität geht es also um die fundamentalen Fragen: Wer bin ich? Wie sehe ich mich und wie sollen mich die anderen wahrnehmen?**

Lothar Krappmann führt aus, dass sich jedes Individuum bei der Interaktion mit anderen mit **zwei Dimensionen der Identität auseinandersetzen** muss: Die Ereignisse, die wir im Laufe unserer Lebenszeit (vertikale Zeitdimension) auf uns eingewirkt haben, können zu einer „**personalen Identität**“ zusammengefasst werden. In einer horizontalen Dimension werden die nebeneinander aktualisierbaren Rollen zu einer „**sozialen Identität**“ vereint.

Schaubild Seiltänzer

„Die personale oder persönliche Identität stellt also den Versuch dar, unverwechselbar ich selbst zu sein, mich von anderen zu unterscheiden, meinen eigenen Bedürfnissen zu entsprechen, eine persönliche Linie durchzuhalten.

Die soziale Identität ist der Versuch, normierten Erwartungen anderer zu entsprechen, nicht aufzufallen, ununterscheidbar zu sein, den Zusammenhalt mit anderen nicht durch Extravaganzen zu gefährden.“ (Erhard Meueler, Milow 1999)

Das Ergebnis dieses Balanceaktes, den wir immer wieder in uns vollführen müssen hat Lothar Krappmann die **Ich-Identität** genannt.

→ **Schauen wir doch nochmal auf unser junges Liebespaar vom Anfang.** Die haben die hier skizzierte Entwicklung und Sozialisation ebenfalls durchlebt.  
**Schaubild Identität im Spannungsfeld**

Als sie **heirateten** haben sie die **Rolle des Ehepartners** übernommen und sich entschieden, nun gemeinsam durch das weitere Leben zu gehen. Dadurch haben sie **ihre personale Identität** erweitert und einen **neuen Lebensabschnitt** eingeleitet. Weiterhin ist anzunehmen, dass die **soziale Identität stark mit ihrer Berufsrolle** zusammenhängt.

## **Stolpersteine und Baustellen im Beziehungsleben Folie 12**

Die **Geburt des ersten Kindes verändert das Leben** des nur auf sich konzentrierten Paares **radikal!** Das Kind braucht und verlangt eine Menge Aufmerksamkeit. Die Veränderungen schlagen auch in den Gefühlsbereich durch: Die Liebe muss quasi aufgeteilt werden in die **Liebe zum Kind** und die **Liebe zum Partner**. Der **Kreislauf des Lebens dreht sich erneut und in der kleinen Familie ziehen die ersten Wolken auf**, weil sich die Partner vernachlässigt (Ich bin auch noch da!) oder nicht genügend unterstützt fühlen. (Wie soll ich das alles schaffen? Der Tag ist zu kurz!)

Bedingt durch die **Schwangerschaftserfahrung sowie die intensive Zweisamkeit zwischen Mutter und Kind in der Stillphase**, ist in der Regel die **Identifikation der Frau mit der Mutterrolle größer, intensiver als die der Männer mit ihrer neuen Vaterrolle**. Es ändert sich langsam, aber in ihrer Generation dürfte es noch überwiegend so gewesen sein, dass sich die Eheleute auf folgende Schwerpunkte bei der Verteilung der „**Managementaufgaben**“ geeinigt haben: **Vater** kümmert sich um die große **Politik** und managt das **Berufsleben**, bringt das **Geld** mit nach Hause und die **Mutter managt den „kleinen aber aufstrebenden“ Betrieb Familie und kümmert sich intensiv (manchmal auch aufopfernd) um die Entwicklung und Erziehung der Kinder**. Vater kommt unterstützend dazu, wenn er Zeit hat.

Um ihre Aufgabe überzeugend und **erfolgreich auszuführen blieb den Müttern meist gar nichts anderes übrig, als sich mit der Mutterrolle stark zu identifizieren**. Hatten sie ihre eigene Berufstätigkeit aufgegeben oder stark zurück genommen, dann war es umso wichtiger aus dieser Aufgabe auch die **Beachtung, Anerkennung und Wertschätzung zu bekommen, die sie für die Ausbalancierung ihrer Ich-Identität brauchten**.

Die Intensität der **Identifikation mit der Mutterrolle** über einen Erziehungszeitraum von **mehr als 20 Jahren**, die eine Frau erlebt, ist m.E. durchaus vergleichbar mit der **Identifikation eines Mannes mit seiner Berufsrolle**.

→ **Irgendwann ist es dann soweit** Foto Ich bin dann mal weg **Folie 13**

Das **erste der Kinder verlässt das Haus** auf Dauer. **Natürlich macht das was mit den Eltern**. So wie die Kinder das Leben und die **Gefühle der Eltern** durcheinander gebracht haben, als sie in die Familie kamen, **tun sie das ebenfalls, wenn sie sie verlassen**. Solange noch jüngere Kinder da sind, lässt sich vielleicht der **Abschiedsschmerz noch klein halten**, da das Familienleben ja noch weiter geht.

**Viel gravierender und mit stärkeren Gefühlsregungen ist der Auszug des jüngsten Kindes begleitet.** **Folie 14**

**Zunächst** überwiegt die **Freude** darüber, dass man jetzt **endlich viel Zeit** zur Verfügung hat, um sich mit der **Freundin / mit Freunden zu treffen, einen Termin bei der Kosmetikerin zu machen und in die Sauna zu gehen**. Doch dann ist es auf einmal **viel zu ruhig in der Wohnung**. Man fängt an das **zu vermissen, was vorher häufiger Ärger gemacht hat**, wie z. B. die viel zu **laute Musik** aus dem Kinderzimmer.

**Wundern Sie sich also nicht allzu sehr**, wenn ihnen ihre Gefühle und Selbstwahrnehmungen in dieser Phase **widersprüchlich** erscheinen. Besonders Mütter, die **viele Jahre vorrangig in der Erfüllung von Familienangelegenheit ihren Lebensinhalt gesehen haben**, tun sich schwer, weil ihnen eine **große Aufgabe plötzlich wegbriecht** und sie sich dann wieder auf die eigenen Bedürfnisse beziehen **müssen**. Das eigene Leben muss neu ausgerichtet werden.

Der Brasilianische Schriftsteller Paulo Coelho hat diese menschliche Eigenart mal so zusammengefasst: „**Der Mensch will immer, dass alles anders wird, und gleichzeitig will er, dass alles beim Alten bleibt.**“

In der Psychologie bezeichnet man solche Zwiespältigkeit mit dem Begriff **Ambivalenz**. Darunter versteht man das Vorherrschen von inneren Spannungen, die durch das Nebeneinanderbestehen von gegensätzlichen Wünschen, Gefühlen und Vorstellungen hervorgerufen werden. Das Gegenwort zu **Ambivalenz** ist **Eindeutigkeit**.

Die **Umstellungen und Neueinrichtungen** nach einem solchen Auszug **brauchen Zeit**, das werden auch die Kinder in ihrer neuen Umgebung auf ihre Art merken. Sie begeben sich in einen **neuen Abschnitt in ihrem Lebenszyklus**. Hilfreich ist es im Austausch mit Freunden/Freundinnen oder in Selbsthilfegruppen Hilfe zur Situationsklärung zu erhalten.

## Hilfen zur Bewältigung und Neueinrichtung

Folie 15

Also, **vom Kopf her wird das alles als normaler Vorgang angesehen**, womit jeder fertig werden muss. **Verstehen ist das Eine, Gefühle sind das Andere. Beide stimmen längst nicht immer überein.** Anfangs lähmt die Trauer die Verarbeitung. Diese Trauer darf aber auch sein und sollte nicht unterdrückt werden. **Bild Schmetterlinge** „Denn Abschied nehmen bedeutet immer ein wenig sterben.“ Es wird leichter, wenn man die Traurigkeit zulassen kann.

Zur Verarbeitung hilft auch, wenn beide Parteien über etwas entwicklungspsychologisches Wissen verfügen, und es sich zur gegebenen Zeit bewusst machen.

→ **In jedem Alter stehen Entwicklungsaufgaben an um die man nicht herumkommt!**

Folie 16

Eine dieser Entwicklungsaufgaben die hier gemeint sind, haben sie sicherlich noch gut in Erinnerung: **die Pubertät**. Wie **schwierig und anstrengend** für alle Betroffenen diese Phase ist, brauche ich ihnen nicht nochmal erklären. **Diese Phase ist aber** für die Entwicklung eines Menschen zwingend notwendig. Nicht nur weil hier **die Geschlechtsreife** einsetzt; in stürmischer Form beginnt hier ebenfalls die Klärung der wichtigen Fragen: **Ich bin kein Kind mehr: Wer und wie will ich jetzt sein?**

In ruhigerer Form geht dieser Prozess weiter, ihre Töchter und Söhne kommen in die **Phase, die Adoleszenz** genannt wird. Dies ist der Zeitraum, in dem das Kind bzw. der Jugendliche die Lebenseinstellungen und Wertvorstellungen der Eltern kritisch überprüft, um zu sehen, was für die selbstverantwortliche Lebensgestaltung brauchbar und was zu korrigieren ist. Damit verbunden ist der Einstieg in die **Ablösungsphase**, die auf den Übertritt in die selbstverantwortliche Gestaltung des eigenen Lebens abzielt. Sie ist mit **Ablösungskonflikten** verbunden und markiert auch das **Ende des Erziehungsauftrages**. **Das alles ist ganz wichtig zum Erwachsenwerden!!**

Das Verstehen von Zusammenhängen hilft also beim Umgang mit den Gefühlen. **Doch für manche sind die Gefühle übermächtig stark**. Und wenn sie kein Verständnis für ihre Empfindungen in dieser Situation bekommen, dann **leiden still und heimlich, was zum Empty-Nest Syndrom führen kann**.

→ **Das Empty-Nest-Syndrom** Foto mit leerem Nest (eigenes) Folie 17

Unter diesem Begriff ist das Phänomen wissenschaftlich untersucht worden. Der Begriff dient auch als Diagnose für ein **Anpassungsproblem in dieser spezifischen Übergangsphase** im Lebenszyklus einer Mutter oder eines Vaters (was aber seltener vorkommt).

Das Wort **Syndrom** bezeichnet das gleichzeitige, gemeinsame Auftreten verschiedener Symptome oder Merkmale. **Es ist somit ein Symptomenkomplex**. Dahinter können beim gleichartigen Symptomkomplex evtl. verschiedene Ursachen aber auch ein **gemeinsamer Auslöser stecken**, wie eben der Auszug der Kinder.

**Solche Symptome sind** z.B. innere Unruhe, Grübeln, zielloses Handeln, Beklemmungen, sich überflüssig fühlen, Schlafstörungen, wie wachliegen und horchen, ob die Kinder endlich unversehrt nach Hause kommen (obwohl sie ja schon ausgezogen sind). Sich steigende Ängste um die Kinder in der Ferne und die eigene Zukunft. Ständige Telefonate und andauerndes Einmischen in die Belange der Kinder usw.

**Was kann man/frau für sich tun?**

Folie 19

**Wie kann sinnvoll mit den Situationen umgegangen werden?**

Bei den meisten Frauen fällt der Auszug der Kinder leider in die Zeit der **Wechseljahre**. Viele gehen zum Arzt und berichten ihm von ihrer Niedergeschlagenheit. Häufig werden dann eine **depressive Phase diagnostiziert** und Tabletten –oft **Antidepressiva**- verschrieben. Wenn diese Beschwerden jedoch nicht mit den Lebenszusammenhängen in Verbindung gebracht und durch psycho-soziale Maßnahmen unterstützt werden, dann werden die Medikamente mit großer Wahrscheinlichkeit auch nicht helfen. Schlimmstenfalls droht eine **„Tabletten-Karriere“**.

→ Was kann man tun? Wie kann man sinnvoll mit den Situationen umgehen?

- Gehen Sie **offen mit ihren Gefühlen und Gedanken** um, sprechen sie darüber. Vermitteln sie den Kindern, dass sie **zwar stolz** auf sie sind, aber **gleichzeitig auch betrübt** sind.

- Hilfreich ist, wenn der Traurigkeit **beim Abschied mit einem Ritual** begegnet wird → schon immer wird der Abschied aus dem **Kindergarten** und aus der **Schule** mit einem **Abschlussfest** begangen, das erleichtert es allen enorm den **Lebensabschnitt abzuschließen und von Bezugspersonen Abschied zu nehmen**. Warum also nicht auch zuhause eine **Abschiedsparty** mit Überraschungsgästen veranstalten.



## **Neue Perspektiven und neue Ziele sind wichtig! Folie 20**

- Im günstigen Fall richtet sich **das Paar gemeinsam neu** aus; **neue Ziele**, Urlaube mit dem Wohnmobil, Tanzkurse, Fotografieren etc., **Aktivitäten helfen gegen die Traurigkeit und Ohnmachtsgefühle**

- **erinnern sie sich wieder daran**, was sie mit **Anfang 20** gerne gemacht haben und **greifen sie es wieder auf**; und /oder beginnen sie eine **Weiterbildung**, um sich beruflich wieder zu qualifizieren.

- Neue Perspektiven sind wichtig; dazu gehört auch, das **alte Kinderzimmer zu verwandeln; aus dem Kinderzimmer darf ruhig ein nettes Gästezimmer** werden, da die Kinder es selber auch nur noch als gern gesehene Gäste wieder betreten werden; oder Nähzimmer oder Handwerkerzimmer; so verhindern sie, dass aus dem Kinderzimmer so eine Art Mausoleum wird. ...

## **Durch die Zäsur kommen häufig noch andere „Lebensabschnittsthemen“ auf:**

**Folie 21**

- durch die Zäsur kommen häufig noch andere Themen hoch, ich nenne sie **„LEBENSABSCHNITTSTHEMEN“**, wie das **eigene Älterwerden**, die **Endlichkeit des Lebens**, die **Pflegebedürftigkeit der eigenen Eltern** sowie die Frage, wie lässt sich das **Verhältnis zu meinen erwachsenen Kindern sinnvoll gestalten**

- ebenfalls erfolgt ein **Umbruch auf der Paarebene**: Die **Phase ist für die Zweierbeziehung der Ehepartner ähnlich kritisch, wie sie nach der Geburt des ersten Kindes schon einmal war**. **Nicht selten kommt es zur Ehekrise und die Trennungshäufigkeit steigt in dieser Zeit an.**

## **Wann ist professionelle Hilfe angesagt? Folie 22**

- Problematisch wird es dann, **wenn sie die Kinder für ihre Gefühle verantwortlich machen** oder in **ihrer Trauer in der Vergangenheit „kleben“ bleiben**.

In manchen Familien betrachten sich **Mütter als Opfer**, wenn das Kind eigene Wege geht. Sie fühlen sich von ihnen **verlassen und undankbar** und teilen das den Kindern auch direkt oder unterschwellig mit. Das dieser Zuschreibung zugrunde liegende Problem ist meistens schon viele Jahre zuvor entstanden und noch nicht geklärt.

→ Wenn also die Ambivalenzen, die **Zwiespältigkeiten bleiben, die niedergeschlagene Stimmung sich nicht aufhellen lässt, stattdessen persönliche Fragen drängender werden, dann ist es angezeigt** psychologische Hilfe, wie z.B. eine **Lebensabschnittsberatung** in Anspruch zu nehmen um **Klarheit zu schaffen**. D.h., herauszufinden, wo die alten oder neuen Bedürfnisse verborgen liegen, die aus der Krise eine Chance werden lassen.

## **Ablösung als normale Lebensabschnittsaufgaben Folie 23**

→ Schaffen die **Eltern sich weiter zu entwickeln**, dann können auch die Kinder wieder von Ihnen **als Vorbilder** profitieren. Sie leben ihnen vor, dass die **Lebensabschnittsaufgaben „normale“ Vorgänge** sind, die von jedem in seiner Phase **persönlichkeitsfördernd gemeistert werden müssen**.

→ **Lassen** die Eltern die **Ablösung für sich und ihr Kinder zu**, dann treffen die Kinder bei ihren **Kontakten** und Besuchen **auf gereifte und entspannte** Eltern.

→ Erst die **gelungene Ablösung** in der Adoleszenz **ermöglicht eine erneute emotionale Hinwendung zu den Eltern auf einer veränderten Beziehungsebene**. (nach Helm Stierlin, Entwicklungspsychologe)

## **Und wenn's ganz anders läuft? Folie 24**

**Foto mit Mann im großen Vogelnest**

Wenn Sie merken, dass sie dieses Problem haben, dann haben sie die vorher behandelten zwar nicht, aber auch ein schwerwiegendes, welches dringend geklärt werden müsste. Dazu aber ein andermal mehr ....

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

Falls Sie noch Fragen haben, sprechen Sie mich an. Sie finden mich gleich wieder an meinem Messestand Nr. 10