

## Empfehlungen für Zweitehen und Stieffamilien

aus dem empfehlenswerten Buch von Hans Jellouschek "Wie Partnerschaft gelingt - Spielregeln der Liebe"

---

Unter Stieffamilien verstehen wir hier Familien, in denen einer der Ehe- bzw. Lebenspartner nicht leiblicher Elternteil der Kinder ist, und ein leiblicher Elternteil der Kinder wegen Trennung oder Scheidung ausserhalb lebt.

- **Es ist schwer, Menschen, die man nicht gut kennt, in sein "Reich" hineinzulassen, und es ist schwer, als "Neuer" in eine bereits bestehende Gruppe hineinzukommen.**

*Empfehlung:*

Beziehen Sie, wenn es irgendwie möglich ist, eine neue Wohnung oder ein neues Haus. Dann muss sich niemand als Eindringling fühlen, und niemand muss sein Territorium verteidigen.

- **Der leibliche Elternteil gerät leicht zwischen dem neuen Partner und seinen eigenen Kindern in die Zwickmühle, in Loyalitätskonflikte.**

*Empfehlung an den leiblichen Elternteil:*

Geben Sie der neuen Partnerschaft Raum und Zeit, damit sie sich vertiefen kann, Sie tun damit auch für Ihr eigenes Kind das Beste, weil Sie für Stabilität in der Paarbeziehung sorgen.

- **Stiefbeziehungen sind keine gewachsenen Beziehungen, weil sie keine gemeinsame Geschichte haben.**

*Empfehlung an den Stiefelternteil:*

*Tun Sie gezielt etwas für den Aufbau dieser Beziehungen. Unternehmen Sie allein etwas mit Ihren Stiefkindern, und fangen Sie mit dem an, was sowohl den Kindern als auch Ihnen Spass macht*

*Empfehlung an alle:*

Lassen Sie sich Zeit beim Aufbau dieser Beziehungen. Beziehungen lassen sich nicht herstellen, sie müssen wachsen, und Wachstum braucht Zeit. Haben Sie nicht den Anspruch, einander sofort "lieben" zu müssen.

- **Die Wiederheirat wird von den anwesenden Kindern oft als Verlust der alten Familie und als Gefährdung der Beziehung zum leiblichen Elternteil erlebt.**

*Empfehlung an den leiblichen Elternteil in der Stieffamilie:*

Pflegen Sie die Beziehungen in der alten Restfamilie, indem Sie mit Ihren leiblichen Kindern allein eigene Unternehmungen starten.

*Empfehlung an den Stiefelternteil:*

Tolerieren Sie diese Sonderunternehmungen, auch wenn Sie vorübergehend davon ausgeschlossen sind.

- **In Stieffamilien haben mehrere oder alle einen schweren Verlust hinter sich. Und alle leben am Anfang in einer unsicheren Situation. Gereiztheit, Wutausbrüche, abweisendes Verhalten und Muffigkeit sind oft darauf zurückzuführen.**

*Empfehlung:*

Nehmen Sie Abschied von der Vorstellung, Ihre Stieffamilie müsste eine harmonische Familie sein. Haben Sie Verständnis dafür, dass in Ihrer Familie die Gefühlswogen besonders hoch und tief gehen. Rechnen Sie damit, dass diese von unverarbeiteten Trauerprozessen oder von der allgemeinen noch nicht überwundenen Unsicherheit herrühren.

- **Für die Entwicklung der Kinder ist die Beziehung zu beiden leiblichen Eltern von grosser Bedeutung.**

*Empfehlung an den leiblichen Elternteil:*

Sorgen Sie für einen regelmässigen Kontakt Ihres Kindes zum getrennten Elternteil, auch wenn dies gewisse Unruhe in die Familie bringt und alte Verletzungen dadurch berührt werden.

- **Kinder in Stieffamilien geraten leicht in Loyalitätskonflikte zwischen ihrer Stieffamilie und dem getrennten leiblichen Elternteil.**

*Empfehlung an den leiblichen Elternteil:*

Verhandeln Sie in Sachen, die das Kind betreffen, direkt mit dem getrennten Partner, und benutzen Sie nicht das Kind als Zwischenträger. Bemühen Sie sich um einen achtungsvollen Kontakt zum getrennten Partner, und vermeiden Sie in Anwesenheit des Kindes abfälliges Reden über ihn. Damit helfen Sie dem Kind, sich innerlich nicht hin- und hergerissen zu fühlen zwischen seinen beiden Eltern.

- **Stieffamilien sind Familien ohne eine gemeinsame Geschichte.**

*Empfehlung:*

Unternehmen Sie eigene Anstrengungen zur Entwicklung neuer Gewohnheiten. Traditionen und Verhaltensregeln. Dafür eignen sich, vor allem anfangs, regelmässige Familienkonferenzen, in denen alle zu Wort kommen. Besonders wichtig ist dies bei Familien mit Teenagern.

- **Es ist schwierig für den Stiefelternteil, den Stiefkindern gegenüber eine Rolle zu finden.**

*Empfehlung an den Stiefelternteil:*

Seien Sie, besonders am Anfang, sehr zurückhaltend in der Übernahme von Erzieherfunktionen. Übernehmen Sie sich nicht, bevor nicht eine persönliche, liebevolle Beziehung zum Stiefkind gewachsen ist. Versuchen Sie nicht, zum getrennten leiblichen Elternteil in Konkurrenz zu treten. Sie werden sonst den Kürzeren ziehen. Versuchen Sie eher, ein älterer Freund, eine ältere Freundin für das Kind zu sein, als Vaters oder Mutters Stelle einzunehmen.

*Empfehlung an den anwesenden leiblichen Elternteil:*

Fühlen Sie sich für die Erziehung Ihrer Kinder selber voll zuständig, und locken Sie durch eigene Hilflosigkeit den Partner nicht in eine Erzieherrolle, an der er scheitern muss.

- **Sexualität hat in Stieffamilien einen anderen Stellenwert, weil sie durch das Inzesttabu nicht so geschützt ist wie in Normalfamilien.**

*Empfehlung:*

Seien Sie sich dieser ungeschützten Situation bewusst, und verstehen Sie von daher Ängstlichkeiten und Überempfindlichkeiten, z.B. bei Heranwachsenden. Sprechen Sie als Paar immer wieder über Ihre Beobachtungen und Gedanken zu diesem Punkt, und tabuisieren Sie da Thema nicht.