

# STRATEGIE-HANDBUCH FÜR GESPRÄCHE MIT FORDERNDEN ELTERN



## Strategie-Handbuch: Professionelle Gesprächsführung mit fordernden Eltern

Dieses Praxishandbuch unterstützt Kinder- und Jugendlichentherapeut:innen sowie beratende Fachkräfte bei der souveränen Steuerung hochbelasteter Elterngespräche. In der therapeutischen Arbeit mit Kindern ist das Familiensystem die entscheidende Ressource für nachhaltige Entwicklungsschritte. Gleichzeitig entstehen in Elterngesprächen häufig Spannungen durch Schuldgefühle, Ohnmacht oder Überforderung der Bezugspersonen. Dieses Manual vermittelt ein klares Phasenmodell, zielgerichtete Deeskalationstechniken für drei typische Dynamiken sowie konkrete Instrumente für die therapeutische Gesprächsvorbereitung und Selbstreflexion.



### Systemischer Blick:

Verstehen elterlicher Abwehr als Schutzmechanismus und Ausdruck von Hilflosigkeit.



### Methodensicherheit:

Strukturierte 5-Phasen-Gesprächsführung vom Rapport bis zur verbindlichen Vereinbarung.



### Interventionsbausteine:

Konkrete Formulierungshilfen für Verleugnung, Aggression und Kooperationsblockaden.



### Fachliche Selbstfürsorge:

Reflexionsraster zur emotionalen Vorbereitung und klaren Rollenabgrenzung.



## Klinischer Grundsatz

Widerstand und Abwehr bei Eltern sind in der Regel kein böser Wille gegenüber dem Therapeuten, sondern unbewusste Schutzreaktionen gegen massive Scham-, Versagens- oder Schuldgefühle bezüglich des eigenen Kindes.

# Das 5-Phasen-Modell der Elterngesprächsführung

## Das 5-Phasen-Modell für gelingende Elterninteraktionen



Struktur gibt Sicherheit – sowohl den verunsicherten Eltern als auch der Fachkraft. Durch das schrittweise Durchlaufen klar definierter Phasen wird verhindert, dass Gespräche in Vorwürfe oder emotionale Sackgassen abdriften.

- ✓ Sitzungsdauer auf 50 Minuten begrenzen und transparente Zeiteinteilung zu Beginn ankündigen.
- ✓ Keine Interventionsversuche starten, solange die Beziehungsbasis nicht stabilisiert ist.
- ✓ Ambulante Hilfen und Vereinbarungen als handlungsleitende Hausaufgaben schriftlich fixieren.



## Praxis-Tipp für das Zeitmanagement

Kündigen Sie bereits bei der Begrüßung an: „Wir haben heute 50 Minuten Zeit. In den ersten 20 Minuten hören wir uns genau an, wie es Ihnen geht, und die letzten 15 Minuten nutzen wir für ganz konkrete nächste Schritte.“

### 1 Beziehungsaufbau & Framing



Transparenter Rahmen, Validierung der Anwesenheit ("Vielen Dank, dass Sie sich heute die Zeit nehmen") und Klärung des gemeinsamen Ziels: das Wohl und die Entlastung des Kindes.

### 2 Perspektivübernahme & Validierung



Aktiv zuhören, emotionale Lasten der Eltern spiegeln und elterliche Belastung anerkennen, ohne vorschnell Gegenargumente zu formulieren.

### 3 Diagnostischer Befund & Translation



Fachliche Beobachtungen und kindliche Symptome wertneutral, phänomenologisch und ohne pädagogisierende Schuldzuweisungen vermitteln.

### 4 Ko-Konstruktive Lösungsfindung



Erziehungskompetenzen der Eltern aktivieren: Fragen nach bestehenden Stärken und Ressourcen ("Was hat in der Vergangenheit schon einmal für Ruhe gesorgt?").

### 5 Verbindliche Zielvereinbarung



Vereinbarung einer mikroskaligen, leicht umsetzbaren Aufgabe für den Familienalltag inklusive eines klaren Notfall- und Unterstützungsszenarios.



# Kernszenario 1: Verleugnung von Auffälligkeiten



## Szenario 1: Verleugnung und Bagatellisierung von Auffälligkeiten

Typische Haltung der Eltern: „Zuhause klappt alles wunderbar, die Schule übertreibt maßlos“ oder „Das wächst sich von alleine aus, er ist eben ein echter Junge“. Hinter dieser Bagatellisierung verbirgt sich meist die Furcht vor Stigmatisierung und dem Eingeständnis eigener Hilflosigkeit.

### Vorgehen

- ☐ Symptome als Bewältigungsversuche des Kindes umdeuten (Reframing), nicht als Versagen der Erziehung.
- ☐ Beobachtungsdaten neutral und konkret beschreiben (Tagebuch, standardisierte Verhaltensprotokolle), statt subjektive Wertungen abzugeben.
- ☐ Ressourcenorientierte Fragen stellen: „In welchen Situationen zu Hause gelingt es Ihrem Kind besonders gut, ruhig zu bleiben?“

2

## Beispielhafte Gesprächsführung



### Eltern:

„Zuhause klappt alles wunderbar, die Schule übertreibt maßlos. Das wächst sich von alleine aus, er ist eben ein echter Junge.“

### Therapeut:

„Ich erlebe Sie als Eltern, denen das Wohl Ihres Sohnes unglaublich am Herzen liegt. Lassen Sie uns nicht darüber streiten, wer recht hat. Lassen Sie uns gemeinsam schauen, warum die Anforderungen der Schule ihn aktuell so viel Kraft kosten und wie wir ihn gemeinsam entlasten können.“



### Deeskalations-Formulierungshilfe

### Tipp

**Therapeut:** „Ich erlebe Sie als Eltern, denen das Wohl Ihres Sohnes unglaublich am Herzen liegt. Lassen Sie uns nicht darüber streiten, wer recht hat. Lassen Sie uns gemeinsam schauen, warum die Anforderungen der Schule ihn aktuell so viel Kraft kosten und wie wir ihn gemeinsam entlasten können.“

3

## Wie reagieren Sie, wenn Eltern die Auffälligkeiten des Kindes weiterhin strikt abstreiten?



1

Eltern blockieren jeden Befund und zweifeln Testergebnisse an



### Handlungsempfehlung

Vermeiden Sie Rechthaberei. Wechseln Sie auf die Belastungsebene: „Unabhängig von Diagnosen: Wie erleben Sie die Kraftreserven Ihrer Familie aktuell im Alltag?“

2

Eltern zeigen punktuell Sorge, schämen sich jedoch für das Verhalten



### Handlungsempfehlung

Normalisieren Sie Entwicklungsherausforderungen: „Sehr viele Familien durchleben solche intensiven Phasen. Sie sind damit nicht allein, und es bedeutet keineswegs, dass Sie etwas falsch gemacht haben.“

# Kernszenario 2: Aggressive Abwehrhaltung & Deeskalation



2

## Szenario 2: Aggressive Abwehrhaltung und Vorwürfe an das Behandlungsteam



Typische Äußerungen: 'Sie haben doch gar keine eigenen Kinder!', 'Seit der Therapie ist alles nur noch schlimmer geworden!' oder 'Sie reden der Schule ja nur nach dem Mund!'. Aggression ist hier ein primärer Schutzwall gegen Versagensängste und das Gefühl von Kontrollverlust.

- ✓ **Metakommunikation anwenden:** Den emotionalen Zustand spiegeln, ohne die aggressive Form inhaltlich zu kontern.
- ✓ **Eigene physiologische Erregung regulieren:** Ausatmen, Schultern senken, Sprechtempo bewusst verlangsamen.
- ✓ **Schutzgrenzen setzen:** Beleidigungen und Grenzverletzungen klar und ruhig stoppen, ohne die Zusammenarbeit aufzukündigen.



### Grenzsetzende Formulierung bei Lautstärke

„Ich merke, wie verzweifelt und wütend Sie diese Situation macht, und ich möchte genau verstehen, was Sie so aufbringt. Damit ich Ihnen wirklich zuhören kann, brauche ich aber eine ruhige Stimmlage von uns beiden.“

?

## Welche Intervention wählen Sie bei aggressiver Vorwurfshaltung?

1

### Eltern greifen Ihre fachliche Kompetenz direkt an



#### Werten Sie den Angriff nicht ab:

„Ich höre, dass Sie sich die bestmögliche Hilfe für Ihr Kind wünschen. Genau dieses gemeinsame Ziel verbindet uns. Lassen Sie uns klären, was sich bisher für Sie noch nicht stimmig anfühlt.“

2

### Eltern werden persönlich abwertend oder laut



#### Unterbrechen Sie transparent:

„An dieser Stelle müssen wir kurz innehalten. Ich bin gern für Ihr Anliegen da, aber ein respektvoller Ton ist Voraussetzung für unser weiteres Gespräch. Können wir kurz durchatmen?“



# Kernszenario 3:

## Mangelnde Kooperationsbereitschaft & Passivität



3

### Szenario 3: Mangelnde Kooperationsbereitschaft und passive Passivität



#### Typische Verhaltensmuster:

Hausaufgaben und Beobachtungsbögen werden konsequent "vergessen", Termine kurzfristig abgesagt oder Zusagen mit einem gleichgültigen "Wir haben dafür einfach keine Zeit" abgetan. Meist liegt eine massive chronische Erschöpfung des Familiensystems zugrunde.



#### Praktische Handlungsschritte / Mikro-Interventionen

- ☐ Aufgaben drastisch vereinfachen (Mikro-Interventionen von 2–3 Minuten pro Tag statt komplexer Trainingspläne).
- ☐ Entlastung vor Leistung: Zuerst nach den Kraftquellen und Entlastungsmöglichkeiten der Eltern fragen.
- ☐ Verdeckte Hürden transparent machen: "Was stand Ihnen diese Woche am meisten im Weg?"



#### Formulierung bei Vergessen von Vereinbarungen

„Dass der Bogen nicht ausgefüllt wurde, zeigt mir vor allem eines: Ihr Alltag ist aktuell bis zum Anschlag gefüllt. Lassen Sie uns nicht über Versäumnisse sprechen, sondern überlegen, wie wir die Aufgabe so winzig machen, dass sie ohne Stress in Ihren Tag passt.“



Tipp



### Wie reaktivieren Sie passive oder erschöpfte Eltern?

1

#### Eltern delegieren die gesamte Verantwortung vollständig an die Therapie



#### Transparenz schaffen:

„Ich kann mit Ihrem Kind in den 50 Minuten neue Fertigkeiten üben – doch die eigentlichen Zauberer im Alltag sind Sie. Ohne Ihre Bestärkung zu Hause verpufft dieser Effekt leider.“

2

#### Eltern fühlen sich durch den Alltag chronisch erschöpft und gelähmt



#### Fokus auf elterliche Selbstfürsorge lenken:

„Bevor wir eine Übung fürs Kind planen: Was bräuchten Sie heute Abend ganz persönlich für 15 Minuten, um wieder durchzuatmen?“



# Arbeitsblatt: Vorbereitung & Selbstreflexion



## Vorbereitung & Selbstreflexion vor dem Elterngespräch

Eine fundierte Vorbereitung schützt vor Gegenübertragungen und reduziert eigene Unsicherheiten. Nutzen Sie dieses Arbeitsblatt vor herausfordernden Terminen, um Ihr inneres Framing, Ihre primären Gesprächsziele und Ihre Deeskalationsstrategie festzulegen.

- ☐ Füllen Sie die Spalten stichpunktartig vor dem Eintreffen der Bezugspersonen aus.
- ☐ Reflektieren Sie eigene emotionale Trigger (z. B. eigene Wut auf abwertende Kommentare).
- ☐ Definieren Sie ein Minimalziel, das auch bei anhaltendem Widerstand erreichbar bleibt.



## Therapeutische Selbstreflexion

Überprüfen Sie vor dem Gespräch: Betrachte ich die Eltern gerade als 'Gegner', die belehrt werden müssen, oder als überforderte Kooperationspartner, die Führung und Sicherheit brauchen?

1



Primäres Gesprächsziel (Minimalziel vs. Optimalziel):

---

---

---

2



Vermutetes Kernbedürfnis / Primäre Sorge der Eltern:

---

---

---

3



Welche eigenen "roten Knöpfe" könnten berührt werden – Wie reguliere ich mich?

---

---

---

4



Konkrete Deeskalations- und Brückenformulierung für den Einstieg:

---

---

---

5



Welche realistische Mikro-Aufgabe vereinbaren wir für die kommende Woche?

---

---

---





# SOS-Notfall-Checkliste & Gesprächsabschluss

## 1. Kompakte Notfall-Checkliste für akute Gesprächskrisen

Wenn Gespräche akut zu eskalieren drohen oder emotional festfahren, hilft ein standardisierter SOS-Leitfaden für die therapeutische Praxis.

- ☐ Atmung vertiefen und Körperhaltung öffnen: Beine fest auf den Boden, Blickkontakt halten.
- ☐ Pause markieren: „Lassen Sie uns für einen Moment innehalten und ein Glas Wasser trinken.“
- ☐ Gefühl spiegeln, Inhalt vertagen: „Ich merke, wie wichtig Ihnen das ist. Ich möchte das nicht zwischen Tür und Angel abhandeln.“
- ☐ Den Fokus bedingungslos zurück auf das Kind lenken: „Was wünscht sich Ihr Kind in diesem Moment von uns beiden als Team?“
- ☐ Bei anhaltender Destruktivität: Termin strukturiert vertagen und neuen Fokus vereinbaren.



### Souveräner Gesprächsabbruch bei Grenzüberschreitung

„Wir kommen an diesem Punkt heute nicht konstruktiv weiter. Weil mir Ihr Kind und unsere Zusammenarbeit wichtig sind, schlage ich vor, dass wir heute hier schließen und uns nächste Woche mit frischer Kraft wiedersehen.“



## Abschlussvereinbarung & Leitlinien für die Elternarbeit

Erfolgreiche Elternarbeit ist ein dynamischer Prozess. Indem Therapeut:innen wertschätzende Klarheit vorleben, schaffen sie den sichersten Raum für familiäre Veränderungen.

- ☐ Eltern sind immer Experten für ihr Kind – Fachkräfte sind Experten für den Prozess.
- ☐ Kleine Schritte nachhaltig sichern: Jede gelungene Interaktion zu Hause feiert einen therapeutischen Meilenstein.
- ☐ Regelmäßige Dokumentation sichert den Prozess und entlastet das therapeutische Team.



### Leitsatz für die Praxis

„Eine vertrauensvolle Allianz mit den Eltern ist oft die halbe Therapie des Kindes. Bleiben Sie empathisch, klar und beharrlich.“

