

# Die Folgen von destruktiven Paarkonflikten für Kinder

## 2

Konflikte gehören zum normalen Familienalltag dazu und sind nicht per se schädlich für die Kinder. Einschlägige Studien zeigen, dass es weniger darum geht, *ob* Eltern streiten, als vielmehr um die Art und Weise, *wie* sie es tun. Während Kinder von einer konstruktiven Konfliktaustragung der Eltern sogar profitieren können (vgl. Kap. 4.1), sind destruktive Konflikte in vielen Fällen schädigend. Destruktive Paarkonflikte, um welche es in diesem Kapitel geht, zeichnen sich durch die folgenden Charakteristiken aus:

- *Häufigkeit* (sehr häufiges oder chronisches Auftreten)
- *lange Dauer* (über mehrere Stunden oder Tage brodelnde Spannungen)
- *Unversöhnlichkeit* (keine Problemlösung oder Kompromissfindung)
- *hohe Intensität* (laute und besonders feindselige Konflikte)
- *negativer Inhalt* (Drohungen, unproduktive Kritik oder, für Kinder besonders problematisch, kindbezogene Themen)
- *dysfunktionale Kommunikation*

Innerhalb der dysfunktionalen Kommunikation werden a) verallgemeinernde Kritik (generalisierte Anklagen oder Persönlichkeitszuschreibungen), b) Verachtung (z. B. Abwertung, Gemeinheiten), c) Defensivität (z. B. uneinsichtige Verteidigung, Verantwortungszurückweisung) und d) Rückzug (z. B. „Mauern“, Vermeidung) – gemäß Gottman (1994) die 4 apokalyptischen Reiter einer Partnerschaft – als die prognostisch problematischsten Verhaltensweisen angesehen.

Eine Extremform von Destruktivität nehmen Paarkonflikte dann an, wenn die Partner aggressiv und gewalttätig werden (z. B. in Form von Stoßen, Schlagen, mit

Gegenständen Werfen). In Deutschland erleben etwa 25 % der Frauen mindestens einmal in ihrem Leben körperliche Gewalt in der Partnerschaft (Müller und Schröttle 2004). Dies bedeutet auch für Kinder ein besonders belastendes Ausmaß; zwischen 50 % und 60 % der Kinder, welche Gewalt zwischen den Eltern erleben, sind verhaltensauffällig oder reifungsverzögert. Das Risiko für psychische Störungen ist bei Kindern, die bei Eltern mit hoher gegenseitiger Feindseligkeit und Gewalt aufwachsen, um das 5- bis 7-fache erhöht (Cummings und Davies 2010).

---

## 2.1 Die Tragweite von destruktiven Paarkonflikten für das kindliche Befinden

Destruktiv ausgetragene Partnerschaftskonflikte können erhebliche kurz- und langfristige Auswirkungen auf die kindliche Entwicklung haben. Unmittelbar reagieren Kinder hochgradig negativ auf Paarkonflikte auf der *emotionalen* (z. B. Wut, Traurigkeit, Angst), *physiologischen* (z. B. erhöhte Herzrate), *kognitiven* (z. B. Aufmerksamkeitsprobleme) und auf der *Verhaltensebene* (z. B. sich in den Konflikt einmischen, aus dem Raum flüchten) (Rhoades 2008). Ferner verdichten sich die Belege, dass Kinder, welche chronisch negativen Elternkonflikten ausgesetzt sind, längerfristig ein höheres Risiko für psychische Störungen, körperliche Krankheiten, Selbstwertprobleme, Schlafstörungen, soziale Anpassungsschwierigkeiten und Schulleistungsschwächen aufweisen (für einen Überblick, siehe Cummings und Davies 2010). Laut einer Studie zählen Kinder das Miterleben von elterlichen Konflikten zu den drei Erfahrungen, welche sie am meisten traurig stimmen (Lewis et al. 1984). Dabei ist gut empirisch fundiert, dass nicht die globale Partnerschaftsqualität oder -zufriedenheit der Eltern maßgebend ist, sondern im Spezifischen Paarkonflikte *das* Element in unglücklichen Partnerschaften darstellt, welches für das kindliche Wohl besonders bedeutsam ist (Emery und O’Leary 1984). Der Zusammenhang zwischen Paarkonflikten und kindlichen Störungen bleibt auch dann robust, wenn Störungen in der Eltern-Kind-Beziehung oder elterliche depressive Symptome statistisch kontrolliert werden (Fincham und Osborne 1993). Beachtenswert ist, dass Kinder sogar auf „analoge“ Konflikte im experimentellen Setting (d. h. simuliertes Konfliktmaterial bspw. in Form von Ton- oder Filmaufnahmen) stark negativ reagieren. Bereits kurze Filmszenen oder akustische Ausschnitte aus gespielten Paarkonflikten von kurzer Dauer wühlen Kinder emotional und physiologisch auf und können aggressives Verhalten gegenüber anderen Kindern (Cummings et al. 2004) oder Beeinträchtigungen in der Aufmerksamkeitsleistung (Zemp et al. 2014a) zur Folge haben. Dies erscheint besorgniserregend, wenn man bedenkt, dass reale Paarkonflikte im Familienalltag in der Regel länger dauern, häufig thematisch das Kind betreffen und beängstigender sind, weil die Protagonisten die eigenen Eltern sind.

Paarkonflikte sind zudem deswegen so virulent für Kinder, weil sie ihnen *häufig* ausgesetzt sind. Streit und Auseinandersetzungen gehören zu jeder Partnerschaft dazu, wobei sie sich nach dem Übergang zur Elternschaft schätzungsweise um den Faktor 9 potenzieren (Gottman und Notarius 2002). Eine Studie, welche die Konflikthäufigkeit von knapp 14.000 werdenden Eltern unmittelbar vor der Geburt ihres ersten Kindes und 8 Monate danach erfasst hat, zieht die Bilanz, dass Paarkonflikte nach der Geburt eines Kindes (prä-/postnatal Vergleich) um *mehr als 50 %* ansteigen (Hanington et al. 2012). Dies ist besonders alarmierend, weil empirisch gezeigt wurde, dass Konflikte in Anwesenheit der Kinder oft sehr dysfunktional (emotional negativ) sind und mehrheitlich kinderbezogene Themen (z. B. Erziehung, Schule) betreffen (Papp et al. 2002). Kinder sind laut einer Studie das häufigste Konfliktthema von Elternpaaren (Papp et al. 2009). Kindbezogene Konflikte sind speziell bedrohlich für Kinder, weil sie persönlich betroffen sind und darum die Gefahr für Schuldgefühle seitens der Kinder erhöht ist.

Kinder haben zudem hoch empfindliche Antennen für die Spannungen in der Partnerschaft der Eltern, wobei diese Sensibilität nicht nur offen ausgetragene Konflikte (direktes Ansprechen, offene Auseinandersetzung), sondern auch passiv-aggressive Streitmuster betrifft (nonverbaler Ärgerausdruck, Rückzug, Konfliktvermeidung, etc.) (El-Sheikh und Cummings 1995). Interessanterweise sind diese verschiedenen Konfliktmuster mit unterschiedlichen Reaktionen verbunden. *Offen-aggressive* Konflikte gehen mit einem erhöhten Risiko für externalisierende Störungen bei Kindern einher (nach außen gerichtetes Bewältigungsverhalten, z. B. in Form von aggressivem, impulsivem oder hyperaktivem Verhalten), während Kinder von Eltern mit einem *passiv-aggressiven* Konfliktstil eher zu internalisierenden Symptomen (z. B. Depressionen, Ängste, Selbstwertprobleme) neigen (Katz und Gottman 1993).

Die Tragweite von destruktiven Paarkonflikten ist auch deswegen beträchtlich für das kindliche Wohlbefinden, weil sich Kinder *nicht* an chronische Elternkonflikte gewöhnen (Davies et al. 1999; Goeke-Morey et al. 2013). Im Gegenteil reagieren sie mit jeder erneuten Konfliktexposition stärker negativ. Dies ist kurzfristig eine adaptive Stressreaktion des Kindes, um möglichst schnell optimale Bewältigungsstrategien zu mobilisieren oder sich zu schützen, kann langfristig aber substantielle Kollateralschäden für ihre psychische und körperliche Integrität mit sich bringen.

### Merksätze

1. Die Folgen von Paarkonflikten sind kein Artefakt einer beeinträchtigten Eltern-Kind-Beziehung oder des negativen Befindens der Eltern.
2. Bereits kurze, experimentell simulierte Paarkonflikte sind für Kinder hochgradig aufwühlend.
3. Nach dem Übergang zur Elternschaft streitet sich ein Paar durchschnittlich 9-mal häufiger.

4. Kinder haben einen feinen Spürsinn für die Spannungen ihrer Eltern, sogar für nonverbale Signale.
5. Kinder gewöhnen sich nicht an destruktive Paarkonflikte – sie werden im Gegenteil zunehmend sensibler.
6. Gewalt zwischen den Eltern erhöht das Risiko für kindliche Störungen um den Faktor 5 bis 7.

---

## 2.2 Kindliche Reaktionen auf Paarkonflikte in Abhängigkeit des Geschlechts

Geraume Zeit galt als empirisch gesichert, dass Jungen stärker von den Auswirkungen von Partnerschaftsstörungen betroffen sind als Mädchen. Eine Studie verweist indes darauf, dass es sich bei diesem Geschlechtereffekt weitgehend um einen methodischen Artefakt handeln dürfte (z. B. weil überwiegend klinische Stichproben oder vorwiegend aggressive Konfliktstile untersucht wurden; Purcell und Kaslow 1994). Des Weiteren könnte dies lediglich Ausdruck der höheren konstitutionellen und psychobiologischen Vulnerabilität des männlichen Geschlechts im Kindesalter sein. Grundsätzlich sind Jungen in der Kindheit empfindlicher auf psychosoziale Belastungen und weisen mehr psychische Auffälligkeiten auf als Mädchen, wobei sich dieser Geschlechtereffekt während der Adoleszenz umkehrt. Führende Forscher sind sich aktuell dahingehend einig, dass *beide* Geschlechter vergleichbar stark auf Paarkonflikte reagieren, wenn auch in unterschiedlicher Form. Mädchen tendieren gemäß Untersuchungen stärker zu Schuldgefühlen angesichts elterlicher Auseinandersetzungen, was mit einem größeren Risiko für internalisierende Symptome einhergeht. Dahingegen nehmen Jungen Paarkonflikte durchschnittlich als bedrohlicher wahr und neigen infolge mehr zu externalisierenden Verhaltensproblemen (Davies und Lindsay 2001).

---

## 2.3 Die Bedeutung des Alters der Kinder

Ein breiter Forschungsfundus hat untersucht, ob Paarkonflikte in Abhängigkeit der Entwicklungsphase der Kinder eine unterschiedliche Bedeutung haben. Es gehört zum gesicherten Kenntnisstand, dass es kein Alter gibt, in welchen Kinder per se gegen die negativen Auswirkungen immun sind. In einer experimentellen Studie wurde beobachtet, dass bereits Kleinkinder *ab sechs Monaten* emotional auf Paarkonflikte reagieren und teilweise sogar versuchen, in den Konflikt einzugreifen (Cummings et al. 1981). Einige Autoren argumentieren, dass Partnerschaftskonflikte besonders stark mit kindlichen Anpassungsstörungen im Vorschulalter assoziiert sind, weil jüngere Kinder

1. durch ihre Neigung, äußere Umstände überwiegend auf sich zu beziehen (Egozentrismus nach Piaget), häufiger zu Schuldgefühlen tendieren;
2. weniger autonom und in ihrem Wohlbefinden stärker vom familiären Klima und der emotionalen Verfügbarkeit der Eltern abhängig sind als ältere Kinder;
3. aufgrund ihres kognitiven Reifestands weniger in der Lage sind, familiäre Situationen und deren Implikationen realistisch einzuschätzen und hilfreiche Stressbewältigungsstrategien zu mobilisieren.

Allerdings zeigte die Studie von Jenkins und Buccioni (2000), dass bereits Kinder ab 9 Jahren die Gründe für Paarkonflikte differenziert erschließen und ihre Eltern in ihren beiden Rollen als Erziehende resp. als Liebespaar integrieren können.

Wenn Kinder älter werden, entwickeln sie elaboriertere Bewältigungsstrategien im Umgang mit Elternkonflikten und begreifen zunehmend, dass die Auseinandersetzungen nicht zwangsläufig mit ihnen zu tun haben müssen. Sie sind weniger in das familiäre System eingeflochten und beginnen sich immer mehr gegen außen zu orientieren (z. B. Schule, Peers). Auf der anderen Seite kann ein reiferes und sensibleres Verständnis für die elterliche Partnerschaft auch besondere Verletzlichkeiten bergen. Beispielsweise wurde gezeigt, dass mit dem Alter die Wahrscheinlichkeit wächst, dass Kinder in einen Paarkonflikt intervenieren und möglicherweise Partei für einen Elternteil ergreifen (Cummings et al. 2012). Bei der Studie von Jenkins et al. (1989) gaben 70 % der 9–12-jährigen Kinder an, regelmäßig direkt in die Elternkonflikte einzugreifen, was bemerkenswerterweise die am häufigsten erwähnte Copingstrategie darstellte. Mit dem Einmischen des Kindes in den elterlichen Streit nimmt es eine Erwachsenenrolle ein, die altersunangemessen und in aller Regel massiv überfordernd ist. Solche Situationen bergen hohes Gefährdungspotential für Kinder, weil sie mit Rollen- und Loyalitätskonflikten einhergehen und ein ernsthaftes Ungleichgewicht in den familiären Beziehungen auslösen.

Schließlich können destruktive Paarkonflikte für Kinder in der Adoleszenz potentiell gravierend sein, weil die Energie, die auf die Regulation der familiären Konflikte und der damit verbundenen Gefühle verwendet wird, zu der Vernachlässigung wichtiger Entwicklungsaufgaben führen kann. In dieser Entwicklungsstufe beginnen Kinder ihre Identität als Interaktionspartner in der Familie und in der Gleichaltrigengruppe zu explorieren. Dies könnte bedeuten, dass sich besonders in diesem Alter beziehungsleitende kognitive Schemata ausbilden, auf die Kinder unbewusst zurückgreifen, um soziale Situationen zu interpretieren und eigene Beziehungen zu bewältigen. Übereinstimmend mit dieser Annahme konnte gezeigt werden, dass Kinder aus konfliktreichen Familien stärker dazu tendieren, das Verhalten von anderen Kindern als aggressiv wahrzunehmen und ihnen böswillige Absichten („hostile Attributionsbias“) zu unterstellen (Bascos et al. 2009). Ebenfalls beschäftigen sich die Jugendlichen nun selber mit dem Thema Partnerschaft und die Eltern

werden in ihrer Vorbildfunktion als Paar zunehmend wichtiger. Langzeitstudien, welche das Beziehungsverhalten der Eltern und dasjenige ihrer Kinder in der eigenen späteren Partnerschaft über Jahre verfolgten, haben aufgezeigt, dass negative Interaktionen wie bspw. feindseliges Verhalten zwischen den Partnern von einer Generation zur nächsten übertragen werden können (z. B. Whitton et al. 2008).

---

## **2.4 Gründe für die negativen Auswirkungen von Paarkonflikten: Die Rolle der emotionalen Sicherheit**

Gemäß der Theorie der emotionalen Sicherheit (Cummings und Davies 2010) stellt das Erlangen und die Aufrechterhaltung der emotionalen Sicherheit des Kindes ein basales kindliches Bedürfnis in der Familie dar. Destruktive Paarkonflikte bedrohen dieses elementare Bedürfnis, weil sie das Familienklima pervertieren und die familiäre Stabilität angreifen. Streitende Eltern sind Ursprung von Verängstigung und Einschüchterung anstelle von Schutz, Sicherheit und Trost. Angesichts dieser Bedrohung aktivieren Kinder drei Regulationsmechanismen zwecks Wiedererlangung der emotionalen Sicherheit:

1. Kinder reagieren intensiv auf der emotionalen und physiologischen Ebene, vitale Energie für eine effiziente Mobilisierung von Bewältigungsressourcen.
2. Kinder greifen häufig selber in die Auseinandersetzungen ein, um den Streit zu schlichten, zwischen den Eltern zu vermitteln oder sie zu trösten.
3. Kinder entwickeln im Verlaufe der Zeit und in Abhängigkeit ihrer Lerngeschichte mentale Repräsentationen (kognitive Skripts oder Schemata) der elterlichen Partnerschaft, in denen die Erfahrungen mit Elternkonflikten abgespeichert werden und die Grundlage für diesbezügliche künftige Erwartungen bilden.

Letztere bilden im übertragenen Sinn eine Art interne Alarmanlage, die hoch wachsam und empfänglich ist gegenüber den Spannungen zwischen den Eltern, um potentielle Bedrohungen der emotionalen Sicherheit (z. B. Paarkonflikte) proaktiv zu entdecken, sich optimal darauf vorzubereiten und wenn möglich zu verhindern. Dieses kognitive Überwachungssystem ist wohl funktional im Sinne des Erhalts der emotionalen Sicherheit, birgt andererseits aber das gefährliche Potential, gesunde neuropsychologische Funktionen des Kindes zu beeinträchtigen. So haben Untersuchungen dargelegt, dass solche unsichere Repräsentationen, nachdem sie experimentell aktiviert wurden durch simulierte Paarkonflikte in Ton- oder Videoaufnahmen, die kindlichen Gedächtnisfunktionen zugunsten einer konfliktaffinen

Lernleistung verzerren (O'Brien und Chin 1998) und Aufmerksamkeitsprobleme verursachen können (Zemp et al. 2014a, b). Eine beeinträchtigte Aufmerksamkeitsleistung stellt ihrerseits ein wichtiger Erklärungsmechanismus für den Befund dar, dass Kinder aus konfliktreichen Familien vermehrt Schulprobleme entwickeln (Davies et al. 2008). Wenn Kinder Zeugen von elterlichen Konflikten werden, werden sie physiologisch erregt und emotional aufgewühlt. Sie sorgen sich um ihr eigenes und das Wohl der Eltern und sind verunsichert ob der zukünftigen Intaktheit der Familie. Diese Bedrohung und Besorgnis kann das Kind so nachhaltig beschäftigen, dass sie auf Kosten der Aufmerksamkeits- und Konzentrationsleistung in schulischen Anforderungen gehen. Unter Bezugnahme auf die starke Betonung der genetischen und neurobiologischen Aspekte von Aufmerksamkeitsproblemen bei Kinder und Jugendlichen erscheint es bedenklich, dass in der klinischen Praxis nicht häufiger danach gefragt wird, ob es in der Familie Spannungen gibt, unter denen das Kind leidet und nicht zur Ruhe kommen kann.

Es kann festgehalten werden, dass Paarkonflikte *direkt* die emotionale Sicherheit von Kindern destabilisieren können. Diese emotionale Unsicherheit kann wichtigen psychobiologischen Funktionen abträglich sein, welche Kinder für eine erfolgreiche Erfüllung zentraler Entwicklungsaufgaben benötigen. So wird die Tragweite deutlich, welche Partnerschaftsstörungen für eine gesunde kindliche Entwicklung auch außerhalb des Familienkontexts haben, zum Beispiel im Schulsetting. Neben den direkten Effekten von Elternkonflikten gibt es allerdings auch *indirekte* Wege, über welche sie sich ungünstig auf das kindliche Befinden auswirken können. Kinder können auch dann Schaden nehmen, wenn sie den Konflikten nicht direkt ausgesetzt sind. Beispielsweise ist der Zusammenhang zwischen einer konfliktreichen Partnerschaft und inadäquater oder dysfunktionaler Erziehung (z. B. inkonsistente, inkonsequente oder harsche Erziehungsmethoden) substantiell (Krishnakumar und Buehler 2000). In Experimentalstudien wurde beobachtet, dass sich Mütter und Väter unmittelbar nach einem Konfliktgespräch mit ihrem Partner gegenüber ihren Kindern weniger wohlwollend und kooperativ verhalten (Kitzmann 2000). Außerdem erschöpfen Partnerschaftsprobleme die Energie der Eltern, was zu Lasten ihrer Empfänglichkeit gegenüber den kindlichen Bedürfnissen gehen kann. Wenn ein Paar durch seine eigenen Schwierigkeiten absorbiert ist, werden die emotionalen Ressourcen der Eltern entleert, feinfühlig und aufmerksam auf die Bindungsbedürfnisse der Kinder zu reagieren. Insofern können Paarkonflikte negativ mit der elterlichen Fähigkeit interferieren, die kindlichen Signale (insbesondere bei Säuglingen und Kleinkindern) sensibel wahrzunehmen, sie adäquat zu interpretieren und prompt und angemessen darauf zu reagieren. Und schließlich schwappen Paarkonflikte oft über in ein global angespanntes oder dis-

tanziertes Familienklima, was ein ungünstiges Fundament für die Entwicklung der Kinder bildet.

### Merksätze

1. Destruktive Paarkonflikte beeinträchtigen das Familienklima und bedrohen in den Augen der Kinder die familiäre Stabilität.
2. Die emotionale Unsicherheit, welche Kinder angesichts der Paarkonflikte erleben, kann der Entwicklung von gesunden neuropsychologischen Funktionen abträglich sein.
3. Kinder weisen auch dann ein höheres Risiko für psychische Probleme auf, wenn sie bei den Konflikten nicht direkt physisch anwesend sind.
4. Paarkonflikte wirken sich auch indirekt über ungünstige Erziehungsmethoden und eine beeinträchtigte elterliche Feinfühligkeit auf das kindliche Befinden aus.

## 2.5 Wechselwirkung zwischen partnerschaftlichen und kindlichen Problemen

Bislang wurde ausschließlich der negative Einfluss von Paarkonflikten auf das Befinden der Kinder diskutiert. Weil die elterliche Partnerschaft der Eltern-Kind-Beziehung vorausgeht, ist es naheliegend, Paarprobleme der Eltern als Prädiktor für kindliche Störungen zu betrachten. Diese Kausalrichtung ist auf der Grundlage von Längsschnittuntersuchungen wissenschaftlich gut fundiert. Trotzdem muss von bidirektionalen statt unidirektionalen Effekten ausgegangen werden: Die Partnerschaft der Eltern beeinflusst das kindliche Befinden und Verhalten der Kinder *und vice versa*. So zeigten Schermerhorn et al. (2007) bei 232 Familien mit einem Kind im Alter zwischen 5 bis 7 Jahren, dass destruktive Paarkonflikte die kindlichen Verhaltensprobleme 1 Jahr später voraussagten. Die Verhaltensprobleme führten ihrerseits wieder zu stärkeren Partnerschaftsproblemen ein weiteres Jahr darauf. Experimentalstudien bringen ebenfalls zutage, dass der Alltag mit einem verhaltensauffälligen Kind kräftezehrend sein kann und den Umgang mit dem Partner zu beeinträchtigen vermag. Unmittelbar nach einer kurzen Interaktion mit einem Kind, das aufsässiges und trotziges Verhalten zeigte, konsumierten Eltern 30% mehr Alkohol und kommunizierten negativer mit ihren Partnern im Vergleich zu einer Standardinteraktion mit einem Kind ohne Verhaltensauffälligkeiten (Pelham et al. 1997; Wymbs und Pelham 2010). Vor dem Hintergrund dieser Befunde wird die starke Interdependenz zwischen Partnerschaftsstörungen und dem Befinden und Verhalten der Kinder deutlich.

Partnerschaftsqualität und kindliche Entwicklung  
Ein Überblick für Therapeuten, Pädagogen und  
Pädiater

Zemp, M.; Bodenmann, G.

2015, VIII, 46 S. 3 Abb., Softcover

ISBN: 978-3-662-45185-4