

Schwierige Elterngespräche - Strategien der Gesprächsführung

Dr. Martina Dort

Psychologin / Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin

18.06.2026



Universität
Marburg



Deutsches Zentrum für
Psychische Gesundheit

Vorstellungsrunde



Dr. Martina Dort

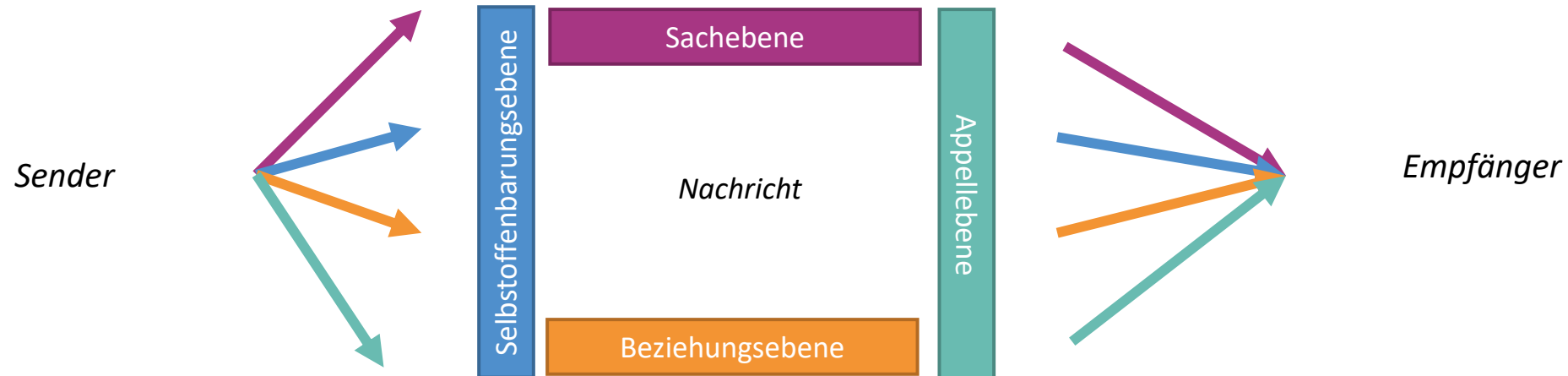
- Psychologin
- Wissenschaftliche Mitarbeiterin Klinische- Kinder- und Jugendpsychologie, Philipps-Universität Marburg
 - Promotion „ADHS im Klassenzimmer“
 - Koordinatorin des DZPG Standort Marburg
 - Mehr Evidenz in die Praxis zur Verbesserung der psychischen Gesundheit von Kindern und Jugendlichen
- Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin (VT) in eigener Praxis

Was Sie heute erwarten können...

- Strategien für den Umgang mit schwierigen Elterngesprächen
 - Aktuelle verhaltenstherapeutische Methoden
 - Angereichert mit Erfahrungen aus der praktischen Arbeit


Womit Sie auch rechnen müssen...

- Niemand ist allwissend
- Psychotherapieforschung ist ein fortlaufender Prozesse, auch im Bereich Gesprächsführung kann es zukünftig neue Erkenntnisse geben
- Menschliche Kommunikation ist fehleranfällig



Ablaufplan

- Handout + Vortrag stehen anschließend zur Verfügung → mitschreiben nicht notwendig
- Zunächst vollständiger Input, im Anschluss Frage-Antwort-Runde
 - Fragen gerne während des Vortrags notieren
 - Hintergrund: begrenzte Zeit + hohe Anzahl Teilnehmende
- Fragen am Ende offen geblieben oder spezifische Fragen? Das kann man tun:
 - Rückmeldung an HMKB, damit ggf. Folgeveranstaltung geplant werden kann
 - Individuelle Folgeveranstaltung im Kollegium planen
 - Supervision für Lehrkräfte (einzeln oder in Gruppen möglich)



**Los geht's –
schwierige Gespräche gut meistern lernen**

Elternbeziehung
konfliktbehaftet

Eltern wollen Kind vor
unangenehmen
Gefühlen schützen

Eltern nicht
überzeugt

Eltern nicht
greifbar

Herausforderungen in der Arbeit mit Eltern

Dr. Google, Prof. ChatGPT
und die Expertin auf
Instagram sagen was
anderes

Eltern zu belastet,
um zu unterstützen

Eltern selbst ähnliche
Verhaltensweisen wie das
Kind

Eltern-Kind-
Beziehung
konfliktbehaftet

Vorbereitung

- Ziel festlegen
 - Was will ich besprechen und warum?
 - nur „Informationspflicht“ nachkommen? Veränderung gewünscht?
- Reaktion antizipieren
 - Wie werden die Eltern vermutlich schlimmstenfalls reagieren?
 - Welche Fragen oder Argumente sind schlimmstenfalls zu erwarten?
 - Was kann ich darauf entgegnen?
- Sich eigener Rolle bewusst machen
 - Was sind meine Aufgaben? Wo die Grenzen?
Grenzen nur im Ausnahmefall und im Rahmen einer bewussten Entscheidung überschreiten!

Im Gespräch

- Blickkontakt
- Laut und deutlich sprechen
- Eindeutige Formulierungen
 - *„Ich empfehle Ihnen, bei Ihrem Kind eine psychologische Diagnostik durchführen zu lassen“*
statt „Vielleicht gäbe es auch die Option, mal über eine psychologische Diagnostik nachzudenken.“
- Verständliche Wortwahl & auf beobachteter Verhaltensebene beschreiben
 - *„Mir fällt auf, dass Ihr Kind unkonzentriert wirkt.“*
statt „Ich vermute, Ihr Kind hat eine ADHS.“ oder „Ich denke, Ihr Kind ist neurodivergent.“
- **GLEICHZEITIG** statt **ABER** ← Gamechanger!

Im Gespräch

- Zu erwartende Fragen / Argumente vorwegnehmen
 - *„Ich empfehle Ihnen, bei Ihrem Kind eine psychologische Diagnostik durchführen zu lassen. Ich weiß, dass es sehr herausfordernd ist, irgendwo einen Termin zu bekommen. Gleichzeitig ist es wirklich wichtig, dass wir herausfinden, wie wir Ihr Kind gut unterstützen können.“*
- Beim Thema bleiben, nicht diskutieren
- Rückmelden, was man verstanden hat
 - z.B. *„Das kann gar nicht sein, unser Kind kann zuhause stundenlang zocken“ – „Ok, d.h. zuhause scheinen keine Konzentrationsprobleme beobachtbar zu sein.“*

Was würde diese Aussage bei mir selbst auslösen, wenn ich sie von jemandem gesagt bekomme, den ich nicht leiden kann?

Validieren

= das subjektive Empfinden des anderen anerkennen

- Verständnis signalisieren
- verdeutlichen, dass man die Gefühle, Gedanken und Verhaltensweisen des anderen nachvollziehen kann
- D.h. nicht, dass man sie auch gut heißt oder entsprechend handelt

Validieren - Beispiele

- Eltern lehnen psychologische Diagnostik bei ihrem Kind ab.

„Ich kann verstehen, dass man sich erst einmal fragt, was das eigene Kind beim Psychologen soll. Von Psychologen wird häufig auch ein sehr einseitiges Bild vermittelt.“

- Eltern kommen aufgrund eines Staus total gehetzt 20 Min zu spät zum Elterngespräch.

„Das muss sehr stressig für Sie gewesen sein. Ich schätze es wirklich sehr, dass Sie sich bemüht haben, zum Gespräch zu kommen. Gleichzeitig habe ich jetzt leider keine Zeit mehr, so dass wir einen neuen Termin machen müssen.“

- Eltern äußern „Mit dem Jugendamt wollen wir nichts zu tun haben.“

„Wenn man „Jugendamt“ hört, sind viele erst einmal zurückhaltend, weil man häufig an Überwachung und Kontrolle denkt. Es hat aber noch viel mehr Funktionen und ist dafür da, Familien zu unterstützen.“

Validieren - Beispiele

Validieren funktioniert nicht nur bei Eltern, sondern auch bei Schülerinnen und Schülern:

- Schüler wird von anderen geärgert, schubst die anderen als Reaktion darauf, wird deshalb zurechtgewiesen und rastet daraufhin aus

„Ich kann verstehen, dass du wütend bist und es sich unfair anfühlt zurechtgewiesen zu werden, nachdem du dich zuerst geärgert gefühlt hast. Gleichzeitig ist es nicht in Ordnung jemanden anzugreifen. Deshalb schlage ich vor, du gehst jetzt erst einmal kurz eine Runde raus und beruhigst dich.“

Sokratischer Dialog

= gelenktes Entdecken

- aufeinanderfolgende Fragen
- Vorurteile und unreflektierte Annahmen selbst überprüfen lassen

- Nicht belehren oder versuchen zu überzeugen
- Unwissende, neugierige Haltung einnehmen

Sokratischer Dialog – Beispiel (Teil 1)

E: Was soll mein Kind denn beim Psychologen? Da gehen doch nur Verrückte hin!

L: **Darf ich Sie etwas fragen? Was verstehen Sie unter verrückt?**

E: Naja, Menschen, die schwere psychische Probleme haben und gar nicht mehr klarkommen.

L: **Verstehe. Das heißt, Menschen gehen nur zu Therapeuten oder Ärzten, wenn sie schwer krank sind?**

E: Ja, genau.

L: **Waren Sie bzw. ihr Kind schon mal bei einem Therapeuten oder Arzt, obwohl es nicht krank war, z.B. bei einer U-Untersuchung?**

E: Ja, natürlich.

L: **Warum sind Sie da hingegangen?**

Sokratischer Dialog – Beispiel (Teil 2)

E: Na um zu gucken, ob alles in Ordnung ist.

L: Ok. Und war immer alles in Ordnung?

E: Ja.

L: Und was wäre passiert, wenn mal etwas nicht in Ordnung gewesen wäre?

E: Dann hätte mein Kind so schnell wie möglich Hilfe bekommen.

L: Wie hätten Sie es gefunden, wenn Ihr Kind Hilfe bekommen hätte?

E: Gut.

L: Wie würden Sie es finden, wenn Ihr Kind wegen der Konzentrationsschwierigkeiten Hilfe bekommt?

Sokratischer Dialog – Beispiel (Teil 3)

E: Na, auch gut.

L: Wie wäre es dann, wenn Sie mit Ihrem Kind von einem Psychologen herausfinden lassen, wie wir ihm am besten helfen können?

E: Ich weiß nicht.

L: Was könnte denn schlimmstenfalls passieren, wenn Sie hingehen?

E: Dass gesagt wird, dass mein Kind psychisch krank ist – was nicht stimmt!

L: Und dann?

E: Weiß ich auch nicht.

L: Müssen Sie dem Psychologen denn glauben, dass ihr Kind psychisch krank ist, obwohl Sie vom Gegenteil überzeugt sind?

Sokratischer Dialog – Beispiel (Teil 4)

E: Nein.

L: Was haben Sie dann noch zu befürchten?

E: Nichts, aber ich weiß nicht, was der Termin bringen soll.

L: Was könnte der Psychologe denn vielleicht noch machen außer zu sagen, ob ihr Kind psychisch krank ist oder nicht?

E: Keine Ahnung.

L: Ok, dann braucht es vielleicht noch ein paar mehr Infos. Psychologen können z.B. Tipps geben, wie man sich besser konzentrieren kann. Wie würden Sie das finden, wenn ein Psychologe das macht?

E: Hmm.. Ich weiß nicht.

L: Wie kann man denn herausfinden, wie man etwas findet?

Sokratischer Dialog – Beispiel (Teil 5)

E: Keine Ahnung.

L: Wie könnten Sie denn herausfinden, ob Ihnen ein komplett neues Essen schmeckt, dass Sie noch nie gesehen und gegessen haben?

E: Na, probieren.

L: Stimmt, das würde gehen. Wie wäre es, wenn Sie es mit einem Termin beim Psychologen auch einfach mal probieren und wir besprechen einfach danach, wie es Ihnen gefallen hat?

E: Das könnten wir machen.



Menschen reagieren nicht grundlos „unvernünftig“

Gründe sind meistens Ängste, Sorgen, negative Erfahrungen o.ä.



Herausforderungen in der Arbeit mit Eltern

Dokumentieren Sie gründlich!

- Ihre Rolle erklären
 - Fokus auf Umgang mit Schwierigkeiten des Kindes
 - Nicht auf gegenseitige Schuldzuweisungen eingehen
 - Weder Jugendamt noch Polizei oder Gericht → keine Beweisführung
- Kommunikationswege klären, verschiedene Möglichkeiten
 - Beide nehmen an Terminen teil
 - Ein Elternteil informiert das andere über Inhalte
 - Neutrale Person begleitet Termine und informiert Eltern

Elternbeziehung
konfliktbehaftet

Herausforderungen in der Arbeit mit Eltern

- Erst einzeln mit Kind und Eltern sprechen
- Für gemeinsame Gespräche ggf. Kommunikationsregeln vorgeben
- Versuchen, Perspektiven beider Parteien zu berücksichtigen und Gespräch immer wieder auf das eigentliche Thema zu lenken
- Gemeinsam Absprachen treffen

Eltern-Kind-
Beziehung
konfliktbehaftet

Herausforderungen in der Arbeit mit Eltern

- Validieren
- Eltern da abholen, wo sie stehen / nehmen was man kriegen kann
- „Probe“ vereinbaren
 - ausprobieren für festgelegte Zeit mit anschließender Reflexion

Eltern wollen Kind vor
unangenehmen
Gefühlen schützen

Dr. Google, Prof. ChatGPT
und die Expertin auf
Instagram sagen was
anderes

Eltern nicht
überzeugt

Herausforderungen in der Arbeit mit Eltern

- Zusätzliche Unterstützung einholen
 - Schulsozialarbeit
 - BFZ-Kräfte
 - UBUS-Kräfte
 - Schulpsychologie
 - Gesundheitsamt
- Auf zusätzliche Unterstützungsmöglichkeiten hinweisen
 - Jugendamt
 - Familienhilfe
 - Einzelfallhilfe
 - Wohngruppe
 - Psychotherapie für Eltern

Eltern nicht
greifbar

Eltern selbst ähnliche
Verhaltensweisen wie das
Kind

Eltern zu belastet,
um zu unterstützen

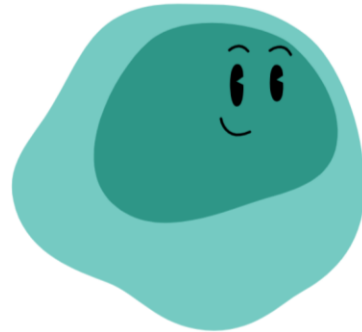


**Zeit für Fragen aus Ihrem
beruflichen Alltag**

Was ist psychische
Gesundheit/Belastung?

Ist das
noch normal?

Was kann ich
für meine psychische
Gesundheit tun und
wer kann mich dabei
unterstützen?



GUSTAPH

- Laufend aktualisierte Datenbank
- Informationen rund um das Thema psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen
- Präventionsangebote und Interventionen für die Bereiche Schule/Kindergarten & Familie

www.gustaph.de

Zugang zur Beta-Version

Benutzer: Gustaph / Passwort: KiJu_23

Wir suchen...



- ... Lehrkräfte
- ... Jugendliche
- ... Eltern

die Lust haben, die Youth-Mental-Health-Infrastruktur und Onlineplattform mit uns weiter aufzubauen und ihre Ideen einbringen.

Bei Interesse Mail an dzpg@uni-marburg.de

Mehr Infos finden Sie über den QR-Code:



Empfehlungen

<https://www.familienunterdruck.de>



Vielen Dank für die Aufmerksamkeit!

Dr. Martina Dort
Psychologin / Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin

martina.dort@uni-marburg.de



Universität
Marburg



Deutsches Zentrum für
Psychische Gesundheit

Weiterführende Informationen und Materialien (Empfehlungen des Ministeriums)

